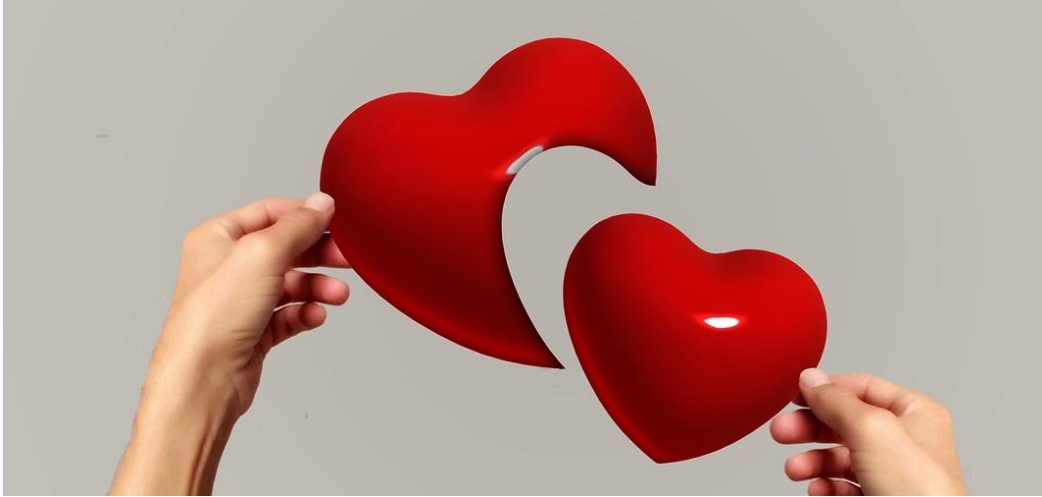




ZORBA YA DA MAĞDUR: BİZİM ÇOCUKLARIMIZ



HAZIRLAYANLAR:

Doç. Dr. Şerife IŞIK

Arş. Gör. Ümre KAYNAK

Rehber Öğretmen Burcu UZ DENİZLİ

Rehber Öğretmen Dilek DELİGÖZOĞLU

Rehber Öğretmen Özkan ÇAĞLAR

Rehber Öğretmen Seda LERMİOĞLU

*Benim çocuğum yapmaz...peki bu zorbalar kimin çocuğu?
Mağdur biziz de zorba kim?*

Son yıllarda özellikle okullarda yaşanan akran zorbalığıyla ilgili birçok Őey duyuyoruz. Bugüne kadar yapılan araştırmalardan anlayacağımız üzere akran zorbalığı her toplumda ve farklı yaş gruplarında görölen; bireysel, okul, aile ve toplumla ilişkili karmaşık bir yapıya sahiptir. Dolayısıyla bu konunun farkında olmak akran zorbalığını önlemede ilk adım olmalıdır. Akran zorbalığının ne olduğunun daha doğru bir Şekilde anlaşılması ise akran zorbalığını önlemede ikinci adımdır.

Ebeveynler olarak sizler, akran zorbalığını önleme konusunda bir okulun en iyi müttefiklerisiniz. Elinizdeki bu kitapçıkta *"Akran zorbalığı nedir? Hangi davranışlar akran zorbalığı kapsamında ele alınmalıdır? Sizler bu konuda neler yapabilirsiniz?"* gibi soruların cevaplarını bulacaksınız.

Ancak bu soruların cevaplarına geçmeden önce akran zorbalığına ilişkin bildiklerimizi birlikte değerlendirelim. Lütfen önce aşağıdaki soruları cevaplayın ve sonrasında kitapçığın arkasındaki cevap anahtarını ile cevaplarınızı kontrol edin.

A. Aşağıda verilen cümleleri okuyunuz. Cümlede verilen ifade doğruysa cümlenin önündeki parantezin içine D, yanlışsa Y harfi koyunuz.

1. () Bir çocuk zorbalığı seyrediyor ve bir Őey yapmıyorsa bir süre sonra zorba ya da mağdur olabilir.
2. () Zorbalar gösteri yapmak ve sert görünmek isterler.
3. () Zorbalar uyumlu kişilerdir.
4. () Zorbalar başka insanları incitmeyi doğru davranış sanırlar.
5. () Zorbalar başkaları tarafından zorbalığa uğradıkları için zorbalık yaparlar.
6. () Zorbalar kendilerini severler.
7. () Zorbaların ailelerinde aile içi Őiddet asla yoktur.
8. () Zorbalar evlerinde aileleri tarafından sıklıkla cezalandırılan çocuklar

olabilir.

