

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK YAPIYORSA NE YAPABİLİRSİNİZ?

ÇOCUĞUNUZLA ZORBALIK HAKKINDA KONUŞUN

Çocuğunuza zorbalık yapmaması gerektiğini açıklayın ve zorbalığın diğer çocuklar üzerindeki olumsuz sonuçlarından bahsedin.

ZORBALIK DAVRANIŞLARINA ONAY VERMEDİĞİNİZİ BELİRTİN

Çocuğunuza onaylamadığınız şeyin onun zorbalık davranışları olduğunu vurgulayın; onu desteklemeye ve ona yardımcı olmaya hazır olduğunuzu belirtin.

ÇOCUĞUNUZA YARDIMCI OLUN

Çocuğunuzun hangi davranışlarının akran zorbalığı olduğunu anlatın. Bu davranışları neden gösterdiğini anlamaya çalışın. Zorbalığın altında yatan nedenleri ortadan kaldırmaya çalışın. Bu davranışlar yerine neler yapabileceğini öğretin.

FİZİKSEL CEZA VERMEYİN

Çocuğunuzun istenmeyen davranışları karşısında sakın kalın ve olumlu disiplin yöntemleri kullanın. Kesinlikle fiziksel veya sözel şiddet uygulamayın.

ÇOCUĞUNUZU, SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİLERİNİ (PAYLAŞMA, YARDIM ETME, DUYGULARINI İFADE EDİLMESİ) GELİŞTİRMESİ KONUSUNDA DESTEKLEYİN

Bu konuda çocuğunuzun yaşına uygun kitaplar okuyun, film izleyin ve etkinlikler gerçekleştirin.

OKULU BİLGİLENDİRİN

Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerekli zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞINA MARUZ KALİYORSA NE YAPABİLİRSİNİZ?

ÇOCUĞUNUZLA KONUŞUN VE ONU DESTEKLEYİN

Çocuğunuza onun yanında olduğunuzu ve ona yardım etmek istediğinizi belirtin. Ne hissettiğini sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın. Zorbaliğa maruz kalmanın onun bir hatası olmadığını açık bir şekilde ifade edin.

ZORBALIKLA BAŞ EDEBİLMESİ İÇİN ONA YARDIMCI OLUN

Zorbaliğa nasıl karşı çıkabileceğine dair yöntemler geliştirin. Böyle bir durumda okulda kimden ve nasıl yardım isteyebileceğini konuşun.

ÇOCUĞUNUZU, SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİLERİNİ GELİŞTİRME KONUSUNDA DESTEKLEYİN

Çocuğunuzun kendisini etkili bir şekilde ifade edebilmesi ve sağlıklı arkadaşlık ilişkileri sürdürebilmesi için çalışmalar/etkinlikler/oyunlar planlayın. Çocuğunuzun özgüvenini yeniden kazanması için çaba gösterin, olumlu ve güçlü özelliklerini vurgulayın.

OKULU BİLGİLENDİRİN

Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerekli zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA TANIKLIK EDİYORSA NE YAPABİLİRSİNİZ?

Çocuğunuzun, zorbalık yapan arkadaşını desteklememesi, zorbalığa maruz kalan arkadaşına yardımcı olması ve durumu güvendiği bir yetişkine anlatıp yardım istemesi konusunda cesaretlendirin.

**EL ELE VERELİM
ZORBALIĞI YENELİM**



AKRAN ZORBALIĞI

Veliler İçin Bilgilendirme Rehberi



AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran zorbalığı saldırgan bir davranış türüdür ve üç temel özelliği bulunmaktadır:

- Karşı tarafa bilinçli ve kasıtlı olarak zarar vermeyi amaçlaması
 - Tekrarlayıcı ve sürekli olarak yapılması
 - Çocuklar arasında güç dengesizliği olması
- Araştırmalar, akran zorbalığının okul öncesi dönemde başladığını, ilkokulun sonlarına doğru arttığını, ortaokulda en üst seviyeye ulaştığını ve lisenin son sınıflarındaysa azaldığını göstermektedir.

AKRAN ZORBALIĞINI TÜRLERİ NELERDİR?

FİZİKSEL ZORBALIK:

Vürmek, itmek, tükürmek, eşyalarına zarar vermek gibi davranışlarla doğrudan fiziksel güç uygulanmasını içermektedir.



