

AKRAN ZORBALIĞI VE BAŞETME YOLLARI



YOZGAT
REHBERLİK VE ARAŞTIRMA
MERKEZİ
1986



Akran Zorbalığı nedir?

Güçlü durumdaki bir öğrencinin, kendi kazancı ya da keyfi için daha güçsüz olanlara karşı sıkıntı vermek niyeti ile fiziksel, psikolojik, sosyal veya sözel olarak tekrarlayan saldırılardır.

Başka bir deyişle; bir ya da daha fazla öğrencinin bir başka öğrenciye sürekli olarak olumsuz eylemlerde bulunmasıdır.

Akran Zorbalığı

- Süreklilik vardır.
- Genellikle güçlünün zayıfa yönelik yaptığı davranıştır.
- Belli bir hedefe yönelik davranış vardır.
- Savunma değil saldırı amaçlıdır.
- Sadece eğlenmek için bile yapılabilir.

Akran Çatışması

- Süreklilik yoktur.
- Taraflar arasında güç dengesi vardır.
- Kasıtlı bir hedef seçme davranışı yoktur.
- Daha çok kendini ya da bir çıkarını savunmaya dayanır.
- Eğlenme amacı yoktur.



Fiziksel zorba davranışlar



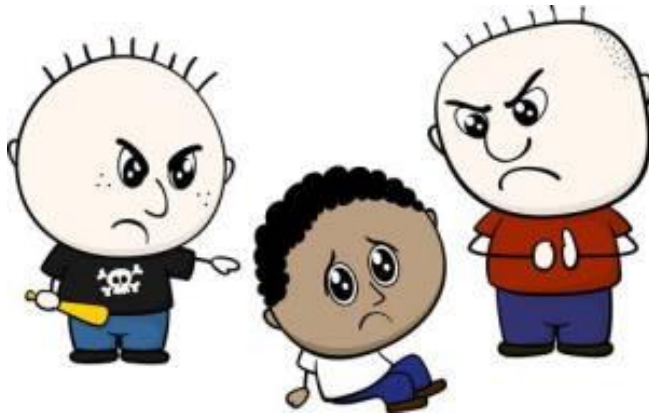
Sözel zorba davranışlar

Zorba Davranış Türleri

Sanal zorba davranışlar

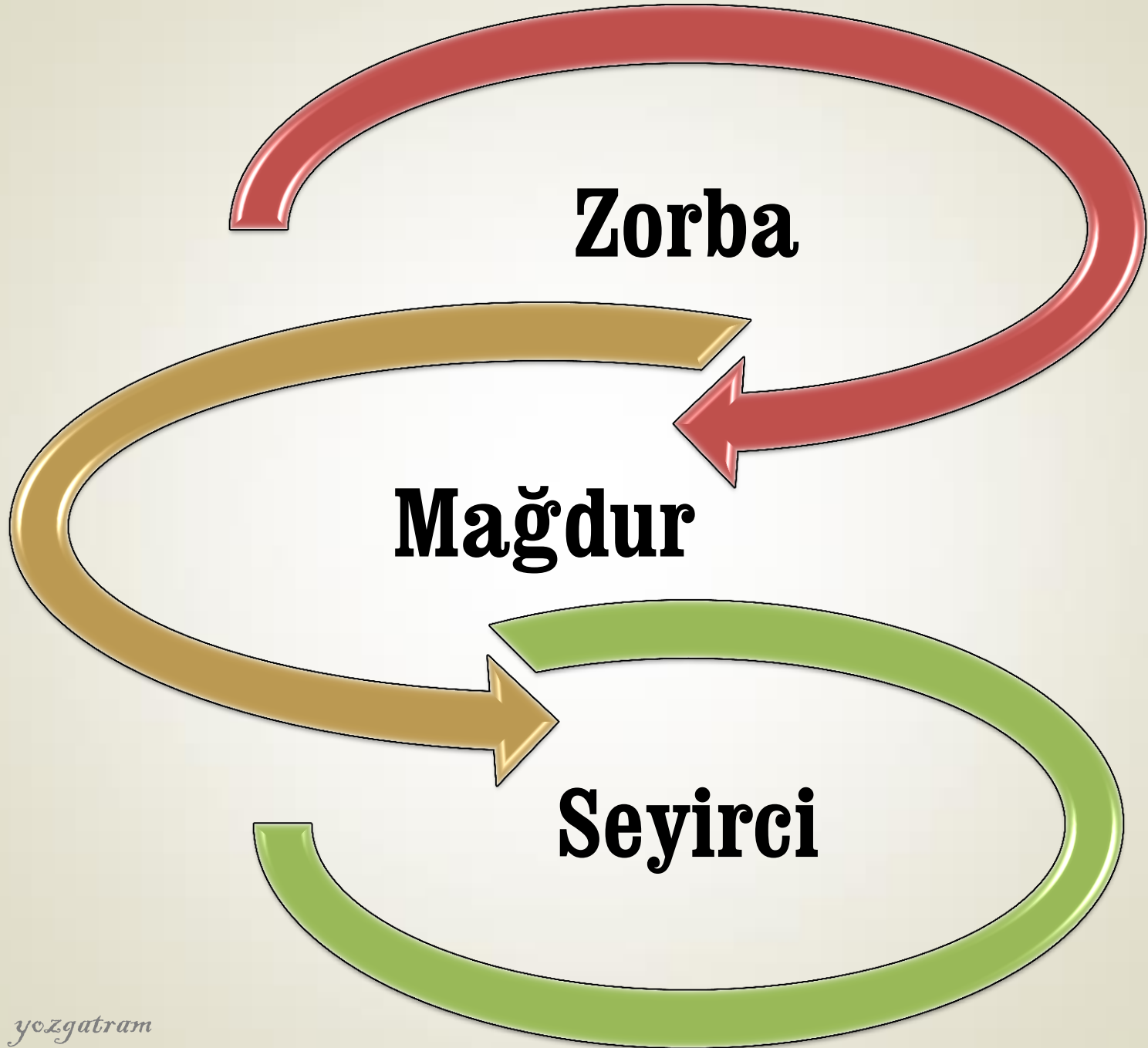


Cinsellik içeren zorba davranışlar



Duygusal zorbalık





Zorbalar;

- Zorbalık kişilik özelliği gibidir. Yaptıkları davranışları önce reddederler, sonra suçı başkasına atarlar ve en nihayet mağdurun hak ettiğini söylerler.
- Olayları ve arkadaşlarını kontrol etme gereksinimi duyarlar.
- Mağdurların acı çekmesinden kendilerini sorumlu tutmazlar, hatta bundan zevk alırlar.
- Mağdurlara karşı hiç empati duymazlar ya da çok az duyarlar.
