

AKRAN ZORBALIĞI

Öğretmen Semineri

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Zorbalık; birisine isteyerek fiziksel, sözel ve/veya duygusal olarak zarar verecek şekilde davranmaktır. Bu doğrultuda akran zorbalığı, bir veya birden fazla öğrencinin, kendilerinden daha fiziksel veya psikolojik olarak daha zayıf olan öğrencileri kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız ettiği ve mağdurun kendini savunamayacak durumda olduğu bir saldırganlık biçimidir.

Benliğinin farkına varmaya başlayan ergenlik dönemindeki bir ergen birey için bu gelişimi baltalayacak olumsuzlukla dolu bir süreçtir.

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

“OECD tarafından uygulanan Uluslararası Öğrenci Değerlendirme Programı (PISA) 2022 verilerine göre, Türkiye'deki öğrencilerin yüzde 25'i kızlar, yüzde 28'i erkekler olmak üzere aylık bazda okul zorbalığına maruz kaldıklarını göstermektedir.”

AKRAN ZORBALIĞININ TÜRLERİ

3

1 Fiziksel Zorbalık:

Vurma, tekme atma, itme, saç çekme, eşyalara zarar verme gibi fiziksel saldırıları ve fiziksel olarak zarar verme veya tehdit etmeyi içerir. Yaygın olarak görülen ve bir zorbalık olarak en kabul edilen tipidir.

2 Sözel Zorbalık:

Alay etme, lakap takma, aşağılayıcı ve kırıcı sözler söyleme, tehdit etme gibi davranışları içerir. Sözlü zorbalık, kurbanın özgüvenini ve ruh sağlığını ciddi şekilde etkileyebilir. En yaygın zorbalık tipidir.

3 İlişkisel Zorbalık:

Sosyal dışlama, dedikodu yayma, bir kişiyi grup etkinliklerinden dışlama gibi davranışları içerir. Bu tür zorbalık, kurbanın sosyal ilişkilerini ve aidiyet duygusunu olumsuz etkiler. Arkasındaki amaç, bir kişiyi kullanarak, zorlayarak veya kontrol ederek sosyal konumunu üstte tutmaktır. Görünürlüğü zor bir zorbalık tipidir bundan dolayı fark edilmesi çok geç olabilir.

AKRAN ZORBALIĞININ TÜRLERİ

4

4 Sanal (Siber) Zorbalık:

İnternet, sosyal medya, mesajlaşma uygulamaları gibi dijital platformlar üzerinden yapılan zorbalıktır. Online ortamda tehdit, aşağılayıcı mesajlar gönderme, kişisel bilgileri ifşa etme gibi davranışları kapsar. Teknoloji zorbalarının daha izole ve anonim olmalarına hizmet ettiğinden daha acımasız bir tutum içerisinde olabilirler. Kurbanı her yerden ulaşabilme durumu, psikolojik olarak olumsuz etkisi de daha fazla olabilmektedir. Kurbanın kendini daha az güvende hissetmesine neden olabilir.

5 Cinsel Zorbalık:

İstenmeyen cinsel içerikli yorumlar, cinsel isim takma, kaba hareketler, fiziksel temas, cinsel içerikli mesajlar gönderme, cinsiyetçi zorbalık, cinsel gelişim hakkında kaba yorumlar gibi davranışları kapsar. Cinsel zorbalık, cinsel saldırıya yol açabilir.

