

# AKRAN ZORBALIĞI (Okul öncesi)



Veli Sunumu



Özel Eğitim ve  
Rehberlik Hizmetleri  
Genel Müdürlüğü



KfW

unicef



# Akran Zorbalığı Nedir?

- **Akran zorbalığı**, okullarda bir ya da birkaç çocuğun bir başka çocuğa karşı yaptığı saldırgan davranışlar olarak tanımlanmaktadır.
- Bir davranışın akran zorbalığı olarak tanımlanması için **üç temel özellik** gerekmektedir:
  - 1- Davranışın **zarar verme niyetiyle kasıtlı** olarak yapılması
  - 2- Davranışın **tekrarlaması ve sürekli** olması
  - 3- Çocuklar arasında **güç dengesizliğinin** olması (*fiziksel, zihinsel, sosyal ve yaş gibi*)

# Örnekler

- Hakan sınıf arkadaşı Ali'ye sürekli 'şişko' diyerek dalga geçmektedir. Ali bu duruma ağlayarak tepki verse bile Hakan bu davranışına devam etmektedir.
- Ayşe, Aslı ve Nazlı, sınıf arkadaşları Fatma'yı okul dönemi başladığından beri oyuna almamakta ve dışlamaktadır.
- Mehmet kendisinden daha çelimsiz olan Can'ı sürekli itmektedir. Can yere düştüğünde ise ona gülmektedir.



# Akran Zorbalığının Yaygınlığı

- Akran zorbalığı okul öncesi dönemden itibaren gözlemlenmektedir.
- Eğitimin her kademesinde yaygındır.
- Araştırmalar akran zorbalığının ilkokulun sonlarına doğru arttığını, ortaokulda en üst seviyeye ulaştığını ve lisenin sonlarında ise azaldığını göstermektedir.

# Okul Öncesi Dönemde Akran Zorbalığının Yaygınlığı

- Akran zorbalığı yapan çocukların: %7 - %25
  - Akran zorbalığına maruz kalan çocukların: %6 - %22
- oranında olduğu görülmektedir.

# Zorbalık nerelerde görülür?

- Sınıf
- Okul oyun alanı
- Yemekhane
- Uyku odası
- Lavabolar
- Servis



# Akran zorbalığının türleri

- Akran zorbalığı 4 temel başlık altında incelenebilir:



# Fiziksel Zorbalık

• **Fiziksel zorbalık:** Çocuğa yönelik doğrudan fiziksel güç uygulanmasıdır.

- Vurmak
- İtmek
- Tükürmek
- Tekme atmak
- Çelme takmak
- Saçını çekmek
- Isırmak
- Eşyalarına zarar vermek
- Oyuncak ile vurmak
- Oyuncaklarını kırmak
- Oyuncak atmak
- Yaptığı resmi/etkinliği yırtmak





# Sözel Zorbalık

- **Sözel zorbalık:** Çocuğa yönelik olumsuz sözel ifadelerin kullanılmasıdır.
  - İsim/lakap takmak
  - Küfürlü konuşmak
  - Bağırmak, çığlık atmak
  - Alay etmek, dalga geçmek



# İlişkisel/Sosyal Zorbalık

- **İlişkisel/sosyal zorbalık:** Çocuğun arkadaşlık/sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışların yapılmasıdır.
  - Oyuna almamak
  - Yanına oturmasını istememek
  - Oyun grubundan dışlamak
  - Utandırmak
  - Taklit etmek
  - Gülmek
  - Arkadaşlığını bitirmekle tehdit etmek
  - Görmezden gelmek