- Mağdurların onları kıskırttıklarını söyleyerek suçü onlara atarlar.
- Akranları ile sık sık çatışma yaşayabilir, okul idaresi ile görüşmek zorunda kalabilirler.
- Genelde kendileri de zorbalığa uğramıştır.

Seyirciler;

- Zorbalık olaylarının %85'inde akranlar seyirci durumundadır.
- Sadece %11'inde zorbaya müdahale ettikleri görülür.
- Zorbalardan farkları “suçluluk” duymalarıdır.
- Vicdanlarını mağdurun hak ettiğini düşünerek sustururlar.

Mağdurlar;

- Herhangi bir engeli olan çocuklar
 - Genellikle yalnız kalan çocuklar
 - İçe kapanık, sessiz olan çocuklar
- genellikle zorbalara tercih edilir...



Bazen çocuklar neden mağdur olduklarını bile bilmezler...!

ZORBAACA DAVRANIŐLARIN SONUÇLARI

**Zorbalar zayıf ve savunmasız
gördüklerini hedefler. Yardım
alınacak en doğru adres
öğretmen ya da ailedir.**

1. Zorbalığa Maruz Kalan Çocuklar (Mağdurlar)

- Benlik saygısında azalma
- Kendine ve diğerlerine olan güven kaybı
- Dışlanma, yalnız kalma
- Depresyona girebilir
- Hıncını başkalarından çıkarma
- Okulu sevmeme
- Okul korkusu
- Devamsızlıkta artış
- Kaygı, kızgınlık, çaresizlik hissi
- Uyku problemleri
- Baş ve karın ağrıları
- Akademik başarıda düşüş
- MUTSUZLUK

2. Zorbalık Gösteren Çocuklar (Zorbalar)

- Yardım edilmezse ileriki yıllarda da başkalarının üzerindeki güçlerini kötüye kullanmaya devam eder ve başkaları için bir tehdit oluşturabilirler.
- Soyutlanabilir ve yalnız kalabilirler.
- Başkalarıyla işbirliğinin yarattığı mutluluk, manevi tatmin gibi olumlu duygulardan yoksun kalabilirler.

