

# REHBERLİK VELİ BÜLTENİ

KASIM 2024



## Kasım

### sayısında:

*Akran Zorbalığı - 1*

*Zorbalık Nedir? Akran  
Çatışması Nedir? - 2*

*Zorbalık Söz Konusu  
Olduğunda Aileler Neler  
Yapabilir? - 3*

## Akran Zorbalığı

Okulun ilk yıllarında anne babaların ve öğretmenlerin özellikle üzerinde durduğu konulardan biri öğrenciler arasında gözlemlediğimiz şiddet içeren davranışlardır. Bu tür davranışlardan bahsederken çoğu zaman "akran çatışması" ve "zorbalık" ifadelerini kullansak da ikisi aslında farklı kavramlardır.

Dr. Sait Darga İlkokulu Şiddet Önleme Komisyonu olarak bu yıl dördüncüsünü düzenlediğimiz "**Dr. Sait Darga'da Turuncu Bir Gün; Dostluk, Arkadaşlık Her Gün**" etkinliği ve ilerleyen haftalarda yapacağımız çalışmalarla zorbalık konusunda farkındalık yaratmayı, öğrencilerimize olumlu davranışlar kazandırmayı ve onları bu yönde motive etmeyi amaçlıyoruz. Bununla birlikte zorbaca davranışları okulun, öğretmenlerin, ailelerin ya da öğrencilerin tek başlarına önleyebilmeleri mümkün değildir. Hem okul hem de aileler tutarlı ve kararlı bir şekilde bu konuda tavır aldıklarında, çocukların olumsuz davranışları belirgin şekilde azalabilir. O nedenle Kasım ayı veli bültenimizde sizlerle bu konuyu paylaşıyor, çocuklarımıza olabildiğince güvenli bir okul ortamı oluşturabilmek için desteğinizi bekliyoruz.

## Zorbalık Nedir? Akran Çatışması Nedir?

Hayatımızın her alanında ve her yaşta karşılaşılabileceğimiz bir durum olan zorbalığın tanımlanması ve sistemli bir şekilde araştırılması 1970 yılında Dan Olweus tarafından gerçekleştirilen çalışmayla başlamıştır. Bu davranışlar çoğu zaman “büyümenin doğal bir parçası” olarak görülmüştür ve farklı araştırmacılar zorbalığı çok farklı şekillerde tanımlamışlardır. Çok sayıda tanım incelendiğinde zorbaca davranışların bazı ortak noktaları olduğu görülmektedir:

- Tek bir saldırganca eylem yerine, uzun süreli olarak uygulanması, yani tekrarlayıcılığı ve sürekliliği olması,
- Güç eşitsizliği (güçlünün güçsüze saldırması) durumu,
- Sözel, fiziksel ve psikolojik olması.

Sıkça karıştırılan akran çatışmaları ve zorbaca davranışlar arasındaki farkları ise şöyle özetleyebiliriz:

### Akran Çatışmaları

Eşit güçler, arkadaşlık vardır.

Arada sırada olur.

Ciddi değildir.

Güç ve dikkat arayışı yoktur.

Belli bir kazanç arayışı yoktur.

Pişmanlık ve sorumluluk alma vardır.

Problemi çözmek için çaba sarf edilir.

Eşit duygusal tepki

### Zorbaca Davranışlar

Güçte dengesizlik vardır, arkadaşlık yoktur.

Tekrarlayıcı olumsuz hareketler vardır.

Ciddidir, fiziksel ve ruhsal zarara yol açar.

Güç ve kontrol arayışı vardır.

Güç kazanmayı ya da belli bir eşyayı, parayı alma denemesi var.

Pişmanlık ve sorumluluk alma yoktur.

Problemi çözmek için çaba sarf edilmez.

