

# AKRAN ZORBALIĞI



## Akran zorbalığı;

Bir öğrencinin başka bir öğrenci ya da öğrenci grubu tarafından tekrarlı bir şekilde fiziksel, sözel, sosyal ya da siber olarak saldırgan, huzursuz edici, zarar verici davranışlara maruz kalmasıdır.

Zorba davranış gösteren ve zorbalığa uğrayan çocuk arasında *güç eşitsizliği* vardır. Genellikle zorba davranışlar uygulayan çocuk; yaşça daha büyük, fiziksel açıdan daha güçlü ya da sosyal olarak daha kalabalık bir gruptan olabilir. Buna bağlı olarak da okullarda yaşanan her şiddet olayı akran zorbalığı değildir, örneğin güçleri denk iki öğrencinin arasında çıkan kavgalar bir zorbalık değildir çünkü zorbalık olması için güç dengesizliğinin olması gerekmektedir.

Zorbalığın öğrenciler için ciddi bir travma olduğu, etkilerinin okul dönemi ile sınırlı kalmayıp, yaşam boyu sürdüğü ve toplum sağlığını da olumsuz etkilediği kabul edilmektedir. Zorbalık eylemleri süregelen hale geldiğinde, güç dengesizliklerinin kalıcı hale geldiği ve hedef olan çocuklarda fiziksel ve zihinsel gelişim sürecinin bozulduğu belirtilmektedir.

Aynı zamanda sadece zorbalığa maruz kalan çocukların değil tanık olan çocuklarında kaygı düzeylerinin arttığını ve bir gün kendilerinin de başına gelebileceği konusunda endişelendikleri belirtilmektedir.



### AKRAN ZORBALIĞINA UĞRAYAN ÇOCUKLARDA NELER OLUR?

- Çocuklar fiziksel ve psikolojik zararlar görmektedir
- Psikolojik olarak içine kapanıp depresif belirtiler gösterebilir
- Evden çıkmak istemez, okula gitmek istemez devamsızlık yapabilir
- Özgüven eksikliği yaşayabilir
- Sosyal fobi gelişebilir ve kendini sosyal konularda yetersiz hissedebilir
- Kaygı, kızgınlık ve çaresizlik duyguları hissedebilir

- Kendisini mutsuz, değersiz hissedebilir
- Dışlanmışlık ve yalnızlık duyguları yaşayabilir ve sosyal ortamlarda yalnız kalabilir
- Zorbaliğa uğramalarının sonucunda çocukların akademik başarıları da bu durumdan etkilenir ve akademik ilgisizlik, başarısızlık, derslerine odaklanamama gibi sorunlar da yaşamaya başlayabilir
- Aynı zamanda çocuk fiziksel olarak da bu durumdan etkilenmektedir ve karın ağrısı, baş ağrısı, yorgunluk görülebilir
- Çocuğun vücudunda yaralanmalar da görülebilir
- Kitap, defter, kalem gibi özel eşyalarında eksiklik olabilir
- Okul kıyafetinde yırtılma, yıpranma görülebilir
- Bazı durumlarda ise çocuk zorbalıkla mücadele etmek için zorbalık davranışları da gösterebilir ve öfke orunları da yaşayabilir



## AKRAN ZORBALIĞININ TÜRLERİ

### 1)FİZİKSEL ZORBALIK

Fiziksel zorbalık davranışları içerisinde dövme, vurma, tekme atma, itme, tutma, çekme, tükürme, bedene yapılan şakalar, saç çekme, boğazlama, bıçak çekme yer almaktadır.

### 2)SÖZEL ZORBALIK

Sözel zorbalık davranışlarına örnek olarak ad takma, alay etme, sataşma, dalga geçme, lakap takma, küçük düşürücü sözler söyleme, küfür etme, hakaret, dedikodu yapma gibi eylemler yer almaktadır.



### 3)DAVRANIŞSAL/DUYGUSAL ZORBALIK

Duygusal zorbalık örnekleri arasında başkalarının arkasından hoş olmayan hikaye ya da dedikodular yayma, arkadaş grubundan dışlama, oyun ya da etkinliklere almama, herhangi bir ayrıma maruz bırakma, arkadaş ortamında küçük düşürme, kişiyi yalnızlaştırma, görmezlikten gelme gibi davranışlar vardır.