9. () Zorbaların zorbaca davranan abla veya ağabeyleri olabilir.

10.() Zorbalık önlenemeyen nedenlere bağlıdır.

B. Aşağıda verilen kavramları seçeneklerde verilen cümlelerle eşleştiriniz.

() Siber zorbalık () Sosyal zorbalık () Cinsel zorbalık

() Fiziksel zorbalık () Sözel zorbalık

a. Vurmak, yumruklamak, tekmelemek, tırmalamak, çelmelemek, tükürmek

b. İsim takmak, alay etmek, onurunu zedelemek, küçük düşürmek, iğnelemek, hakaret etmek, söylentiler çıkarmak ve küfür etmek

c. Kişi istemediği halde onun bir yerlerine dokunmak

d. Bir veya birden çok öğrenciyi görmezden gelerek, dışlayarak veya yabancılaştırarak gruptan izole etmek

e. Sosyal medyada hakaret etmek, internetten görüşme sırasında başka birilerine görüntüleri göstermek, SMS aracılığı ile incitici mesaj göndermek

C. Aşağıdaki her bir soruya en uygun cevabınızı işaretleyiniz.

1. Aşağıdaki özelliklerden hangisi zorbalık yapan kişinin özelliği değildir?

- a. Mağdura kasıtlı olarak zarar verir.
- b. Fiziksel olarak mağdura göre daha güçlüdür.
- c. Zorbalığı farklı zaman dilimlerinde yineler.
- d. Arkadaşlarının duygularını iyi anlar.

2. Aşağıdakilerden hangisi mağdurun yaşadıklarından olabilir?

- a. Okula güven içinde gider.
- b. Ödevlerini yapmaya her zaman isteklidir.
- c. Korkulu rüyalar görür, uykusunda ağlayabilir, yatağını ıslatabilir.
- d. Fiziksel faaliyetlere katılmaya bayılır.

3. Aşağıdakilerden hangisi normal akran çatışmasından sayılmaz?

- a. Normal akran çatışması ciddidir ve fiziksel ve ruhsal zarara yol açar.
- b. Normal akran çatışmasında eşit güçler; arkadaşlık var.
- c. Normal akran çatışması arada sırada olur.
- d. Normal akran çatışmasında güçlü olma ve dikkat çekme isteği yoktur.

4. Akran zorbalığı aşığıdaki alanlardan hangisinde görölmektedir?

- a. Sınıflarda
- b. Okul koridorlarında
- c. Okul kantininde
- d. Hepsi

5. Aşığıdakilerden hangisi zorbalıkla ilgili doğru değıldir?

- a. Mağdur olan kişi zorbalığı hak eder.
- b. Başkalarını kızdırmak kızdırılan için hiç eğlenceli değıldir.
- c. Zorbalık yapanların bildirilmesi gerekir.
- d. Kavga etmek, saldırganca davranmak büyümenin bir parçası değıldir.

6. Aşığıdakilerden hangisi okulda uymamız gereken kurallardandır?

- a. Herkes birbirine iyi ve anlayışlı davranmalı, herkes birbirinin eşyasına saygı duymalıdır.
- b. Herkes birbirinin arkasından iyiliklerini konuşmalı, arkadaşlarını yüceltmeli, arkadaşları için iyi niyetli düşünmelidir.
- c. Herkes birbirinin kişisel farklılıklarına saygı göstermelidir.
- d. Hepsi

7. Zorbalığa uğrayan mağdur bu durumdan kurtulmak için aşığıdaki yollardan hangisini kullanmamalıdır?

- a. Zorbalığa uğradıklarında okul çalışanlarına bildirmeliler.
- b. Zorbalığa uğradıklarında aile bireylerine bildirmeliler.
- c. Zorbalığa uğradıklarında değıer verdikleri büyüklerine anlatmalılar.
- d. Zorbalık yapan kişiye aynı yolla cevap vermeliler.

8. Aşığıdakilerden hangisi zorbalığı önlemede doğru bir düşünce değıldir?

- a. Herkes bana iyi davranmalı benim herkese nasıl davrandığım kimseyi ilgilendirmez.
- b. Ben hem kendim hem de arkadaşlarım için iyilik düşünür iyilik yaparım
- c. Ben ve arkadaşlarımın, yani hepimizin farklı ve güzel özellikleri var
- d. Hepimiz hem kendimiz hem de birbirimiz için çok özeliz

9. Aşığıdakilerden hangisi mağdurların kendilerini güçlendirmek için kendi kendilerine söylemeleri gereken sözlerdendir?

- a. Herkesin güzel bir özelliğı vardır. Eminim benimde güzel bir özelliğim var.
- b. İnsanların hepsinin benzer özellikleri olduğı gibi farklı özellikleri de vardır.