SÖZEL ZORBALIK:

İsim/lakap takmak, hakaret etmek, bağırarak gibi olumsuz sözler kullanılarak ifade edilmesini içermektedir.



İLİŞKİSEL/SOSYAL ZORBALIK:

Oyuna almamak, arkadaş grubundan dışlamak, görmezden gelmek gibi kişinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışları içermektedir.



SİBER ZORBALIK:

Rahatsız edici mesaj atmak, fotoğraflarını izinsiz paylaşmak, sosyal medya hesabını ele geçirmek gibi elektronik iletişim araçlarıyla yapılan davranışları içermektedir.



AKRAN ZORBALIĞININ SONUÇLARI NELERDİR?

Akran zorbalığı okuldaki tüm öğrencileri, öğretmenleri ve okul ortamını olumsuz yönde etkilemektedir.

Akran zorbalığının çocuklar üzerinde kısa ve uzun vadeli olmak üzere fiziksel, psikolojik, sosyal ve duygusal etkileri vardır.

ZORBALIK YAPAN ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN SONUÇLAR

- Okula uyumda güçlük
- Düşük akademik başarı
- Dışlanma, yalnız kalma, sevilme
- Sosyal ilişkilerde güçlük
- Erken yaşlarda sigara, alkol ve madde kullanma riski
- Saldırgan ve suça yönelik davranış gösterme

ZORBALIĞA MARUZ KALAN ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN SONUÇLAR

- Üzgün, çaresiz ve değersiz hissetme
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)
- Okula gitmeye karşı isteksizlik
- Düşük akademik başarı
- Kendine zarar verme davranışları

AKRAN ZORBALIĞINI NASIL ANLAYABİLİRSİNİZ?

Çocuklar ve ergenler zorbalık yaptıklarını veya zorbalığa maruz kaldıklarını yetişkinlere doğrudan anlatmayabilirler.

Bazı işaretler akran zorbalığı durumları hakkında bizlere bilgi verebilir. Bu işaretler, zorbalık dışındaki nedenlerden de kaynaklanıyor olabilir ancak mutlaka önemsenmeli ve takip edilmelidir.

ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK YAPTIĞINI GÖSTEREN İŞARETLER

- Farklı ortamlarda saldırgan davranışlar gösterme
- Öğretmen ve yetişkinlerin sözünü dinlememe, onlara karşı gelme
- Akranlarını baskıyla yönetme ve kontrol etme
- Başkalarının duygularına karşı duyarsız olma, zayıf empati becerisi

ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI GÖSTEREN İŞARETLER

- Vücudunda morluk, çizik, yara gibi belirtiler
- Okuldan kıyafetleri yırtılmış, dağılmış, kirli olarak dönmesi
- Normalde okulu sevmesine rağmen okula gitmek istememesi
- İçeride kapanma, ağlama
- Her an kötü bir şey olacaktı gibi endişeli ve tedirgin davranma
- Arkadaşlarıyla birlikte olmak istememe, kendini uzaklaştırma
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)

Çocuğunuzun Akran Zorbalığı Yaptığını Anladığınızda Neler Yapmalısınız.

ÇOCUĞUNUZLA ZORBALIK HAKKINDA KONUŞUN.

Çocuğunuza zorbalığa neden olacak davranışlar hakkında bilgilendirme yapın.

ZORBALIĞA NEDEN OLACAK DAVRANIŞLARA KARŞI ÇIKTIĞINIZI BELİRTİN.

Çocuğunuza hangi davranışların zorbalık olduğunu belirtin.

ÇOCUĞUNUZA YARDIMCI OLUN.

Zorbalığın altında yatan nedenleri ortadan kaldırmaya çalışın. Bu davranışlar yerine neler yapabileceğini öğretin.

ÖĞRETMENİNİ BİLGİLENDİRİN.

Rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerekliği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

Çocuğunuzun Akran Zorbalığına Maruz Kaldığını Anladığınızda Neler Yapmalısınız.

ÇOCUĞUNUZU DESTEKLEYİN.

Çocuğunuza onun yanında olduğunuzu belirtin. Ne hissettiğini sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın.

ZORBALIKLA BAŞ EDEBİLMESİ İÇİN YÖN GÖSTERİN.

Böyle bir durumda okulda kimden ve nasıl yardım isteyebileceğini konuşun.