3. Zorbalık Davranışına Şahit Olan Çocuklar (Seyirciler)

- Kendilerini güvende hissetmeyebilirler.
- Kendilerini savunmak için sürekli tetik halinde bekleyebilirler.
- Etraflarında olup biten şiddet olaylarından dolayı mutsuzluk, üzüntü, korku, umutsuzluk gibi olumsuz duygulara sahip olabilirler.

AKRAN ZORBALIĞI

İLE

BAŞ ETMEK İÇİN

...?

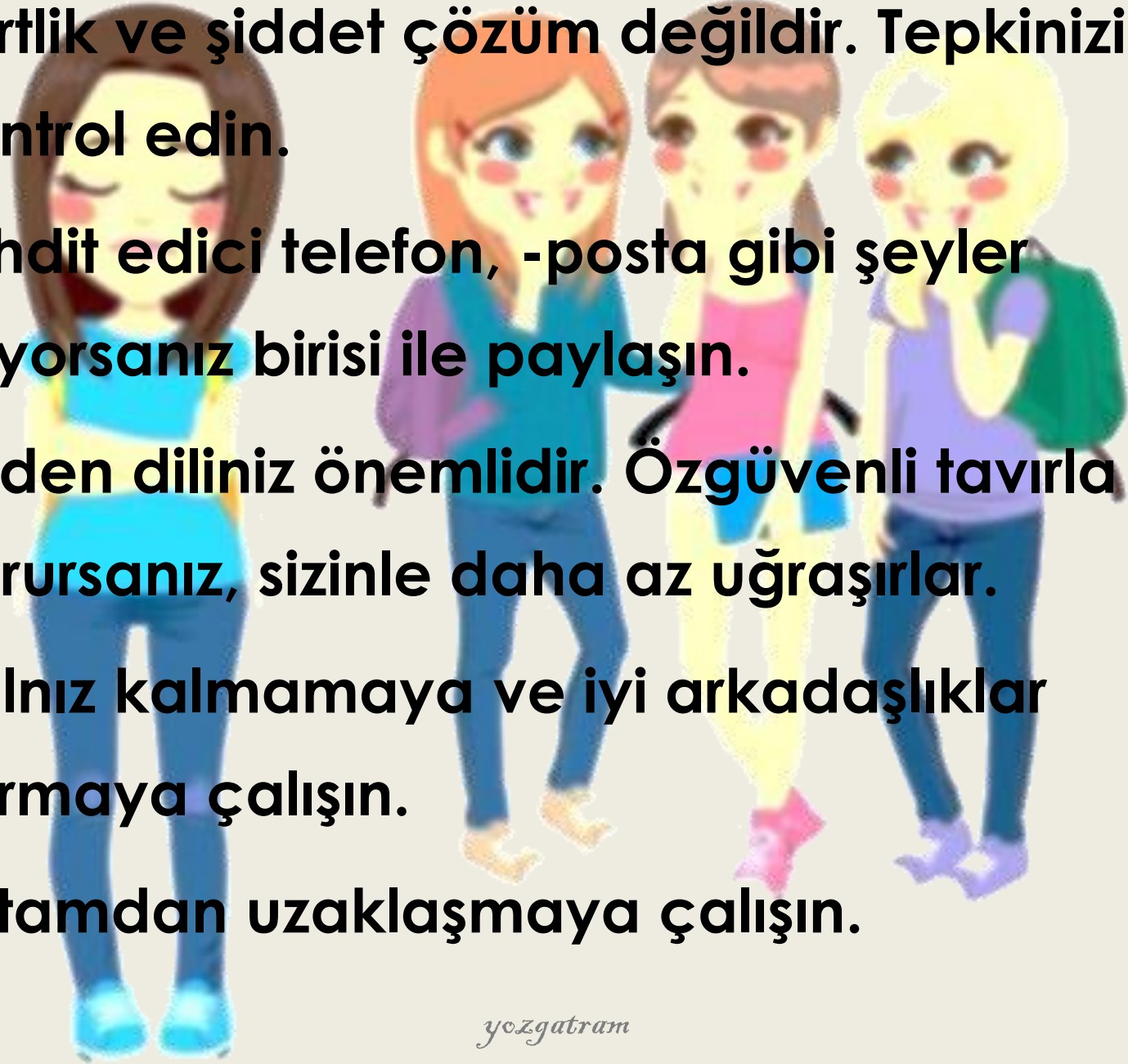
Seyirci ne yapabilir?

