

AKRAN ZORBALIĞI ÖĞRENCİ EL BROŞÜRÜ

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.



ZORBALIK TÜRLERİ

1-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

2-Sözel zorbalık ; tehdit etme, korkutma, lakap takma, sataşma, alay etme, hakaret

etme, kötü niyetli dedikodular yayma gibi sözle zarar vermeye yönelik girişimlerdir **3-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. **4-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.

BİR DAVRANIŞIN ZORBALIK OLARAK NİTELENDİREBİLMEK İÇİN BELLİ ŞARTLARI TAŞIMASI GEREKİR

Zorbalık davranışı: Daha önce de ifade edildiği gibi, bir davranışın zorbalık olduğunu söyleyebilmek için üç şart gereklidir:

1-Tekrar tekrar olması, (her gün, her beden dersinde, her zaman okul yolunda gibi)

2) Bilerek ya da karşındakini incitmek amacıyla kasten yapılması

3) Güç dengesizliğinin olması gerekir. (Yaşça daha büyük ya da güçlü olanın daha küçük ya da güçsüz olana zarar vermesi söz konusudur).

Örneğin sıraların arasından geçerken bir arkadaşınızın ayağına takılıp düştünüz. Bu zorbalık mı? Hayır, bir kaza. Neden? Çünkü sizi incitmek istemedi.

Muhtemelen bu olaydan sonra arkadaşınız sizden özür dileyecektir. Ama siz geçerken çelme taksaydı ne olurdu?

Zorbalık; çünkü bilerek sizin canınızı yakmak istedi. Bunu yapan insan sizden özür dilemez.

Zorbalıkla İlgili Doğru Bilinen Yanlışlar

1-Başkalarını Kızdırmak Bazen

EğlencelidirBaşkalarını rahatsız ederek onların acı çekmesinden zevk almak sağlıklı bireylerin düşüncesi olamaz. Böyle düşünen ve davranan bireylerin empati becerisinin yeterince gelişmediği söylenebilir

2-Zorbalık Yapıldığında Bunu Yetişkinlere Anlatmak İspyonculuktur

Böyle sözler, zorbalık yapmayı alışkanlık haline getiren kimselerin yaydığı sözlerdir. Zorba öğrenciler yaptıklarının yetişkinlere anlatılmasını istemezler. Böylece kendilerini güvenceye almak isterler.

Dolayısıyla zorbalık yapan bir öğrenciyi yetişkinlere şikayet etmek ispiyonculuk değil, tam tersine yapılması gereken bir davranıştır. Benzeri biçimde “Zorbalıktan şikâyet eden öğrenciler ana kuzusudur” ve “Zorbalıktan şikayet edenler kırılğan kimselerdir.” gibi zorba öğrencilerin yaydığı düşüncelerin ciddi bir temeli yoktur.Yetişkinler, çocuklar arasında yaşanan zorbalıklaramüdahale etmemeleri gerektiği inancını taşırlar. Hatta zorbalık yapanları öğretmene ya da idareye şikayet etmenin sorunu daha da büyüteceğini **düşünürler. Bu yanlış bir düşünce biçimidir.**

3-Birine Lakap Takmak Zorbalık Sayılmaz

Bir eylemin zorbalık olması için mutlaka fiziksel saldırı içermesi gerekmez. Bir öğrencinin hoşuna gitmeyen, onu inciten her

türlü isim ve lakapla anılması onun sosyal gelişimini ve kişilik gelişimini olumsuz etkileyeceğinden bir tür zorbalıktır. 4-Zorbalık Yapanları Görmezden Gelirseniz Sizi Bırakırlar!

Zorba öğrenciler, kolay hedef olduklarını düşündükleri için genellikle pasif ve çekingen öğrencileri tercih ederler. Bu nedenle mağdur öğrencilere pasif ve çekingen tepkiler vermelerini önermek zorbalığı önlemede başvurulacak etkili bir strateji değildir

5-Bir Zorba İle Baş Etmenin En İyi Yolu Onunla Kavga Etmek Ve İntikam Almaktır!

