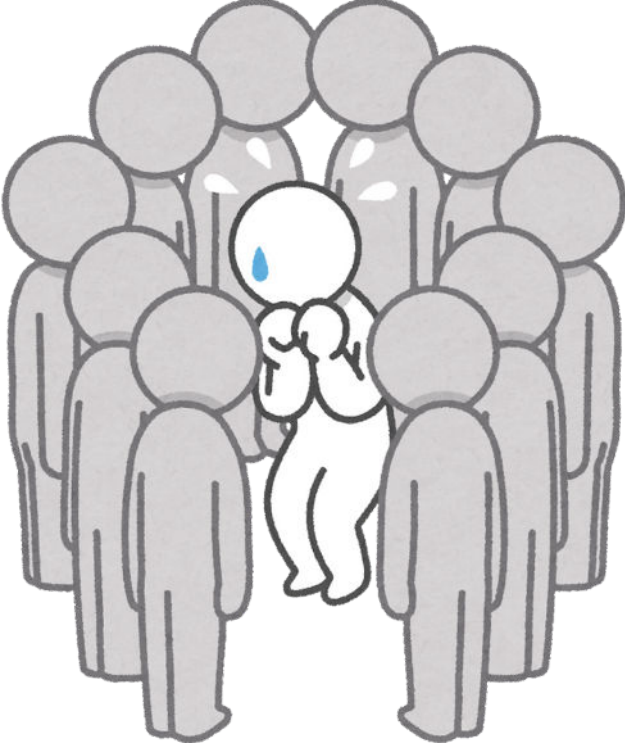


VELİ BÜLTENİ

Sakarya İlkokulu Rehberlik Servisi



AKRAN ZORBALIĞI

Değerli Velilerimiz,
Bu sayımız ile birlikte
çocuklarımızın okul yaşamında
karşılaşabileceği önemli bir
konu olan akran zorbalığı
hakkında sizleri bilgilendirmek
istiyoruz. Çocuklarımızın sağlıklı
bir sosyal çevrede
büyüyebilmesi için bu konuda
farkındalık oluşturmak büyük
önem taşıyor.

BU SAYIDA

- ZORBALIK ÇEŞİTLERİ
- ÇOCUĞUMUN AKRAN ZORBALIĞI YAPTIĞINI NASIL ANLARIM?
- ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI NERDEN ANLARSINIZ?
- ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK DAVRANIŞI SERGİLEMESİ DURUMUNDA NASIL DAVRANMALISINIZ?
- ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI DÜŞÜNÜYORSANIZ NELER YAPABİLİRSİNİZ?

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?



Akran zorbalığı, “bir kişi ya da bir grup insanın kasıtlı olarak, tekrarlayan bir biçimde, diğer bir kişiye ya da bir gruba karşı acı vermek, korkutmak, sindirmek ya da yıldırımak amacıyla yapılan davranışların tümü olarak” tanımlanabilir. Zorbalık içeren bir eylem; kasıtlı olarak karşısındakine zarar vermek amacıyla yapılan saldırgan davranışlardır.

ZORBALIK ÇEŞİTLERİ

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.

ÇOCUĞUMUN AKRAN ZORBALIĞI YAPTIĞINI NASIL ANLARIM?

- Farklı ortamlarda saldırgan davranışlar gösterme,
- Düşünmeden, ani davranma, çabuk öfkelenme
- Farklılıklara karşı önyargılı veya tahammülsüz olma
- Kendi suçunu kabul etmeme genelde hep karşı tarafı suçlama
- Kuralları dinleme ve uymada zorluk yaşama
- Öğretmen ve ebeveynlerine sıklıkla karşı gelme
- Akranlarına hükmetmeye, boyun eğdirmeye çalışma
- Başkalarının duygularına duyarlı olmama (empati kurmakta zorlanma)
- Sizin almadığınız bir eşyaya birden bire sahip olma (kalem, çanta, kitap) vb. tutumlar zorbalığın belirtisi olabilir.



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
- İçeride 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.
- Zorbaliğın nerede ve nasıl meydana geldiğini öğrenin.
- Olumlu stratejiler geliştirmesinde yardımcı olun (Benimle uğraşma deyip sakın 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
- Hemen aşırı tepki göstermeyin olayla ilgili olarak kendi duygularınızı mümkün olduğunca kontrol edin. Çocuğunuz asla suçlamayın.
- Çocuğunuz 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.