### 4) CİNSEL ZORBALIK

Cinsel zorbalık örnekleri arasında gözetleme, isteği dışında cinsel içerikli şeyler gösterme, elle ya da sözle sarkıntılık yapma, hakkında cinsel içerikli söylentiler yayma, cinsel istismar gibi eylemler yer almaktadır.

### 5)SİBER ZORBALIK

Siber zorbalık da zorbalığın sanal ortamda meydana gelmesidir. Siber zorbalığa örnek olarak sosyal medyadan rahatsız edici mesaj atmak, küçük düşürücü paylaşımlarda bulunmak, interneti kullanarak karşı tarafı rahatsız etmek gösterilebilir.



## AKRAN ZORBALIĞININ NEDENLERİ

Zorbalık çok fazla nedenle ilişkili olup, kişinin bireysel özellikleri yanında ailesel ve çevresel özelliklerinin de zorbalık davranışının oluşmasında etki göstermektedir.

- Ailesel Nedenler

Aile içinde ihmal ve istismarın yaşanması ailesel nedenlerdendir, çocuğa bakım veren ilk kişinin çocuğa karşı fazlasıyla hoşgörülü ve anlayışlı bir yapıda olması onun akranlarına yönelik davranışlarını kısıtlamamasına neden olabilir, eğer çocuk evde şiddet görüyorsa da bu durum zorba davranışlar göstermenin nedenlerinden biri olabilir.

- Kişisel Nedenler

Kişisel nedenlerden bazıları çocuğun fiziksel açıdan zayıf olması, uyum sağlama becerilerinin düşük olması, arkadaşının olmaması, problem çözebilme becerilerinin düşük olması, fazla kilolu olması, okul başarısının diğer öğrencilerden yüksek olması, çok sık ağlaması ve aşırı duygusallık, sürekli olarak öfkeli ve anti sosyal bir kişilik yapısına sahip olması, kendine güveninin az olması, cinsiyet farkı şeklinde sıralanabilir.

- Okulla İlgili Nedenler

Olumsuz okul iklimi yani personelin ve velilerin bir işbirliği içinde olmaması, birbirlerine destek olmaması gibi faktörler öğrencilerin okula karşı olan tutumunu etkiler. Olumsuz öğretmen tutumları, otoriter, adaletsiz öğretmen tutumları çocukların okula karşı olumsuz tutum geliştirmesine ve okulda zorba davranışların görülmesine neden olabilir.



## Zorba çocuğun özellikleri

Zorbalık davranışı gösteren çocuklar;

- Genel olarak fiziksel açıdan güçlü, enerjik, çatışmadan ve saldırgan davranış göstermekten memnun olan çocuklardır.
- Akranları tarafından dışlanmaz, iki üç kişilik öğrenci grupları olur.
- Empati kurma ve iletişim becerileri düşüktür.
- Genel olarak kurallara uymazlar.
- Düşük kaygı düzeyleri vardır.
- Yüksek özgüvene sahip, girişkendir.
- Dikkat çekmekten hoşlanır.
- Akranları üzerinde baskıcı bir tutum sergilerler.
- Sorumluluk almayı kabul etmezler.
- Bu çocuklar bazen depresif belirtiler de gösterebilir, davranış problemleri yaşayabilir aynı zamanda madde kullanımını gibi sorunlar da gözlenebilir.



## Kurban çocuğun özellikleri

Akran zorbalığına maruz kalan öğrenciler;

- Zorbalık davranışı gösteren öğrencilere göre fiziksel olarak daha zayıftır.
- Sınıfa sonradan katılmış olabilir.
- Sınıfta yaşı en küçük olan çocuk olabilir.
- Ekonomik olarak iyi ya da kötü duruma sahip olan çocuklardır
- Utangaç, sessiz ve mütevazî davranışları olan çocuklardır
- Aşırı koruyucu aile ortamında yetişen, çekingen iç dönük, endişeli, pasif öğrencilerdir
- İletişim becerileri zayıftır
- Uyum sağlama becerileri düşük ve sosyal becerileri zayıftır
- Kendine güvenleri olmayan kolayca yönlendirilebilen çocuklardır
- Uzun, zayıf ya da şişman olabilirler.