# Siber Zorbalık

- **Siber zorbalık:** Teknolojik aletlerle (örn. cep telefonu, bilgisayar) yapılan davranışlardır.
- Okul öncesi dönemde siber zorbalık nadiren görülmektedir ancak çocuklar siber zorbalığa maruz kalabilmektedir.
- Yaşına uygun olmayan görüntülere maruz bırakmak
- Rahatsız edici mesajlar göndermek
- Sosyal medya siteleri aracılığıyla rahatsız etmek
- Kişiden habersiz sosyal medya hesabı açmak
- Fotoğraflarını izinsiz kullanmak
- Kişiyi kötüleyen/küçük düşüren paylaşımlarda bulunmak
- Sosyal medya hesaplarından dışlamak
- Özel fotoğraf ve görüşmelerini diğer kişiler ile paylaşmak



- Okul öncesi dönemde çocukların **fiziksel ve sözel zorbalık** davranışlarını daha sık kullandıkları görülmektedir.
- Bununla birlikte, arkadaşlığı bitirmekle tehdit etme, oyundan dışlama, hakkında kötü söylentiler yayma gibi davranışlar da görülmektedir.

# Akran Zorbalığında Farklı Gruplar

- Akran zorbalığı okuldaki tüm çocukları ve okul ortamını etkilemektedir.
- Akran zorbalığı durumlarında yer alan çocukları **4 temel grupta** ele alabiliriz:
  1. *Zorbalık yapanlar*
  2. *Zorbalığa maruz kalanlar*
  3. *Hem zorbalık yapan hem de aynı zamanda zorbalığa maruz kalanlar*
  4. *İzleyiciler (olaya tanıklık edenler)*

# Akran Zorbalığına Neden Olabilecek Faktörler

- Akran zorbalığına neden olabilen bir çok faktör bulunmaktadır. Ancak hiçbir bireysel veya ailesel özellik **tek başına** akran zorbalığının nedeni değildir.
- Bu faktörlerin incelenmesi akran zorbalığını önleme ve zorbalıkla baş etme konusunda oldukça önemlidir.

# Zorbalık yapan çocukların

## Bireysel özellikleri

- Başkaları üzerinde egemenlik kurmayı sevme
- Diğerlerinin duygularına karşı duyarsız olma
- Sosyal ve duygusal becerilerde zayıflık
- Düşünmeden, tepkisel ve aceleci davranma
- Öfke kontrolü problemi yaşama
- Yetişkinlere karşı itaatsiz davranışlarda bulunma
- Okul dışındaki ortamlarda da saldırganca davranma



## Ailesel özellikleri

- Anne-baba arasında çatışma
- Aile içi şiddet, fiziksel ve/veya duygusal istismar
- Anne-babanın ilgi, sevgi, yakınlık göstermemesi
- Çocuğa fiziksel ceza verilmesi
- Çocuğun saldırgan davranışlarla istediğini elde edebilmesi
- Aile içi iletişimin zayıf/kopuk olması
- Aile içinde olumsuz rol modellerinin olması (örn. küfürlü konuşan veya şiddet uygulayan anne-babalar/kardeşler)

# Zorbalığa maruz kalan çocukların

## Bireysel özellikleri

- Çekingen, içe kapanık, itaatkar olma
- Düşük özgüven
- Sosyal ortamlarda endişeli, kaygılı, güvensiz davranışlar sergileme
- Farklı fiziksel özelliklere sahip olma (örn. aşırı kısa/uzun boy, aşırı zayıf/kilolu, kekemelik, gözlük kullanma)
- Fiziksel veya zihinsel engel/farklılığa sahip olma
- Göçmen olma/etnik azınlık grubuna dahil olma

## Ailesel özellikleri

- Aşırı koruyucu ve kollayıcı anne babalar
- Aile içi iletişimin zayıf/kopuk olması
- Çocuğun aile ortamında saldırgan davranışlara maruz kalması

