

# Çocuklar Neden Zorbalık Davranışlar Sergilerler?



Sabırla ve tutarlılıkla, her zorluğun üstesinden gelebiliriz

- Ailesel nedenler
- Sosyal becerilerde ve iletişim becerilerinde yetersizlik
- Öfke üzüntü gibi güçlü duygularla başedememek
- Dürtüsellik
- Okula ilişkin nedenler

Zorbaliğa maruz kalan çocukların; aileler ve öğretmenler tarafından fark edilmesi, zorbaliğın önlenmesi açısından çok önemlidir.



@ilhamnicis



## Akran zorbalığı nedir?



- Akran zorbalığı "Bir öğrencinin bir veya daha fazla öğrenci tarafından tekrar eden biçimde olumsuz davranışlara (fiziksel, sözel ve/veya psiko-lojik) maruz kalması" olarak tanımlanmaktadır. Zorbaliğı diğer saldırganlık türlerinden ayırt eden özellikleri ise; gücün kasıtlı ve kötü kullanımı zorbaliğın tekrarlılığı ve zorbaliğa katılan taraflar arası fiziksel ya da psikolojik güç dengesizliğinin bulunması olduğu belirtilmektedir.



EN İYİ MİRAS İYİ BİR EĞİTİMDİR.

# ZORBALIĞA KARŞI HEP BİRLİKTE!



MAHMUT ESAT ORTAOKULU  
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE  
REHBERLİK SERVİSİ

AKRAN ZORBALIĞI VELİ BROŞÜRÜ



## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK YAPIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- ÇOCUĞUNUZLA ZORBALIK HAKKINDA KONUŞUN

Çocuğunuza zorbalık yapmaması gerektiğini açıklayın ve zorbalığın diğer çocuklar üzerindeki olumsuz sonuçlarından bahsedin.

- ZORBALIK DAVRANIŞLARINA ONAY VERMEDİĞİNİZİ BELİRTİN

Çocuğunuza onaylamadığınız şeyin onun zorbalık davranışları olduğunu vurgulayın.

- ÇOCUĞUNUZA YARDIMCI OLUN

Çocuğunuzun hangi davranışlarının akran zorbalığı olduğunu anlatın. Bu davranışları neden gösterdiğini anlamaya çalışın. Zorbalığın altında yatan nedenleri ortadan kaldırmaya çalışın. Bu davranışlar yerine neler yapabileceğini öğretin.

- FİZİKSEL CEZA VERMEYİN

Çocuğunuzun istenmeyen davranışları karşısında sakın kalın ve olumlu disiplin yöntemleri kullanın. Kesinlikle fiziksel veya sözel şiddet uygulamayın.

- ÇOCUĞUNUZ SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİLERİNİ (PAYLAŞMA, YARDIM ETME, DUYGULARINI İFADE EDİLMESİ) GELİŞTİRMESİ KONUSUNDA DESTEKLEYİN

Bu konuda çocuğunuzun yaşına uygun kitaplar okuyun, film izleyin ve etkinlikler gerçekleştirin.

- OKULU BİLGİLENDİRİN

Okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerekli zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

Çocuklarınızın en iyi savunması, bilinçli velilerdir.

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- ÇOCUĞUNUZLA KONUŞUN VE ONU DESTEKLEYİN

Çocuğunuza onun yanında olduğunuzu ve ona yardım etmek istediğinizi belirtin. Ne hissettiğini sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın.

- ZORBALIĞA MARUZ KALMANIN ONUN BİR HATASI OLMADIĞINI AÇIK BİR ŞEKİLDE İFADE EDİN.

- ÇOCUĞUNUZU SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİLER GELİŞTİRMESİ KONUSUNDA DESTEKLEYİN

Çocuğunuzun kendisini etkili bir şekilde ifade edebilmesi ve sağlıklı arkadaşlık ilişkileri sürdürebilmesi için çalışmalar/etkinlikler/oyunlar planlayın.

- ÇOCUĞUNUZUN ÖZGÜVENİNİ YENİDEN KAZANMASI İÇİN ÇABA GÖSTERİN, Olumlu ve güçlü özelliklerini vurgulayın.
- ZORBALIKLA BAŞ EDEBİLMESİ İÇİN ONA YARDIMCI OLUN

Zorbaliğa nasıl karşı çıkabileceğine dair yöntemler geliştirin. Böyle bir durumda okulda kimden ve nasıl yardım isteyebileceğini konuşun.

- OKULLA MUTLAKA TEMASA GEÇİN, REHBER ÖĞRETMEN/PSİKOLOJİK DANIŞMAN VE SINIF ÖĞRETMENİYLE İŞ BİRLİĞİ KURUN.

Gerekli zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA TANIKLIK EDİYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Çocuğunuzun, zorbalık yapan arkadaşını desteklememesi, zorbalığa maruz kalan arkadaşına yardımcı olması ve durumu güvendiği bir yetişkine anlatıp yardım istemesi konusunda cesaretlendirin.

Unutmayalım :  
Aile, hayatın zorluklarında yanımızda olan tek sığınaktır



## Zorbalık Davranışlarına Maruz Kalma Olasılığı Yüksek Olan Çocuklar

Çocuğunuzun yanında olun, ona destek olun!

- Pasif ve içine kapanık,
- "Hayır!" diyebilme, uygun kişiden yardım isteyebilme, kendini savunabilme gibi sosyalbecerilerden yoksun olan,
- Ürkek, kaygılı ya da girişken olmayan,
- Genellikle fazla arkadaşı olmayan,
- Duygusal olarak çabuk dağılılabilen çocuklar

## ZORBALIK DAVRANIŞINA MARUZ KALAN ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN ÖZELLİKLER

- İÇE KAPANMA
- KORKU VE KAYGI
- ALTINI ISLATMA
- DERS BAŞARISINDA DÜŞÜŞ
- UYKU BOZUKLUKLARI
- YEME BOZUKLUKLARI