

AKRAN ZORBALIĞI

PSİKOLOJİK DANIŐMA VE REHBERLİK SERVİŐİ
ÖĞRETMEN BÜLTENİ

ZORBALIĞA
"DUR" DE!

Hatice ARSLAN BAYRAK

Rehberlik Öđretmeni ve Psikolojik Danıőman

AKRAN ZORBALIĞI

ZORBALIK NEDİR?

Zorbalık, okullarda yaşanan oldukça yaygın bir şiddet türüdür ve güçlü olan bireyin kendi kazanç ve memnuniyeti için kendisine karşı koyamayacak kadar güçsüz olana tekrarlayan ve acı veren nitelikte fiziksel, psikolojik, sosyal veya sözel saldırılarda bulunmasıdır.

Zorbalık, sıklıkla akran anlaşmazlığı ile karıştırılmaktadır. Zorbalığın, saldırgan davranışlardan farklı bir durum olduğu bilinmeli, zorbalığın bir arkadaş anlaşmazlığı olduğu düşünülmemelidir.

Normal Akran Çatışması

- Taraflar eşit güçlere sahiptir.
- Zaman zaman rastlanır.
- Tesadüfi olarak gelişir
- Ciddi bir boyut taşımaz.
- Taraflarda benzer ya da eşit duygusal tepkilere yol açar.
- Herhangi bir amaç taşımayabilir.
- Taraflar arası sorunu çözmek için çaba vardır.

Akran Zorbalığı

- Güçler arası dengesizlik vardır.
- Yinelenen, süreklilik gösteren davranışlardır.
- Kasıtlı olarak yapılan eylemlerdir.
- Fiziksel ya da duygusal/sosyal olarak zarar verir.
- Mağdur taraf duygusal tepkiler gösterirken, zorba genelde tepkisizdir.
- Güç, kontrol ya da maddi şeyler elde etmek gibi amaçlar taşıyabilir.
- Sorun çözmek için çaba gösterilmez. Genellikle gizli de yapılabilir.



Dünya literatüründeki çalışmalar zorbalığın çeşitli sebepleri olduğunu göstermektedir. Bunlar arasında;

- **sosyal sebepler** (yetişilen ortam, mahalle, kitle iletişim araçları),
- **arkadaş çevresi** (çeteleşme ve okul arkadaşlığı),
- **yetiştirilme** (aile ortamı, aile bireyleri arasındaki ilişki),
- **okul ortamı** (öğretmen-idareci yaklaşımı, akademik başarının getirdiği yarış ortamı) sayılabilir.

AKRAN ZORBALIĞI

Zorbalık Davranışı Gösterenlerin Ortak Özellikleri



- Empati kurma yeteneği gelişmemiştir.
- Sosyal becerilerde ve ilişki kurma biçimlerinde yetersizlikler olabilir.
- Saldırgan ve dürtüsel yapıya sahiptir, erkeklerde fiziksel üstünlük de eşlik edebilir.
- Olumsuz arkadaş çevresi edinir.
- Zararlı alışkanlıklara yatkındır.
- Genellikle, okul başarılarında problemler görülebilir.
- Çevre tarafından kabul görmeyen davranışlara sahiptir.

Zorbalık Türleri

➔ **Fiziksel zorbalık;** ısırma, saç çekme, vurma, itme, yumruklama, tükürme, özel eşyalara zarar verme veya el koyma, haraç alma, odaya kilitleme gibi fiziksel birtakım eylemler içerir.

➔ **Sözel zorbalık;** tehdit etme, korkutma, lakap takma, sataşma, alay etme, hakaret etme, kötü niyetli dedikodular yayma gibi sözle zarar vermeye yönelik girişimlerdir.

➔ **Duygusal zorbalık;** çeşitli el hareketleri ve rahatsız edici bakışlar, kasti ve sistematik bir şekilde birini arkadaşlığa kabul etmeme, çirkin notlar gönderme, yok sayma, zorbalık yapılan kişinin arkadaşlık ilişkilerini etkileme/ bozma gibi eylemler içerir.