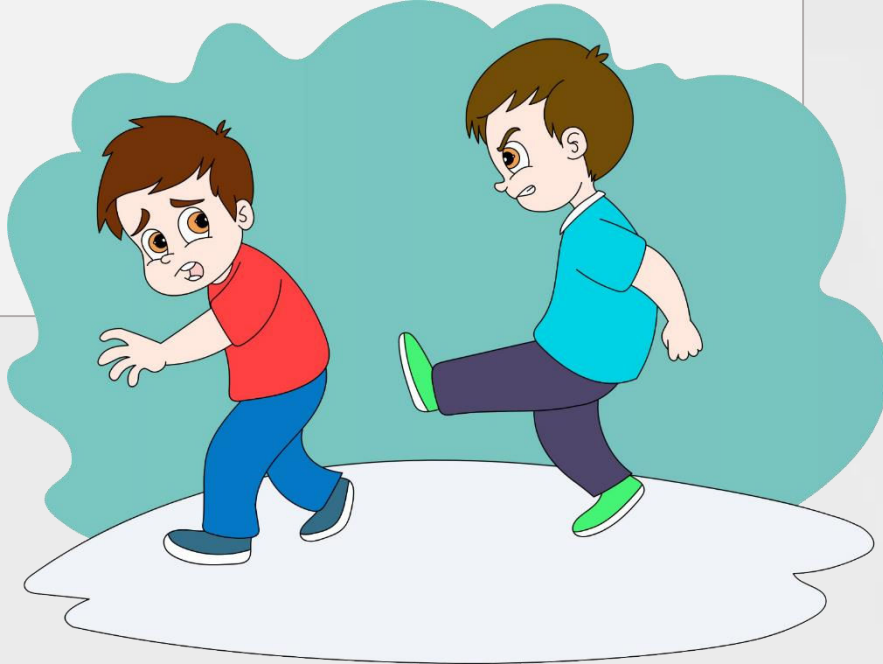




# Hem zorbalık yapan hem zorbalığa maruz kalan çocukların

## Bireysel özellikleri

- Zorbalık yapan ve zorbalığa maruz kalan grubun özelliklerini aynı anda taşıma
- Hem kaygılı hem saldırgan yapıda olma
- Arkadaşları tarafından dışlanan



## Ailesel özellikleri

- Aile içinde şiddet ve baskıyla yetiştirilme
- Aile ortamında saldırganlığa maruz kalma
- Anne-babanın ilgisiz davranması
- Anne-babanın tutarsız disiplin yöntemleri uygulaması

# Akran Zorbalığının Sonuçları

- Akran zorbalığı, bu olaya dahil olan bütün çocukları olumsuz yönde etkilemektedir.
- Çocukların fiziksel, psikolojik ve sosyal açıdan etkilendikleri görülmektedir.
- Bu olumsuz etkiler hem kısa hem de uzun süreli olabilmektedir.

# Zorbalık yapan çocuklar için

## Kısa süreli sonuçlar

- Okula uyumda güçlük
- Dışlanma, yalnız kalma, sevilmememe
- Arkadaşlık ilişkilerinde zorluklar

## Uzun süreli sonuçlar

- Saldırgan davranışların sürmesi
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler
- Erken yaşlarda sigara, alkol ve madde kullanma riski
- Problemlili davranışlarda (örn. suça yönelik) bulunma

# Zorbalığa maruz kalan çocuklar için

## Kısa süreli sonuçlar

- Üzüntü, mutsuzluk, kızgınlık, yalnızlık
- Düşük özgüven
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı, mide bulantısı)
- Uyku sorunları (korkulu rüyalar, kabuslar)
- Gece altını ıslatma
- Okula bağlılıkta azalma
- Okulda güvende hissetmeme, okula gitmek istememe
- Etkinliklere katılmak istememe, yarıda bırakma
- Sosyal uyumda güçlük

## Uzun süreli sonuçlar

- Üzüntü, mutsuzluk, kızgınlık, yalnızlık
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı bozuklukları
- Sosyal ilişkilerde problemler
- Akademik başarıda düşme