- c. Her insan hayatta iyi şeyleri hak eder. Bende iyilikleri hak ediyorum.
d. Hepsi

10. Aşağıdakilerden hangisi zorbalığa tanık olan kişilerin yapması gereken davranışlardandır?

- a. Zor durumda kalan arkadaşşıma yardım etmeliyim.
b. Güçlünün yanındaymış gibi görünmek ancak bu günü kurtarır. Ben gerçekten ne hissediyorsam öyle davranmalıyım.
c. Arkadaşımanın başına gelen kötü şeyleri güvendiğim büyük birisine anlatmam gerekir.
d. Hepsi

D. Aşağıdaki durum için ne yapmanız gerektiğini düşününüz.

Çocuğunuzun sınıf arkadaşlarından biri çocuğunuzun istemediği fotoğraflarını onun haberi olmadan çekmiş. Çocuğunuzun facebook adresine göndermiş ve çocuğunuzdan her gün onun isteklerini yapmasını istiyor. Eğer onun isteklerini yapmazsa fotoğraflarını herkesle paylaşacağını söylemiş, çocuğunuz en son dayanamayarak size geliyor. Siz bu durumda ne yaparsınız?

ZORBALIK, AKRAN ZORBALIĞI VE TÜRLERİ

Zorbalık son dönemlerde okullarda yaşanan en yaygın sorunlardan biridir. Zorbalıkla mücadele edebilmek için öncelikle zorbalığın ne demek olduğunu, hangi davranışların zorbalık olduğunu anlamamız gerekmektedir. Zorbalık farklı şekillerde tanımlanmaktadır.



- ❖ Zorbalık, daha iri ve daha güçlü bir kişinin, daha küçük ve daha zayıf bir kişiyi kasıtlı ve tekrar eden bir şekilde incitmesi veya korkutmasıdır.
- ❖ Zorbalık, bir ya da daha fazla öğrencinin defalarca olumsuz davranışları sergilemesidir (Olweus, 1993).
- ❖ Zorbalık bir ya da daha fazla güçlü öğrencinin zayıf olan öğrenciyeye zarar verme, rahatsız etme ya da küçük düşürmek için defalarca eziyet etmesi ya da eziyet etme çabası olarak da tanımlanmaktadır.

Akran zorbalığını tanımlayacak olursak; **kışkırtma unsuru olmaksızın** aralarında fiziksel ya da psikolojik açıdan **güç eşitsizliği olan** çocuklardan güçlünün, karşı tarafa bilerek ve isteyerek, **niyetli, kasıtlı, sistemli bir biçimde belli zaman aralıkları ile uyguladığı**, zorbalığa maruz kalan öğrenciye korku, endişe veya zarar vermeyi amaçlayan fiziksel, sözel, psikolojik saldırıyı kapsar.



Zorbalığın farklı tanımları yapılsa da hepsinde ortak olan üç unsur vardır (Pişkin, 2002).

- 1) Zorbalık **kasıtlı olarak yapılan incitici davranışlardır**. Yani bir kışkırtma unsuru olmasına gerek yoktur ve zorbaca davranan kişi amaçlı ve planlı olarak hareket etmektedir.
- 2) Bu davranışların **sürekliliği** vardır. Zorbalık davranışı belli aralıklarla tekrar edilmelidir, bir kere yapılan davranış zorbalık olarak adlandırılmaz.
- 3) Zorbalığa maruz kalan kişiler kendilerini savunamayacak kadar **güçsüzdür**. Burada kast edilen sadece fiziksel güç değildir, mağdur ve zorba arasında psikolojik ya da sosyal güç eşitsizliği de olabilir.

Zorbalık Ne Değildir?

- ✓ Bir defaya mahsus sosyal dışlama ya da hoşlanmama,
- ✓ Bir defaya mahsus hoş olmayan davranışa maruz kalma,
- ✓ Rastgele sergilenen agresif davranış ya da gözdağı verme,

✓ Karşılıklı tartışma, anlaşmazlık ya da kavga.