ÇOCUĞUNUZUN KENDİSİNİ ETKİLİ BİR ŞEKİLDE İFADE EDEBİLMESİNİ SAĞLAYIN.

Çocuğunuzun özgüvenini yeniden kazanması için çaba gösterin, olumlu ve güçlü özelliklerini vurgulayın.

Çocuğunuz Zorbalığa Şahit Oluyorsa Neler Yapmalısınız.

Çocuğunuzu, zorbalık yapan arkadaşını desteklememesi, zorbalığa maruz kalan arkadaşına yardımcı olması ve durumu güvendiği bir yetişkine anlatıp yardım istemesi konusunda cesaretlendirin.

ZORBA
OLMA
KANKA
OL



AKRAN ZORBALIĞI

VELİ BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ

Akran Zorbalığının Tanımı

Akran Zorbalığı 'bir veya birkaç kişinin bir başka kişiye karşı yaptığı saldırgan davranışlar' olarak tanımlanmaktadır.

ZORBALIK TÜRLERİ

FİZİKSEL ZORBALIK

VURMAK, İTMEK, SAÇ ÇEKMEK GİBİ DOĞRUDAN YAPILAN ZORBALIK TÜRÜDÜR.

SÖZEL ZORBALIK

LAKAP TAKMAK, BAĞIRMAK, HAKARET ETMEK GİBİ İFADELERİN KULLANILMASIYLA OLUŞAN ZORBALIK TÜRÜDÜR.

SOSYAL ZORBALIK

DİSLAMAK, OYUN GRUBUNA DAHİL ETMEMEK GİBİ ÖĞRENCİNİN SOSYAL GELİŞİMİNİ OLUMSUZ ETKİLEYEN ZORBALIK TÜRÜDÜR.

SİBER ZORBALIK

İZİNSİZ FOTOĞRAF ÇEKMEK, UYGUNSUZ MESAJ ÇEKMEK, SOSYAL MEDYADA HAKARET ETMEK GİBİ KULLANILAN ZORBALIK TÜRÜDÜR.



Akran Zorbalığı ve Akran Çatışması Arasındaki Farklar

Akran Zorbalığı

Arkadaşlık ilişkisi yoktur.

Davranışlar sıklıkla tekrarlanır

Etkileri kalıcıdır.

Sorun çözülmeye çalışılmaz

Akran Çatışması

Arkadaşlık ilişkisi vardır.

Arada sırada yaşanır

Etkileri genellikle geçicidir.

Problem çözülmeye çalışılır.

Akran Zorbalığı Hakkında

Yanlışlar

İsim takmak, dalga geçmek bir tür şakalaşmadır

Çocuklar zorbalıkla kendi başına baş edebilir.

Yalnızca erkekler zorbalık yapar

Sadece farklı özellikleri olan çocuklar zorbalığa uğrar

Doğrular

Karşı tarafı incitmek için yapılan davranışlar şakalaşma değildir.

Çocukların zorbalıkla baş etmesi için yetişkinlerin desteğine ihtiyaçları vardır

Cinsiyete göre zorbalık türleri farklılaşabilir.

Zorbalık her yaşta her çocuğun başına gelebilir

Zorbalık Yapan Çocukların Aileleri

- Problem çözümünde fiziksel güç kullanan ebeveynler.
- Saldırgan davranışları hoşgörü ile karşılayan ebeveynler.
- Fiziksel veya duygusal istismar uygulayan ebeveynler
- İlgisi, sevgi ve sıcaklıktan yoksun bir aile ortamı

Zorbalığa Maruz Kalan Çocukların Aileleri.

- Erkek çocukların anneleri ile çok yakın duygusal ilişki kurma eğilimi, annelerin ise çocuklarına yaşından daha küçükmüş gibi davranma eğilimi.
- Uzak ve mesafeli bir ilişki, babalar genelde ya aşırı eleştirel ya da tamamen ilgisiz.
- Aşırı koruyucu, kollayıcı ve kontrolcü ebeveynler.

Bir Örnek Verelim

- Ali, babasının annesine bağırdığını gözlemliyor.
- Ali'nin annesi korkuyor ve babasının dediğini yapıyor.
- Ali 'Ben de istediklerimi yaptırmak için bağırabilirim' diyor.
- Ali, arkadaşlarına teneffüste onunla kantine gelmeleri için bağıyor.