Sadece mağdurda yoğun olumsuz duygusal tepki

# Zorbalık söz konusu olduğunda aileler neler yapabilir?

- Çocuklar sıklıkla bu tür olayları ailelerine söylemekten utanıp çekinebilirler; söylediklerinde daha kötü şeyler olacağından korkabilirler. Eğer çocuk bu tür olayları öğretmeniyle konuşmayı daha rahat buluyorsa, aile bu konuda çocuğu cesaretlendirebilir.
- Çocuğunuz sizinle böyle bir durumu paylaştığında, kendisini rahatsız eden bir konuda sizinle açık olarak konuştuğu için memnun olduğunuzu, ona inandığınızı ve onun duygularını anlamaya çalıştığınızı hissettirebilirsiniz.
- Eğer çocuğunuz çekingense ve arkadaş edinmekte güçlük yaşıyorsa, ilgilendiği alanlardaki gruplara ve aktivitelere katılması için onu cesaretlendirebilirsiniz.
- Çocuk aile içinde hiçbir zaman güçsüz, beceriksiz gibi isimlerle çağrılmamalı, başka hiç kimsenin de bu tarz isimleri kullanmasına izin verilmemelidir.
- Eğer zorbalık davranışı sözel olarak takılma ve alay etme şeklindeyse ilk olarak çocuğa bunları duymazdan gelmesi öğretilebilir. Bu şekilde zorbaca davranan çocuğun memnun olması engellenebilir.
- Çocuğunuz zorbaca davranışlara maruz kaldığını sizinle paylaşırsa bunu ciddiye alın, ancak;

- \* Alay etmekten (bunda üzülecek bir şey yok)
- \* Yok saymaktan (Bu ne ki! Benim zamanımda...)
- \* Şiddete yöneltmekten (kendini savun, sen de aynısını yap)
- \* Her şeyi üstlenmekten (sen bu işi bana bırak) kaçınmaya çalışın.

Öte yandan anne ve babalar açısından çocuğunun zorbaca davranışlarda bulunduğunu öğrenmek de bir o kadar üzücüdür ve hayal kırıklığı yaratabilir. Bu durumda bazı aileler öfkelenmekte, sözel veya fiziksel olarak bir başka şiddet türünü bu kez kendileri sergileyebilmektedir. Bazı aileler ise aşırı korumacı davranarak çocuğun olumsuz davranışlarının devam etmesine neden olmaktadır.

Eğer çocuğunuz zorbaca davranışlar sergiliyorsa;

- \*bunun kötü bir şey olduğunu bilmiyor,
- \*abisini, ablasını veya ailedeki bir başka büyüğü taklit ediyor,
- \*arkadaşlarıyla kaynaşmanın başka bir yolunu bilmiyor,
- \*arkadaşları yönlendiriyor,
- \*sıkıntılı bir dönem yaşıyor ve saldırgan duygularını davranışa döküyor olabilir.

- Böyle bir durumu öğrendiğinizde bu tür davranışların ailede kesinlikle kabul edilmeyeceğini anlatabilirsiniz.
- Fiziksel cezalar "güçlü olan haklıdır" mesajı vereceğinden bu tür yaptırımlardan uzak durmanız önemlidir.
- Çocuğun genel aktivitelerini, kimlerle arkadaşlık ettiğini takip edebilir, okul ile iletişimde kalarak çocuğun davranışlarındaki değişiklikleri izleyebilirsiniz.
- Aile içindeki saldırgan davranışlar, şiddet içerikli oyunlar ve çizgi filmler bu tür davranışları tetikleyebilir. Çocuğunuzun bunlardan olabildiğince uzak tutabilirsiniz.
- Çocuğunuzun evdeki ve okuldaki olumlu davranışlarını (kurallara uyma, sorumluluklarını yerine getirme, izin isteme, vb) övebilir ve takdir edebilirsiniz.

## Kaynaklar ve daha fazlası:

\*Ergenlik ve Şiddet – Dr. Nevin Dölek Sunumu

\*Okulda Akran İstismarı – Dr. Taner Güvenir (ed.), Kök Yayıncılık

\*Başa Çıkma Stratejileriyle Okul Zorbalığı ve Sanal Zorbalık – E. Yaman, Y. Eroğlu, A. Peker, Kaknüs Psikoloji, 2011.

\*Okulda Zorbalık – B. Ural, N. Özteke, Kök Yayıncılık, 2007.

Unutmamak gerekir ki her çocuk ve ergen saldırgan dürtüler taşır, önemli olan bu enerjinin kişinin yeteneğine ve ilgisine uygun, olumlu bir alana yönlendirilmesidir.

Bu noktada özellikle takım halinde yapılan sporlar çocukların grup içinde uygun davranış biçimlerini geliştirmelerine ve kurallara uymayı öğrenmelerine yardımcı olmaktadır.