Zorbalıkla Karıştırılan Kavramlar*

Çatışma	Kabalık Etme	Kötü/Acımasız Davranma	Zorbalık
Tesadüfi gerçekleşir.	Tesadüfi gerçekleşir.	1 ya da 2 kez gerçekleşir.	Tekrar eder.
Planlı değildir, o an gerçekleşir.	Kasıt olmadan gerçekleşir.	Kasıtlıdır.	Amaçlı ve planlı yapılır.
Çatışma yaşayan her iki tarafta kendini kötü hisseder.	Üzüntü ve kalp kırıklığına neden olur.	Başkalarının çok üzülmeleri ile sonuçlanır.	Mağdurun çok üzülmeleri ile sonuçlanır.
Bir konu hakkında anlaşamamaktan kaynaklanır.	Düşüncesizlikten kaynaklanır.	Öfkeden kaynaklanır.	Zorba mağdur üzerinde kontrol kazanmaya çalışır.
Tüm taraflar sorumluluğu kabul eder.	Kabalık yapan taraf sorumluluğu kabul eder.	Kötü ve acımasız davranan sıklıkla pişman olur.	Mağdur bu durumun bitmesini ister, zorba istemez.

*Jennifer Astles, DASA Newsletter, January 2014, TST BOCES



BİR ZORBALIK DURUMUNDA 3 KİŞİ VARDIR:

Zorba; başkalarının haklarını dikkate almadan kendi statü, heyecan, maddi kazancı için veya grup ortamında kendi gereksinimlerini karşılayabilmek amacıyla başkalarına zarar verici davranışlarda bulunan kişi ya da gruptur.



Mağdur; başkalarının davranışlarından sürekli bir biçimde zarar gören ve zarar verici bu davranışlara karşı koyabilecek ve durdurabilecek beceri, statü ve kaynaklara sahip olmayan kişi ya da gruptur.

Seyirciler; bu grup da kendi içinde dört ayrı tipte sınıflandırılmıştır. Pekiştiriciler, aktif seyirci rolünde zorbayı çeşitli şekillerde kışkırtmakta, pasif izleyiciler olan biteni görmüyormuşçasına davranmaktadırlar. Asistan tip katılımcılar, fiziksel olarak zorbaya yardım etmekte, bir nevi yardımcı rolünü üstlenmektedirler. Son grupta yer alan savunucular ise mağdura yardım etmeye çalışıp zorbaya yüzleşebilen öğrencilerdir (Pişkin, 2002; Türktan, 2013).



ZORBALIK TÜRLERİ

Zorbalık davranışları farklı türlerde ortaya çıkmaktadır. Aşağıda davranışa göre zorbalık türleri ve bu tür kapsamında yapılan davranışlara yer verilmiştir.



Sözlü: Ad takma, küçük düşürme, tehdit etme, dalga geçme, hakaret etme, kendini kötü hissetmesine sebep olma, mağdura ya da ailesine hakaret etme, küçük düşürücü, incitici, hakaret edici sözler söyleme, vb.



Fiziksel: Vurma, çelme takma, iteleme, tekmeleme ya da çocuğun eşyalarını çalma veya onlara zarar verme.



Sosyal: Çocuğu dışlama, para alma, mağduru kasıtlı olarak grup dışında tutup yalnızlığa itme, aleyhinde yalan-yanlış söylentiler çıkarma ve yayma, oyun veya diğer etkinliklere almama, mağdur hakkında çeşitli yerlere çirkin sözler yazma.



Siber Zorbalık: Sms, E-posta, sohbet odaları yolu ile veya sosyal medya hesapları üzerinden zarar verici yazılar ve online resimler yayınlama.

ZORBALIKLA BAŞ ETME

Zorbalık davranışını ve türlerini öğrendikten sonra sıra geldi zorbalıkla baş etmeye. Zorbalıkla baş etmede siz ebeveynlerin desteği çok önemlidir. Çocuğunuzun bu dönemde en çok ihtiyaç duyduğu güveni ve desteği sağlamak için en büyük görev size düşmektedir. Güven ve desteği sağlamak dışında hem zorbaca davranış gösteren hem de zorbaca davranıştan mağdur olan bir çocuk yetiştirmek için uygulayabileceğiniz birkaç öneri aşağıda sizlere sunulmuştur.