- ✓ Olayı izlemeye dalmayın.
- ✓ Zorbaya durmasını söyleyin
- ✓ Bir yetişkini olay yerine çağırın.
- ✓ Sadece gülümsemenizle de olsa zorbaya güç vermeyin.
- ✓ Sizin de başınıza gelebileceğini unutmayın.

Mağdur ne yapabilir?

- ✓ Olayları gizleyerek zorbaya yardımcı olmayın, bir yetişkine haber verin. Unutmayın, gizlilik zorbaların en güçlü silahıdır.
- ✓ Olayları anlatırken abartmayın, değiştirmeyin. Aksi halde söyledikleriniz sorgulanır.
- ✓ Zorbadan uzak durmaya çalışın, ilişki kurmayın.

- ✓ Sertlik ve şiddet çözüm değildir. Tepkinizi kontrol edin.
- ✓ Tehdit edici telefon, -posta gibi şeyler alıyorsanız birisi ile paylaşın.
- ✓ Beden diliniz önemlidir. Özgüvenli tavırla durursanız, sizinle daha az uğraşırlar.
- ✓ Yalnız kalmamaya ve iyi arkadaşlıklar kurmaya çalışın.
- ✓ Ortamdan uzaklaşmaya çalışın.



Zorbalık Davranışı Neden Sergilenir?

- Ailesel nedenler
- İletişim becerilerinden yoksun olma
- Güçlü duygularla baş edememe, dürtüsellik
- Okula ilişkin nedenler

**Bu nedenlerle baş etmek için zorba olmaya gerek yok!!!
Rehberlik Servisine uğrayıp destek istemeniz yeterli!!!**



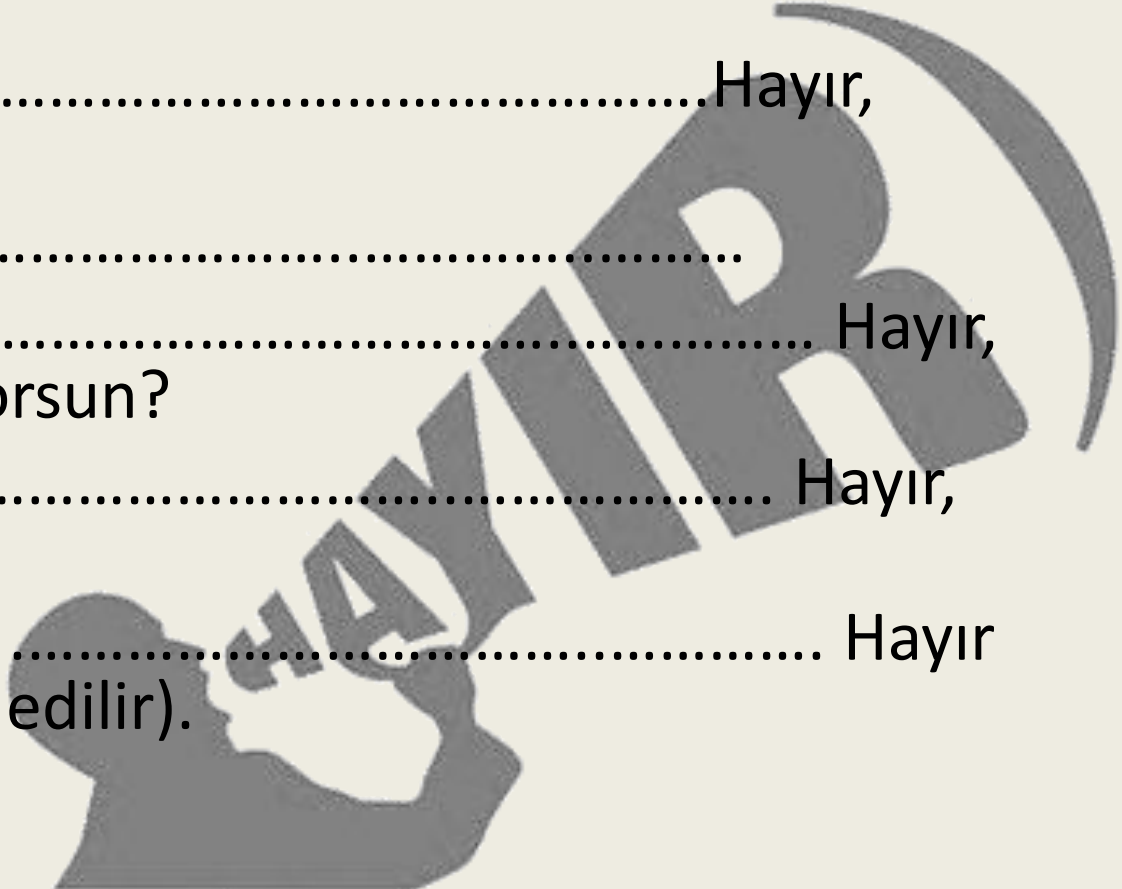
Zorbalık Davranışına Maruz Kalmamak İçin;

