

# AKRAN ZORBALIĞI VE AİLELERE ÖNERİLER



## Akran zorbaliğı;

Çocuk ve ergenle aynı yaş grubunda olan kişi veya kişilerin birbirlerine veya tek bir kişiye karşı fiziksel, sözel ve davranışsal olarak örselleyici, zarar verici davranışlarda bulunmasıdır.

Akranları tarafından zorba davranışlara maruz kalan çocuk kendini yalnız, çaresiz, mutsuz, öfkeli, davranışlardan bezmiş şekilde hissedebilir. Yaşadığı bu durumu anne babasına veya öğretmenine anlatmakta zorluk çekebilir. Akranlarının zorbaca davranışları azalmadığı ve aynı oranda devam ettiği sürece çocuk bunun geçmeyeceğini düşünebilir. Bir süre sonra çocuk veya genç bireyde içe kapanma, özgüven eksikliği, depresif davranışlar görülebilir. Akran zorbaliğı konusunu iki ağıdan değerlendirmek daha doğrudur. Birincisi davranışları uygulayan zorba kişi diğeri ise zorbaliğa maruz kalan mağdur kişidir.

# ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI NASIL ANLARSINIZ?

- Arkadaşlarından ve okuldan hiç bahsetmemesi
- Okula gitmek istememesi, okul değiştirme isteği
- Korkulu rüyalar görmesi, uykusunda ağlaması
- Okuldan eve yırtık dağılmış giysilerle ya da zarar görmüş kitaplarla gelmesi
- Bedeninde açıklanamayan morluklar olması
- İççe kapanma ve kekeleme gibi durumların ortaya çıkması
- Ne sorunu olduğunu söylemek istememesi
- Okuldan eve harçlığı ya da öğle yemeği alındığı için aç dönmesi
- Harçlığını sürekli kaybetmesi



## AKRAN ZORBALIĞI KONUSUNDA AİLELERE ÖNERİLER

- 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.
- Olayla ilgili olarak kendi duygularınızı mümkün olduğunca kontrol edin. Hemen aşırı tepki göstermeyin.
- Çocuğunuz asla suçlamayın.
- Bu durumu kendisinin çözmesi gerektiğini ya da yardımcı olamayacağınızı söylemeyin.
- Eğer çocuğunuz bunu kimseye anlatmamanızı isterse, bunun zorbalık davranışı sergileyen kişiyi korumak anlamına geleceğini anlatın.
- İlgi alanları doğrultusunda sosyal etkinliklere, aktivitelere yönlendirin.
- Çocuğunuz bundan sonraki akran istismarı ve rahatsız etme eylemlerini okulda güvendikleri 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.