➔ **Siber zorbalık;** başkalarının şifrelerini ele geçirmek, internet sitelerini hacklemek, spam veya virüs içeren mailler yollamak veya rahatsızlık verme, hakaret etme, alay etme, fotoğrafları izinsiz olarak paylaşma gibi eylemler içerir.

Zorbalığa Maruz Kalan Çocuklarda Görülen Sorunlar

- Güvensizlik ve içe kapanma
- Uyku problemleri
- Okul fobisi ve devamsızlık artışı
- Depresyon
- Dikkat kaybı
- Gece alt ıslatma
- Ders başarısında düşme
- Eşyalara ya da başka kişilere zarar verme

AKRAN ZORBALIĞI

Akran Zorbalığında 3 Grup Vardır.



Akran Zorbalığına Karşı Eğitmciler Neler Yapabilir?

Zorbalar

- Genellikle ailesinde şiddet görürler ve bazen okulda kendisi de zorbalığa maruz kalırlar.
- Kendisini güçlü ve başarılı hissetmek için zorbalık yapabilirler.
- Sosyal becerilerden yoksun oldukları için istediklerini elde etmede bildikleri tek yol bu olabilir.
- Bazen diğer çocukları ne kadar incittiklerinin farkında olmayabilirler.
- Okula ait olma duygusundan yoksun oldukları ya da okulda mutsuz oldukları için bunu yapabilirler.

Mağdurlar

- Devamsızlığı artabilir ya da okulu terk edebilir.
- Depresyona girebilirler.
- Hıncını başka çocuklardan çıkarabilir.
- Arkadaşlarından soyutlanabilir ve yalnız kalabilir.
- Kendine ve diğerlerine olan güvenini yitirebilir.

Seyirciler

- Zorbalık olaylarının %85'inde akranlar seyirci durumundadır.
- Etraflarında olup biten şiddet davranışlarından dolayı mutsuzluk, üzüntü, korku, umutsuzluk gibi olumsuz duygulara sahip olabilirler.
- Kendilerini savunmak için sürekli tetik içinde bekleyebilirler.
- Kendilerini güvende hissetmeyebilirler.

- Öğretmenler, öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerini tanımalı ve akran danışmanlığı gibi zorbalığı azaltıcı faaliyetlerde bulunmalıdırlar.
- Öğretmenler, öğrencilerin zorbalık hakkında konuşmalarını cesaretlendirmeli ve başlarına gelen olayları anlattıkları takdirde herhangi bir sorunla karşılaşmayacaklarını yönünde öğrencilere güven kazandırmalıdırlar.
- Öğrencilere öfkelerini kontrol etmeye yönelik teknikler öğretilmesi zorbalığı azaltmada etkili olacaktır.
- Bu öğrencilerin ailelerine zorbalıkla ilgili bilgi verilmeli ve iletişim halinde olunmalıdır.
- Okulun havası pozitif yönde değiştirilmelidir. Çocuklar bekledikleri desteği okullardan göremezlerse, sosyal olarak istenen davranışları da göstermezler.
- Öğrencilerin akranları ile yapıcı, olumlu ilişkiler kurma becerilerini geliştirmek amacıyla birlikte sosyal ve kültürel etkinlikler planlama, grup dayanışması, işbirliği geliştirme gibi becerilerini artırmaya yönelik çalışmalar yapılabilir.
- Okul içerisinde zorbalık davranışlarına karşı kampanyalar düzenlenebilir.

AKRAN
ZORBALIĞINA
SESSİZ
KALMA!

KAYNAKLAR:

1. Totan, T. (2007).Okulda Zorbalığı Önlemede Eğitimciler ve Ebeveynlere Öneriler. *AİBÜ, Eğitim Fakültesi Dergisi*. 190-202.
2. İstanbul Bilgi Üniversitesi, Psikolojik Danışmanlık Bölümü, Zorbalık broşürü. (<https://www.bilgi.edu.tr/upload/zorbalik>)