- ✓ **Sosyal iletişim ve çatışma çözme becerilerini geliştirmek**
- ✓ **Uzlaşabilmek ve alternatif çözümler üretebilmek**
- ✓ **İnsanların duygularının farkında olabilmek**
- ✓ **Çatışmaları çözmede ve diğer çocukların yardım almalarında aktif rol üstlenebilmek önemlidir.**

Reddetme Becerileri

“**HAYIR**” diyebilmek;

- Kısa ve net Hayır, olmaz.
- Mazeret bildirme..... Hayır, başka bir işim var.
- AtlatmaHayır, belki başka zaman.
- Hayır tekrarı
- Konuyu değiştirmek Hayır, eee akşam ne yapıyorsun?
- Yürüyüp gitmek Hayır, şimdi gitmem lazım.
- Ortamdan sakınmak Hayır (denir ve ortam terk edilir).



Ricada bulunmak ve hakkını aramak

- Bana durmadan şaka yapmandan hoşlanmıyorum. Seni kırmak istemem ama lütfen beni daha fazla utandırma olur mu?



Sözel Olmayan Kendini Ortaya Koyma Becerileri

*Ses tonu

*Konuşmanın hızı ve akışı

*Göz kontağı

*Yüz ifadesi

*Vücut pozisyonu

*Uzaklık (1 m)

Konuyla İlgili YANLIŞ İnançlar

- ✗ Zorbalıktan yalnızca “*hanım evlatları*” yakınıır.
- ✗ Zorbayı ele vermek “*ispiyonculuk*” tur.
- ✗ Kavga etmek ve saldırganca davranmak, büyüme ve gelişimin doğal bir parçasıdır.
- ✗ Bazı öğrenciler zorbalığı hak eder.
- ✗ Zorbalık yapanları görmezden gelerseniz size bulaşmazlar.
- ✗ Bir zorba ile baş etmenin en iyi yolu onunla kavga etmek ve intikam almaktır.
- ✗ Zorbalığa uğrayan kişiler belli bir süre acı çekerler ama bunu daha sonra unutacaklarından pek de büyütülecek bir şey yoktur.
- ✗ Sadece erkekler zorbalık yapar.

.....

İlkokulunda/Ortaokulunda/Lisesinde

hiçbir zorba davranış kabul görmemektir.

Hiçbirimizin bir diğerini üzmeye, canını

yakmaya, aşağılamaya ya da korkutmaya

hakkı yoktur...!

SON SÖZ

“Ben diktatör değilim. Benim, kuvvetim olduğunu söylüyorlar. Evet, bu doğrudur. Benim isteyip de yapamayacağım bir şey yoktur. Çünkü ben zoraki ve insafsızca hareket etmesini bilmem. Ben kalpleri kırarak değil, kazanarak hükmetmek isterim.”

M. KEMAL ATATÜRK