

## AKRAN ZORBALIĞI

Akran zorbalığı; çocuk ve ergenle aynı yaş grubunda olan kişi veya kişilerin birbirlerine veya tek bir kişiye karşı fiziksel, sözel ve davranışsal olarak örseleyici, zarar verici davranışlarda bulunmasıdır. Çocukların bu durumu anlaması ve yaşadığı zorbalığı anlatması uzun sürebilir. Kendisine inanılmayacağından, dalga geçileceğinden ve zorbaca davranışların artacağından dolayı maruz kaldığı bu örseleyici davranışları yakınlarına, öğretmenlerine anlatmakta zorlanabilir. Akran zorbalığında yaş grupları açısından aynı olan bir çocuk veya ergenin diğer çocuk veya ergene karşı uyguladığı orantısız güç kullanımı vardır.

Akran zorbalığı aynı kişi veya kişilerce; sürekli yapılan ve yıkıcı etkilere sebep olan davranış bütünüdür. Akranları tarafından zorba davranışlara maruz kalan çocuk kendini yalnız, çaresiz, mutsuz, öfkeli, davranışlardan bezmiş şekilde hissedebilir. Yaşadığı bu durumu anne babasına veya öğretmenine anlatmakta zorluk çekebilir. Bazı çocuklarda yaşadığı bu olayı anlatabilmekte fakat yeteri kadar yardım göremedikleri için anlatmanın da bir çaresi olmadığını düşünebilir. Akranlarının zorbaca davranışları azalmadığı ve aynı oranda devam ettiği sürece çocuk bunun geçmeyeceğini düşünebilir. Bir süre sonra çocuk veya genç bireyde içe kapanma, özgüven eksikliği, depresif davranışlar gösterebilir.

Akran zorbalığı konusunu iki açıdan değerlendirmek daha doğrudur. Birincisi davranışları uygulayan zorba kişi diğeri ise zorbalığa maruz kalan mağdur kişidir.



## HANGİ DAVRANIŞLAR AKRAN ZORBALIĞI ANLAMINA GELİR?

**Sözel Şiddet:** En sık karşılaşılan zorbaca davranışlardan biri çocukların birbirleriyle alay etmesi ve dalga geçmesidir. Çocuğun kılık kıyafeti, saçı, ten rengi, bedeninde olan bir engeli, kullanmak zorunda olduğu materyali (gözlük, tel gibi) çocuğun ekonomik durumu, boyu, kilosuna alay veya dalga konusu olmaktadır.

**Fiziksel Şiddet:** İtme, vurma, saçını çekme, tükürmek, başkasına vurdurma gibi davranışlar fiziksel şiddet içine girmektedir. Çocuk veya ergenin kendisine olmasa da eşyasına karşıda bir şiddet uygulanmaktadır.

**Cinsel Şiddet:** Cinsel içerikli sözcükleri sık tekrarlamak, cinsel anlamda dokunmaya çalışmak cinsel şiddet davranışlarına girmektedir.

**Sosyal Şiddet:** Akran oyun gruplarına almamak, sınıf içerisinde oluşan arkadaş gruplarına dahil etmemek, onunla konuşan kişilerin konuşmasını engellemeye çalışmak sosyal şiddet içerisine girmektedir.



## ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI NERDEN ANLARSINIZ?

- Arkadaşlarından ve okuldan hiç bahsetmemesi
- Eve arkadaş getirmemesi, arkadaşlarına hiç gitmemesi
- Partilere, gezilere davet edilmemesi, kendisiyle ilgili önemli toplantılara okul arkadaşlarından kimseyi davet etmek istememesi
- Okula gitmek istememesi, okul değiştirme isteği, sabahları iştahsızlık çekme, sürekli karın ve baş ağrısı
- Okul servisini kullanmak istememesi
- Korkulu rüyalar görmesi, uykusunda ağlaması, yatağını ıslatması
- Okuldan eve yırtık dağılmış giysilerle ya da zarar görmüş kitaplarla gelmesi
- Bedeninde açıklanamayan morluklar olması

- Sürekli uyumak istemesi
- İçe kapanma ve kekeleme gibi durumların ortaya çıkması
- Ne sorunu olduğunu söylemek istememesi
- İntihar girişimi olması
- Okuldan eve harçlığı ya da öğle yemeği alındığı için aç dönmesi
- Harçlığını sürekli kaybetmesi

## **ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK DAVRANIŞI SERGİLEMESİ DURUMUNDA NASIL DAVRANMALISINIZ?**

- Çocuğunuzla sakince konuşun, bunu yapma sebepleri ve yaptığı davranışın başkalarında yaratacağı olumsuz duygular üzerinde durun
- Bu davranışını onaylamadığınızı kesin ve net bir biçimde belirtin.
- Varsa bu tür davranışlara model olan ailenin diğer üyelerini uyarın.
- Kurallara uyduğunda, sorumlu davranışlar sergilediğinde, olumlu davranışlar gerçekleştirdiğinde takdir edin, bunları pekiştirin, ödüllendirin.
- Okulla mutlaka işbirliği yapın.