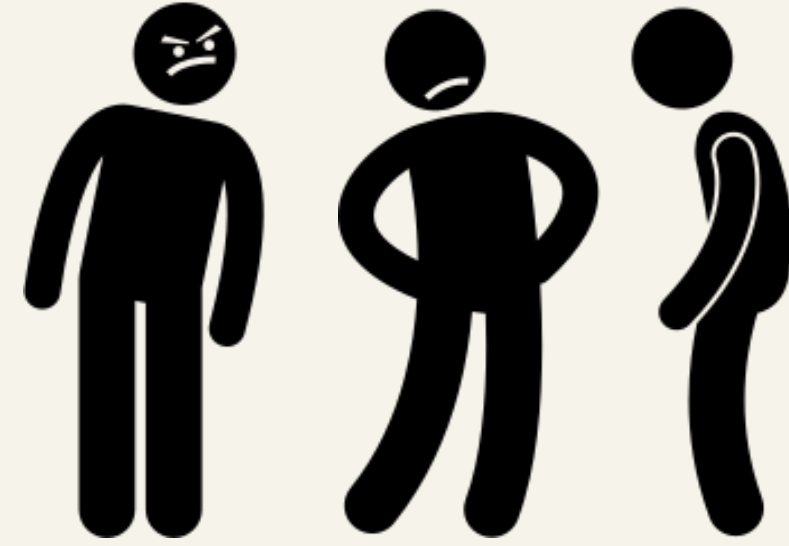
Türkiye'de gerçekleştirilen araştırmalar, erkek öğrencilerin genellikle fiziksel zorbalık eğiliminde olduğunu, kız öğrencilerin ise daha çok sözel ve ilişkisel zorbalık türlerine başvurduğunu ortaya koymaktadır. Fiziksel ve sözel zorbalığın yanı sıra, dışlama, dedikodu yapma ve eşyalara zarar verme gibi davranışların da yaygın zorbalık biçimleri olduğunu göstermektedir. Sözel zorbalığın en yaygın zorbalık türü olduğu üzerinde durulmuştur. Araştırmaların ortak bulguları, akran zorbalığının genç yaşlardan itibaren ciddi bir sorun olduğunu ve farklı değişkenlerin (cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, ebeveyn eğitimi) zorbalık eğilimlerini etkilediğini göstermektedir.

Akran Zorbalığı Nedir?

Zorbalığa uğrayan öğrenciyi nasıl anlarsınız?



Zorba öğrenciyi nasıl anlarsınız?



Zorbalık yapan çocuk / Zorba

- **Empati Eksikliği:** Başkalarının duygularını anlamakta ve onlara empati yapmakta zorlanırlar.
- **Agresif Davranışlar:** Fiziksel veya sözlü olarak saldırgan olabilirler. Kavgacı ve itaatsiz davranışlar sergileyebilirler.
- **Manipülatif Olma:** Başkalarını kendi çıkarları için manipüle edebilirler.
- **Otoriteye Karşı Gelme:** Öğretmenler veya ebeveynler gibi otorite figürlerine karşı gelme eğilimindedirler.
- **Arkadaşlık İlişkilerinde Problemler:** Genellikle sağlıklı ve uzun süreli arkadaşlıklar kurmakta zorlanırlar.
- **Kıskançlık ve Rekabet:** Diğer çocukların başarılarını kıskanabilir ve bu durumu tehdit olarak görebilirler.
- **Aile Problemleri:** Evde yaşanan sorunlar, şiddet veya ilgisizlik zorbalığa katkıda bulunabilir.
- **Davranış Bozuklukları:** Hiperaktivite, dikkat eksikliği gibi davranış bozuklukları gösterebilirler.
- **Duygusal Kontrol Sorunları:** Öfke, hayal kırıklığı veya stres gibi duyguları yönetmekte zorlanma.

Zorbalığa uğrayan çocuk / Mağdur

- **Düşük Özgüven:** Kendilerine güvenleri genellikle düşüktür ve kendilerini savunmakta zorlanırlar.
- **İçine Kapanıklık:** Sosyal olarak çekingen olabilirler ve kalabalık gruplardan kaçınabilirler.
- **Fiziksel veya Duygusal Zayıflık:** Fiziksel olarak daha zayıf olabilirler veya duygusal olarak hassas olabilirler.
- **Farklılıklar:** Görünüş, giyim tarzı, konuşma şekli veya ilgi alanları gibi nedenlerle akranlarından farklı olabilirler.
- **Yalnızlık:** Genellikle arkadaşsız veya az arkadaşına sahip olabilirler. Sosyal destekleri zayıf olabilir.
- **Pasif Davranışlar:** Saldırganlık veya karşı koyma yerine, daha pasif ve çekingen tepkiler verebilirler.
- **Akademik Başarı:** Bazen akademik olarak başarılı oldukları için kıskanılabilirler, bazen de düşük akademik başarı gösterdikleri için hedef olabilirler.
- **Aşırı Hassasiyet:** Eleştiriye veya olumsuz geri bildirimlere karşı aşırı duyarlı olabilirler.
- **Yardım İstemekte Zorlanma:** Zorbalıkla karşılaştıklarında yardım istemekten çekinebilirler veya nasıl yardım isteyebileceklerini bilemeyebilirler.