# Hem zorbalık yapan hem zorbalığa maruz kalan çocuklar için

Kısa ve uzun süreli sonuçlar

- Yüksek düzeyde saldırgan problemler
- Depresyon ve kaygı bozuklukları
- Duygusal stres
- Düşük benlik saygısı
- Sosyal ilişkilerde problemler
- Dışlanma



# İzleyiciler için

## Kısa ve uzun süreli sonuçlar

- Kendisinin de aynı şeyleri yaşayacağına dair korku ve endişe
- Kendisini savunmak için sürekli tetikte hissetme
- Zorbalığa maruz kalan arkadaşı için üzülme
- Okulda güvende hissetmeme, okula gitmek istememe
- Saldırgan davranışları model alma riski

# Akran Zorbalığını Nasıl Anlarım ve Ne Yapabilirim?

- Çocuklar zorbalık yaptıklarını veya zorbalığa maruz kaldıklarını yetişkinlere doğrudan anlatmayabilirler.
- Bununla birlikte, çocukları yakından gözlemlediğimizde, bazı işaretler akran zorbalığı durumları hakkında bizlere bilgi verebilir.
- Bu işaretler, zorbalık dışındaki nedenlerden de kaynaklanıyor olabilir ancak mutlaka önemsenmeli ve takip edilmelidir.

# Çocuğunuzun Akran Zorbalığı Yaptığını Nasıl Anlarsınız?

- Farklı ortamlarda saldırgan davranışlar gösterme (örn. ev, mahalle)
- Düşünmeden, ani davranma
- Çabuk öfkelenme
- 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)



# Çocuğunuz Zorbalık Yapıyorsa Neler Yapabilirsiniz?

1.

## Çocuğunuzla zorbalık hakkında konuşun.

- Oyun oynamak/şakalaşmak ile zorbaca davranmak arasındaki farkı anlatın.
- Zorbalığın neden kötü bir şey olduğunu basit bir dille aktarın.
- Zorbalığa maruz kalan çocuğun nasıl hissedeceği hakkında konuşun.

2.

## Zorbalık davranışlarına onay vermediğinizi belirtin.

- Çocuğunuza zorbalık davranışlarını onaylamadığınızı net bir şekilde belirtin.
- Çocuğunuzun kişiliğine yönelik olumsuz vurgu yapmayın, onaylamadığınız şeyin onun bu davranışları olduğunu vurgulayın. Onu desteklemeye ve ona yardımcı olmaya hazır olduğunuzu belirtin.

## Çocuğunuz Zorbalık Yapıyorsa Neler Yapabilirsiniz?

3.

### Çocuğunuza yardımcı olun.

- Çocuğunuza hangi davranışlarının zorbaca olduğunu aktarın, anlamasına yardımcı olun.
- Bu zorbalık davranışlarını neden gösterdiğini anlamaya çalışın. Bu davranışlar yerine hangi davranışları yapabileceğini anlatın.
- Kesinlikle fiziksel ceza vermeyin.
- Çocuğunuzun davranışlarını değiştirebileceğine güvendiğinizi belirtin, gösterin.
- Çocuğunuzun bu konudaki çabasını ve olumlu davranışlarını ödüllendirin.

# Çocuğunuz Zorbalık Yapıyorsa Neler Yapabilirsiniz?

4.

**Çocuğunuzu sosyal ve duygusal beceriler (paylaşma, yardım etme, duyguların ifade edilmesi) konusunda destekleyin.**

- Çocuğunuzla, zorbalık karşısında diğer öğrencilerin neler hissedebileceği üzerinde konuşun.
- Herkesin farklı özellikleri olduğunu vurgulayın. Bu farklılıkları kabul edebilmesi için hikayeler okuyun, oyunlar oynayın. Basit senaryolar canlandırın.
- Çocuğunuzun sosyal ve duygusal becerilerini geliştirmesinde ona destek sağlayın. Bu konuda kitaplar okuyun ve yaşına uygun etkinlikler gerçekleştirin.

5.