- ✓ Çocukların, özellikle saldırgan davranışlarla istediklerini yerine getirmelerine izin verilmemeli, bu tür davranışlar pekiştirilmemelidir.
- ✓ Çocuklara sosyal olgunluk düzeyine uygun görevler verilerek kendine güvenlerinin gelişmesi desteklenmelidir.
- ✓ Aileler çocuklarının diğer arkadaşlarının yanında popüler olması yönündeki arzularını, çocuklarına yansıtmaktan kaçınmalıdır.
- ✓ Aileler, çocuklarının davranışları ile ilgili olarak sıklıkla öğretmenlerinden bilgi almalı ve eğer bir alanda sorun belirtilirse, çocuğuna nasıl yardım edebileceği konusunda öğretmenler ve uzmanlar ile işbirliği yapmalıdırlar.
- ✓ Çocuklar öfkeliyken onlarla tartışmamalı, çocuk sakinleştikten sonra bu durum birlikte konuşularak değerlendirilmelidir.
- ✓ Seyredilen film ve yaşanan gerçek olaylar üzerinde mutlaka konuşulmalı, topluma uyan veya uymayan davranışlar birlikte değerlendirilmelidir.
- ✓ Çocuklar çeşitli sosyal ve sportif alanlara yönlendirilmeli, ilgi alanlarını ve hobilerini yapmaları için fırsatlar verilmelidir.
- ✓ Aileler çocuklarıyla paylaşımında bulunma amacıyla sohbetler etmeli, sohbetleri sorgulayıcı nitelikte olmamalıdır. Ayrıca çocuklarının arkadaşlıklarını anlamaya çalışmalıdırlar.
- ✓ Çocuğün seyrettiği TV programları, filmler ve oynadığı bilgisayar oyunları takip edilmelidir. Televizyon izleme süreleri sınırlandırılmalı, hangi

programları izledikleri, hangi bilgisayar oyunlarını oynadıkları kontrol edilmelidir.

Anne-baba olarak çocuğunuzun bir mağdur olduğunu öğrenirseniz;



✓ Çocuğunuzun birisiyle sorun yaşadığını öğrendiğinizde sakın davranmalı, sorunu okulun çözmesi için zaman tanıyın.

✓ Çocuğunuzun dinleyin ve ona güven verin.

✓ Çocuğunuzun duyguları hakkında konuşarak, zorbalığa uğramasına neden olan özellikleri konusunda çocuğunuzun

güçlendirebilirsiniz.

- ✓ Yaşadığı sıkıntıları açık uçlu sorular sorarak anlamaya çalışın.
- ✓ Empatik olun.
- ✓ Çocuğunuzun suçlamayın.
- ✓ Yaşanılan durumu hafifletmeyin.
- ✓ İhtiyaç halinde mutlaka psikolojik destek sağlayın.
- ✓ Bu durum ile nasıl baş edebileceği üzerine birlikte çözüm arayın, ona rehberlik edin.
- ✓ Okul yönetimi ve rehberlik servisi ile iletişime geçip, okulda zorbalığı önleme çalışmalarının yapılmasını isteyin.
- ✓ Çocuğunuzun iyi olduğu ve onu mutlu eden bir alan keşfedin.
- ✓ Çocuğunuzun zorbalık konusunda doğru bilgilendirin.
- ✓ Okulda güvendiği bir kişiyle zorbalığa uğradığını paylaşması için cesaretlendirin.
- ✓ Zorbalık döngüsünde yer almayan arkadaşları ile sosyal ilişkilerini güçlendirmek için okul dışı aktiviteler düzenleyin.
- ✓ Aralarında sorun yaşayan çocukların ailelerinin bir araya gelmesi, sorunun çözümünü zorlaştırabilir. Bu sebeple ailelerin bu konuda birbirleriyle görüşmemeleri daha doğru olacaktır.

Anne-baba olarak çocuğunuzun bir zorba olduğunu öğrenirseniz;

Zorbalıkla mücadelede en çok yaşanan sorun zorbaca davranış gösteren çocukların ailelerinin bu davranışı normal olarak tanımlayıp müdahale etmemesidir. Çocukların gelişim dönemlerinde normal olan çatışma yaşamalarıdır, zorbalık sosyal ilişkilerde yaşanan normal bir durum değildir!



✓ Çocuklarınızla konuyu sakın ancak ciddiye alarak konuşun, bu davranışların çocuklar arasında doğal bir davranış olarak değerlendirilmediğini açıklayın.