***Öğrencinin herhangi bir özelliği onun kurban pozisyonunda olmasını desteklemez. Ancak hem zorba öğrenci hem kurban öğrenci için var olan risklerin farkına varıp ne şekilde beslememiz gerektiğini bilmek ve anlamak önemli bir adım olacaktır.**

ZORBALIĞA UĞRAYAN ÇOCUKLARIN GÖSTEREBİLECEĞİ BELİRTİLER

● Fiziksel Belirtiler

- Açıklanamayan yaralanmalar, çürükler, kesikler veya çizikler.
- Kayıp veya zarar görmüş kişisel eşyalar.
- Uyku problemleri, kabuslar, yorgunluk.
- Karın ağrısı, baş ağrısı gibi stresle ilgili fiziksel şikayetler.

● Akademik Belirtiler

- Notlarda ani düşüş, okul performansında genel bir gerileme.
- Derslere olan ilgisizlik, ödevleri yapmama.
- Sınıf içi katılımında azalma, derse konsantre olamama.

● Davranışsal Belirtiler

- Okula gitmek istememe, okula geç kalma veya okuldan kaçma.
- Sosyal etkinliklerden kaçınma, yalnız kalmayı tercih etme.
- Ani duygusal patlamalar, aşırı ağlama veya öfke nöbetleri.
- Yemek yeme alışkanlıklarında değişiklik, iştahsızlık veya aşırı yeme.

● Psikolojik Belirtiler

- Düşük özgüven, kendine güvensizlik.
- Depresyon, anksiyete, sürekli endişe hali.
- Sosyal fobi veya diğer anksiyete bozuklukları.
- Kendine zarar verme düşünceleri veya davranışları.

Zorbalıkla karşılaştığınızda ne yaptınız?



Zorbalığına Uğrayan Öğrenciler İçin Neler Yapılabilir?

Öğrenci İle İlişki



Öğrencilere kendilerini rahatlıkla ifade edebilecekleri, anlaşıldığını hissettiği, duygularının kabul gördüğü ve desteklendiği bir ortam sunulmalıdır. Öğrencileriniz için ulaşılabilir olmak okul ortamında güvende hissettirecektir.

Sınıf Ortamı



Sınıf içerisinde kuralların olması ve demokratik bir ortam kurmak öğrencilere sınır koyma ve sınırlarını korumada model olacaktır ve güvenli bir ortam sunacaktır. Sınıf içerisinde öğrencileri gözlemlemek önleyicilik açısından önemlidir.

Okul Yönetimi



Okul yönetimi zorbalık ile ilgili bilgilendirilmeli ve veli görüşmeleri yapılarak öğrenci için sağlıklı çözüm yolları bulunmalıdır. Öğrenciler için faaliyetler düzenlenmesi ve öğrencilerin sosyal deneyim kazanacağı ortamın artırılması önleyici ve destekleyici olacaktır.

Rehberlik Servisi ile İşbirliği



Öğrencilerin bu süreçte psikolojik sağlamlığını desteklemek için mutlaka bir uzmandan destek alması gerekmektedir. Bunun için veli ile birlikte okul psikolojik danışmanına, yoksa bir ruh sağlığı uzmanına yönlendirmek gerekmektedir.

Neler Yapılabilir?

Öğrenci İle İlişki



Öğrencinin zorbalığının altında yatan nedenleri anlamak öncelik verilmesi gereken bir yaklaşımdır.

Zorbalık ile ilgili düşünmesi sağlanmalı ve öğrenciye zorba davranışlarının kabul görmediği anlatılmalıdır.

Öğrenci ile ilgili veli ile mutlaka iletişim içerisinde olunmalıdır.

Sınıf Ortamı



Sınıf içerisinde kuralların olması ve demokratik bir ortam kurmak zorba davranışlar için önleyici tedbirler olarak değerlendirilebilir.

Okul Yönetimi



Okul yönetimi zorbalık ile ilgili bilgilendirilmeli ve veli ile gerekli görüşmeler yapılmalıdır. Yapılan zorba davranışlar ile ilgili cezalandırıcı değil eğitici disiplin yönetimi sağlanmalıdır. Öğrenci zorba davranışlarının yerine kabul gören davranışlar konulmalıdır.

Rehberlik Servisi ile İşbirliği



Öğrencinin zorba davranışlarının altında yatan psikolojik nedenler ile ilgili mutlaka destek alınmalıdır.

Bu konuda veli ve öğrenci için gerekli yönlendirme yapıp süreç ile ilgili desteklenmelidir.

AKRAN ZORBALIĞI İLE İLGİLİ

SORU CEVAP

Akran Zorbalığı Semineri

**DİNLEDİĞİNİZ İÇİN
TEŞEKKÜR EDERİZ**