**Okulu bilgilendirin.**

- Okul ile mutlaka temasa geçin.
- Psikolojik danışman/rehber öğretmen ve öğretmeniyle işbirliği kurun.
- Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

# Çocuğunuzun Zorbalığa Maruz Kaldığını Nasıl Anlarsınız?

- Vücutunda morluk, çizik, yara vb. belirtiler
- Okuldan kıyafetleri yırtılmış, dağılmış, kirli olarak dönme
- Normalde okulu sevmesine rağmen okula gitmek istememe, okula gideceği günlerde sabahları huysuzluk etme
- Okul servisine binmek istememe
- Sık sık baş ağrısı, karın ağrısı, iştah kaybı gibi fiziksel problemlerden şikayet etme
- Altını ıslatma, tırnak yeme
- Eski neşesini kaybetmiş olma, içe kapanma, ağlama
- Uykuya dalmakta güçlük yaşama, kabuslar görme
- Her an kötü bir şey olacakmış gibi endişeli ve tedirgin davranma
- Çabuk öfkelenme, tepkisel davranma
- Kendi oyunlarında, zorbalıkla ilişkili senaryolar üretme
- Konuşma geriliği, kekeleme
- Tikler
- Bir oyuncağa/nesneye fazlasıyla bağlanma

# Çocuğunuz Zorbalığa Maruz Kalıyorsa Neler Yapabilirsiniz?

1.

## Çocuğunuzla konuşun ve onu destekleyin.

- Çocuğunuzla neler yaşadığı konusunda konuşun.
- Çocuğunuza onun yanında olduğunuzu ve ona yardım etmek istediğinizi belirtin.
- Çocuğunuzu yargılamadan dinleyin; ne hissettiğini sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın.
- Zorbalığa uğramanın onun bir hatası olmadığını açık bir şekilde ifade edin.

# Çocuğunuz Zorbalığa Maruz Kalıyorsa Neler Yapabilirsiniz?

2.

**Zorbalıkla baş edebilmesi için ona yardımcı olun.**

- Zorbalığa nasıl karşı çıkabileceğine dair basit planlar geliştirin. Örneğin, zorbalık durumunda çocuğunuza net ve kendinden emin bir şekilde «*hayır, dur*» demesini; «*zorbaca davranma*» demesini önerebilirsiniz. Buna dair evde rol canlandırma çalışmaları yapabilirsiniz.
- Çocuğunuzla böyle bir durumda okulda kimden ve ne şekilde yardım isteyebileceğini konuşun. Gerekirse evde provalar yapın.
- İlerleyen günlerde çocuğunuzun davranışlarını izlemeye devam edin.

# Çocuğunuz Zorbalığa Maruz Kalıyorsa Neler Yapabilirsiniz?

3.

Çocuğunuzun sosyal ve duygusal beceriler konusunda destekleyin.

- Çocuğunuzun kendini etkili bir şekilde ifade edebilmesine yönelik çalışmalar/etkinlikler/oyunlar planlayın. Gerekirse bu konuda yardım almasını sağlayın.
- Yeni arkadaşlıklar kurması ve sağlıklı sosyal ilişkiler sürdürebilmesi için gerekli becerileri kazanmasını sağlayın. Bu konuda kitaplardan faydalanabilirsiniz.
- Çocuğunuzun özgüvenini yeniden kazanması için çaba gösterin, olumlu özelliklerini vurgulayın.

# Çocuğunuz Zorbalığa Maruz Kalıyorsa Neler Yapabilirsiniz?

4.

## Okulu bilgilendirin.

- Okul ile mutlaka temasa geçin.
- Psikolojik danışman/rehber ğretmen ve öğretmeniyle işbirliği kurun.
- Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.



# Çocuğunuzun Akran Zorbalığına Tanık Olduğunu Nasıl Anlarsınız?

- Okula gitmek istememe
- Arkadaşlarının başına gelenleri anlatma
- Bazı arkadaşlarıyla bir araya gelmek istememe

# Çocuğunuz Zorbalığa Tanıklık Ediyorsa Neler Yapabilirsiniz?

1.