- ✓ Bu olumsuz davranışı durdurmak için uygun açıklamayı yaparak çocuğunuzu uyarın.
- ✓ Çocuğunuza zorbalık yapmanın kabul edilemez olduğunu vurgulayın.
- ✓ Çocuğunuzun bu tür davranışlarını asla onaylamayacağınızı kesin bir dille belirtin.
- ✓ Davranışların sonuçlarının sorumluluğu çocukta olmalıdır.
- ✓ Çocuğunuzun yaptığı davranışı asla savunmayın.
- ✓ Saldırgan davranışlar ile istediğini elde etmesine izin vermeyin.
- ✓ Ebeveynler olarak diğer konularda olduğu gibi bu konuda da çocuklarınıza karşı tutarlı ve kararlı davranın.
- ✓ Çocuğunuza bu davranışlara maruz kalan arkadaşının duygusunu anlatın, empati kurmasını sağlayın.
- ✓ Empatiyi, saygıyı ve merhameti öğrenmesi ve içselleştirmesi için günlük yaşamda fırsatlar oluşturun.
- ✓ Sorun çözerken daha barışçıl stratejiler izlemesi için ona destek olun.
- ✓ Kardeşler arasında böyle bir durum varsa mutlaka müdahale edin, bu tür davranışlara izin vermeyin.

- ✓ Akran zorbalığı, toplumsal yaşantının sürdüğü ortamlarda önemli bir sorundur ve bu sorunla ebeveynlerin tek başlarına baş etmeleri oldukça zordur. Davranışsal sorunların en sağlıklı biçimde aile-okul-çocuk üçgeninde, öğretmenlerin, ebeveynlerin ve uzmanların birbirleri ile iletişim halinde bulunarak çözülebileceği unutulmamalıdır.

**UNUTMAYIN,
İdeal ebeveyn yoktur,
Çabalayan ve sorumluluk sahibi ebeveyn vardır.
Çocuklarımız için bu yolda hep birlikte çabalamaya devam....**



Zorbalıkla ilgili aşağıda linkleri verilen konuşmaları izleyebilirsiniz.

https://www.ted.com/talks/shane_koyczan_to_this_day_for_the_bullied_and_beautiful?language=tr#t-689638

https://www.ted.com/talks/safwat_saleem_why_i_keep_speaking_up_even_when_people_mock_my_accent?language=tr

Cevap Anahtarı

A	1. (D) , 2. (D) 3. (Y) , 4. (D) , 5. (D) , 6. (Y) , 7. (Y) ,8. (D) , 9. (D) ,10.(Y)
B	(e) Siber zorbalık, (d) Sosyal zorbalık, (c) Cinsel zorbalık, (a) Fiziksel zorbalık, (b) Sözel zorbalık
C	1. (D) , 2. (C) 3. (A) , 4. (D) , 5. (A) , 6. (C) , 7. (D) ,8. (A) , 9. (D) ,10.(D)

KAYNAKÇA

Başaran, A. G. (2017). Hemşirelik Bölümü Sağlık Politikaları Dersini Alan Öğrencilerin Küreselleşme, Sağlık ve Hemşirelik Mesleğine Etkisi Konusundaki Görüşleri. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(2), 28-41.

Dölek, N. (2002). İlk ve ortaöğretim okullarındaki öğrenciler arasında zorbaca davranışların incelenmesi ve zorbalığı önleme tutumu geliştirilmesi programının etkisinin araştırılması. Yayınlanmamış doktora tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Ertan, D. (2012). *Akran Zorbalığında Aileye ve Okula İlişkin Risk ve Koruyucu Faktörlerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Olweus, D. (1993). Bully/victim problems among schoolchildren: Long-term consequences and an effective intervention program. In S. Hodgins (Ed.), *Mental disorder and crime* (pp. 317-349). Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.

Olweus, D. (1997). Bully/victim problems in school: Facts and intervention. *European journal of psychology of education*, 12(4), 495.

Olweus, D., & Limber, S. P. (2010). Bullying in school: Evaluation and dissemination of the Olweus Bullying Prevention Program. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(1), 124-134.

Pişkin, M. (2002). Okul zorbalığı: Tanımı, türleri, ilişkili olduğu faktörler ve alınabilecek önlemler. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 2(2), 531-562.

Türktan, Ş. (2013). *Zorbalıkla baş etmeye yönelik akran destek programının ortaokul 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin zorbalıkla baş etme becerilerine etkileri*. Unpublished doctoral dissertation). Anadolu University Graduate School of Educational Sciences, Eskişehir.