## **ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI DÜŞÜNÜYORSANIZ NELER YAPABİLİRSİNİZ?**

- Çocuğunuzla açık iletişim kurun. Durumu tartışmak yerine konuşmasına, duygularını paylaşmasına izin verin ve dinleyin.
- Zorbalığın nerede ve nasıl meydana geldiğini öğrenin  
Olumlu stratejiler geliştirmesinde yardımcı olun (Benimle uğraşma deyip sakin bir şekilde uzaklaşmak, akran istismarına veya rahatsız edilme eylemlerine maruz bırakacak ortamlardan kaçınmak, yeni arkadaşlar edinmek vb.).

- ‘Sen de aynısını ona yap’ cümlesinin fayda sağlamaktan çok zarar getireceğini unutmayın.
- Olayla ilgili olarak kendi duygularınızı mümkün olduğunca kontrol edin. Hemen aşırı tepki göstermeyin.
- Çocuğunuzu asla suçlamayın.
- Bu durumu kendisinin çözmesi gerektiğini ya da yardımcı olamayacağınızı söylemeyin.
- Eğer çocuğunuz bunu kimseye anlatmamanızı isterse, bunun zorbalık davranışı sergileyen kişiyi korumak anlamına geleceğini anlatın.
- İlgi alanları doğrultusunda sosyal etkinliklere, aktivitelere yönlendirin.
- Çocuğunuzu bundan sonraki akran istismarı ve rahatsız etme eylemlerini okulda güvendidikleri bir öğretmene bildirmeye teşvik edin.
- Sonrasında ise belli zaman dilimleri içerisinde aynı olayın tekrarlanıp tekrarlanmadığını ve onu üzen veya kızdıran arkadaşları olup olmadığını sorun.
- Okulu durumdan mutlaka haberdar edin ve çözüm konusunda işbirliği yapın.

## AİLEYE ÖNERİLER

- Aileler çocuklarının diğer arkadaşlarının yanında popüler olması yönündeki arzularını, çocuklarına yansıtmaktan kaçınmalıdır.
- Ailelerin çocuklarına daha çok zaman ayırması, zorbalık davranışlarına karşı dikkatli, özenli olması önerilebilir. Ailelerin belli zaman dilimleri içerisinde çocuklarını üzen veya kızdıran arkadaşları olup olmadığını ve bu durumun nasıl olduğunu sorması çocuklarının zorbalığa kurban veya zorba olarak katılmasını önlemede faydalı olacaktır.
- Çocuğu zorbalığa karışan ailenin öncelikle çocuğunu dikkatle dinlemesi, çocuğuna nasıl yardım edebileceği üzerinde düşünmesi, okul ile iş birliği yapması ve olanak varsa okul dışı uzmanlardan da destek alarak çözüm üretmede işbirliği yaklaşımları kullanması önerilmektedir.
- Zorba ve kurban olan öğrencilerin ailelerin çocukları ile empati kurması ve durumu tartışmak yerine çocukların duygularını ve hissettiklerini anlamaya çalışması önerilmektedir.
- Zorbalığın nerede meydana geldiğini, nasıl oluştuğunu öğrenmek ailelerin yapması gerekenler arasında yer almaktadır.
- Son olarak aile başka ebeveynlerle ve öğretmenlerle konuşarak ortak çözüm yolları belirlemeye çalışması yararlı olabilir. Ancak aile çocuğunu buna zorlamamalı çocuğunun hazır olduğundan emin olduğunda bu çözüme başvurmalıdır. Unutmamalıdır ki aileler okuldan gittiğinde çocuklar kendisini korumasız, zayıf, yetersiz olarak hissedebilmektedirler.

Kaynak:

[www.pisikonet.com/Yazilarimiz-akran-zorbaligi-nedir?-244.html](http://www.pisikonet.com/Yazilarimiz-akran-zorbaligi-nedir?-244.html)

[www.cakabey.k12.tr/rehberlik/bulten/rehberlikbulteni\\_1.pdf](http://www.cakabey.k12.tr/rehberlik/bulten/rehberlikbulteni_1.pdf)

Kesire GÜNEŞ GENÇ  
Rehber Öğretmen  
Şehit Polis Sabri Kün İlkokulu