Çocuğunuzla konuşun ve onu dinleyin.

- Çocuğunuzla zorbalık hakkında konuşun, onu bilgilendirin ve zorbalığın hiçbir şekilde kabul edilemez olduğunu vurgulayın.
- Oyun oynamak, şaka yapmak ile zorbaca davranmak arasındaki farkı vurgulayın.
- Çocuğunuza *zorbalığa tanık olmanın* ona neler hissettirdiğini sorun, bu duygular üzerinde konuşun.

# Çocuğunuz Zorbalığa Tanıklık Ediyorsa Neler Yapabilirsiniz?

2.

**Neler yapabileceği konusunda çocuğunuza destek olmaya çalışın.**

- Zorbalık yapan arkadaşlarını desteklememesi gerektiğini aktarın.
- Çocuğunuzla zorbalığı engelleme konusunda onun ve arkadaşlarının neler yapabileceği üzerinde konuşun. Birlikte bir plan hazırlayın.
- Çocuğunuzun, zorbalık durumuna tanık olduğunda bir yetişkine (öğretmenine) bunu haber vermesinin önemli bir yardım olduğunu söyleyin.
- Çocuğunuzu, zorbalığa maruz kalan öğrenciye karşı destekleyici ve nazik olmaya teşvik edin. Onun neler hissedebileceği üzerinde konuşun.

3.

**Okulu bilgilendirin.**

- Okul ile mutlaka temasa geçin, bu olayı okul yönetimiyle paylaşın.

# Anne-Babalara Genel Öneriler

- Anne-babalar, bir yandan çocuklarının gelişimine katkıda bulunurken bir yandan da akran zorbalığının önlenmesini sağlayabilirler:
- Olumlu anne-baba tutumu
- Sağlıklı iletişim
- Olumlu rol model olma

## Olumlu anne-baba tutumları

- Çocuğa sevgi ve ilgi gösterilmesi
- Ev içerisindeki kuralların net belirlenmesi ve tutarlı bir şekilde uygulanması
- Çocuğun bilgisayar, TV kullanımının denetlenmesi

## Sağlıklı iletişim

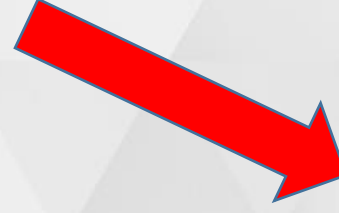
- Çocuğun kendisini rahat ifade edebileceği bir aile ortamı yaratılması
- *Günün nasıl geçti? Bugün okulda seni en mutlu eden şey neydi? Bugün seni üzen bir şey yaşadın mı, bu konuda neler yaptın?* gibi sorularla sohbet edilerek çocuğun okul yaşamına dair bilgi alınması

## Olumlu rol model olma

- Çocuklar anne-babalarının davranışlarını gözlemler ve taklit ederler. Kendi davranışlarınız ile çocuğunuza rol model olabilirsiniz.

## **Anne-babalar**

- fiziksel veya psikolojik şiddet uyguladıklarında
- alaycı konuştuklarında, dalga geçtiklerinde
- duygularını olumsuz şekilde ifade ettiklerinde

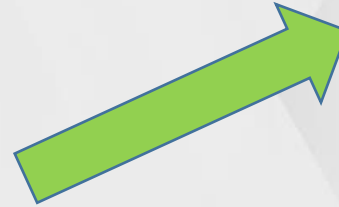


## **Çocuklar**

benzer davranışlar sergiler.

## **Anne-babalar**

- başkalarına değer verdiğini gösterdiklerinde
- olumlu sosyal davranışlarda bulduklarında (örn. paylaşma, işbirliği)
- duygularını sözel olarak ifade ettiklerinde



Dinlediğiniz için teŖekkürler.