Bazı yetişkinler çocukları zorbalığa uğradığında; dişe diş mücadele etmelerini, kavgadan çekinmemelerini önermekte, "Biri sana saldırdığında sen de ona saldırmalı ve anlayacağı dilden karşılık vermelisin!" biçiminde öğütlerde bulunmaktadır. Bir yanlış başka bir yanlışla düzeltmeyeceğimize göre bu görüşe katılmak mümkün değildir 6-Zorbalığa Uğrayan Öğrenciler Yetişkinlerden Yardım İstememeli, Sorunu Kendi Başına Çözmelidir!

Yetişkinler, çocuklar arasında yaşanan zorbalıklara müdahale etmemeleri gerektiği inancını taşırlar. Hattazorbalık yapanları öğretmene ya da idareye şikayet etmenin sorunu daha da büyüteceğini düşünürler. Bu yanlış bir düşünce biçimidir.

NE YAPMALIYIM?

- 1-Beden duruşunuzu değiştirin.
- 2-Sırtınız ve başınızı dik tutun.
- 3-Korktuğunuzu, alt üst olduğunuzu karşıdaki kişiye belli etmemeye çalışın.

4-Eğer zorbalık yapan çocuk korktuğunuzu anlarsa daha da üstünüze gelebilir.

5-Eğer sözlü olarak sizi taciz ediyorsa hiç cevap vermeyin, kafanızı çevirin ya da uzaklaşın. Bir müddet sonra sıkılıp, bırakacaktır Arkadaşlarınızla birlikte zorbalık yapan çocuğu nazikçe uyarın ve bu davranışların karşıdaki kişiyi çok incitebileceğini söyleyin.

6-Eğer fiziksel güç ya da şiddet kullanmaya kalktıysa hemen oradan uzaklaşmaya çalışın ve güvenli bir yere gidin.

7-Zorbalık davranışları genellikle تنها yerlerde olur. Yardım isteyemeyeceğiniz yerlerde yalnız gezmeyin.

8-Sizi koruyabilecek bir arkadaş grubu edinmeye çalışın.

9-Zorbanın "kimseye söyleme" tehditlerine asla kulak asmamalıyım.

10-Şiddete başvurmamalıyım. Bu durum o kişi ya da kişilerin isteğini yerine getirmek olacaktır.

ZORBALIK DAVRANIŞINA ŞAHİT OLURSANIZ: NE YAPMALIYIM

- 1-Arkadaşlarınızla birlikte zorbalık yapan çocuğu nazikçe uyarın ve bu davranışların karşıdaki kişiyi çok incitebileceğini söyleyin.
- 2-Böyle davranışlara şahit olduğunuzda zorbalık yapan çocuğu cesaretlendirecek davranışlarda bulunmayın.



3-Yaptıklarına gülmeyin, tezahürat yapmayın, alkışlamayın.

4- Zorbalığa maruz kalan kişiyle arkadaş olun, onu grubunuza alın. Zorbalık yapan çocuklarla da arkadaş olabilir; ona doğru davranışlarda bulunmayı öğretebilirsiniz.

5-Zorbalık yapana yüksek sesle HAYIR! Diyerek onu durdurmak.

6-Güvendiğin bir yetişkine haber vermek, yetişkinden yardım istemek

7-Ortamı terk etmek

8-ZORBALIĞA DUR ! DE ZORBA OLMA KANKA OL

KAYNAKLAR

- 1-İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü-Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Bölümü
- 2-Totan, T. (2007).Okulda Zorbalığı Önlemede Eğitimcilere ve Ebeveynlere Öneriler. *AİBÜ, Eğitim Fakültesi Dergisi*. 190-202.
- 3-İstanbul Bilgi Üniversitesi, Psikolojik Danışmanlık Bölümü, Zorbalık