Akran zorbalığı zamanla kendiliğinden bitmez, görmezden gelmek zorba davranışları pekiştirir.



Zorbalık doğal bir süreç değildir, çocukların güçlenmesini sağlamaz, zorbalığa maruz kalan çocuk fiziksel ve duygusal olarak zarar görür.

Sadece erkek çocukları değil, kız çocukları da zorbalık yapabilir. Erkek çocuklar daha çok fiziksel, kız çocuklar ise daha çok sosyal ve duygusal zorbalık yapabilir.

Fiziksel zorbalık dışındaki diğer zorbalık türleri de önemlidir. tüm zorbalık türleri çocukların gelişimini olumsuz yönde etkiler.

Teknoloji kullanımının gerekli hale gelmesi ve artması nedeniyle siber zorbalığa karşı çocukların bilinçlenmesi önem taşımaktadır. Çocuğu;

- Sosyal medya hesap şifrelerini kimseyle paylaşmaması,
- Zorbalık yapan kişinin engellenmesi,
- Zorbalığa karşılık vermemesi,
- Durumu ebeveynine ya da güvendiği bir yetişkine söylemesi,
- Olan her şeyi kanıt olması açısından kaydetmesi ve saklaması,
- Sosyal medya sitelerinin topluluk kurallarının işletilerek şikayet edilmesi,
- Acımasız içerikleri kabul etmemesi,
- Rahatsız olduğu hiçbir şeyi paylaşmaması yönünde çocuğu bilgilendirmek önemlidir.



# Akran zorbalığına karşı ne yapmalıyız?

Akran zorbalığına uğrayan çocuklar bunu ailesine ya da öğretmene söylemekte çekinirler bu noktada öğretmenlerin iyi bir gözlemci olması ve durumu fark etmesi gerekmektedir aynı zamanda öğrencilerin bu gibi durumlarda konuşabileceği rahat ve güvenilir bir ortam oluşturması gerekmektedir. Otoriter davranışlar öğrencileri korkutabilir.

Bu durum fark edildiğinde çocuk yerine müdahale edilmemelidir. Bu müdahale çocuğu yetersiz hissettirecektir.

Çocuk zorbalıkla karşılaştığında baş edebilmesi için beceriler öğretilmelidir aynı zamanda cesaret verilmelidir. Bu süreç içinde çocuk özgüvenini geliştirebileceği farklı etkinliklere de yönlendirilebilir.

Fark edilen zorbalık türüne göre okulda öğretmenlere, öğrencilere, velilere farkındalık çalışmaları düzenlenmelidir ve bütün okul için açık, net ve kolay anlaşılabilir kurallar koyulmalıdır.

Akran desteği yöntemlerinden yararlanılabilir. Örneğin sınıfta işbirlikçi grup çalışmaları yapılabilir, sınıf ortamında oluşan kızgınlık, kavga, zorbalık gibi tüm yaşananları değerlendirmeye zaman ayrılabilir, akranlarına yardım etmek üzere öğrencilerin görevlendirildiği yardımlaşma grupları oluşturulabilir.

Akran zorbalığına uğrayan ya da kendini ifade edemeyen öğrenciler için atılgnlık eğitimi verilebilir.

Zorbalık eğilimleri olan öğrencilere yönelik çeşitli eğitim programları hazırlanabilir.

Zorbalık davranışlarını tespit edebilmek için belirli aralıklarla testler ve anketler uygulanabilir.

Zorba öğrencileri cesaretlendirici konuşmalar yapılmamalıdır.

Öğrencilere öfkelerini kontrol etmelerine yardımcı olacak teknikler öğretilmelidir.

Okul öncesindeki akran ilişkileri çocuğun ileriki dönemdeki sosyal ilişkilerini de etkilemektedir bu yüzden okul öncesinde sağlıklı akran ilişkileri geliştirmeye dair çalışmalar yapılabilir.

Akran zorbalığını önlemede öğretmenlerin rolleri önemlidir ancak öğretmenlerin akran zorbalığı konusunda gerekli eğitimleri alması, farkındalıklarının oluşturulması, rehber öğretmen-sınıf öğretmeni-öğrenci-veli-çevre arasındaki koordinasyonun sağlanması alanında iyi eğitim almış etkili okul yöneticileriyle mümkündür.