



## REHBERLİK SERVİSİ BİLGİLENDİRME BÜLTENİ

(NİSAN 2022)

### OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE AKRAN ZORBALIĞI

Okulöncesi dönem bireylerin hayatlarında kalıcı etkilere sahip bir dönem olması açısından oldukça önemlidir. Bu dönemle ilgili yapılan araştırmalar akran ilişkilerinin birçok gelişim alanı üzerinde kısa ve uzun süreli etkilerinin olduğunu göstermekte. Çocukların paylaşım ve işbirliği içinde bir arada olmalarını destekleyen akran ilişkileri, aynı zamanda kişilerarası ilişkiler için gerekli bilgi ve becerileri kazanmalarında, sorun çözmelerinde ve problemlerle başa çıkmalarında da önemli rol oynamaktadır. Bazı çocuklar akranlarıyla işbirliği halinde uyumlu, dengeli ve sağlıklı ilişkiler kurarken bazı çocuklar ise sıklıkla uyum bozucu ve saldırgan davranışlar gösterebilmekte ve az sayıda arkadaşına sahip olmaktadır. Bu durumun farklı nedenleri bulunurken zorbalık da sebeplerden biri olabilir.

Zorbalıktan bahsedebilmek için özellikle üç kritere ihtiyaç vardır:

1. Kasıtlı olması
2. Sürekli olması
3. Fiziksel ya da psikolojik güç dengesizliği olması şeklindedir.

Yani akran zorbalığı; bir ya da birden fazla öğrencinin, kendilerinden daha güçsüz öğrenciyi ya da öğrencileri, kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurban durumunda olan öğrencinin kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür.

#### Zorbalığın Yol Açtığı Sorunlar

**Psikolojik sorunlar:** Huzursuzluk, kaygı, panik, gerginlik hissi, yoğunlaşma bozukluğu vb. duygusal değişimlerle var olan sorunların artması, uyku sorunları, altını ıslatma, okul fobisi ve depresyon görülebilmektedir.

**Akademik sorunlar:** Okula uyumda bozulma, okulu güvensiz ve mutsuz bir yer olarak algılama, okula gitmek istememe,

**Sosyal sorunlar:** Sosyal ve duygusal yaşantıda problemler, arkadaşlık kurma ve arkadaşlığı sürdürmekte sıkıntı yaşama, olumsuz benlik algısı oluşturma, kendini ifade etmekte güçlük çekme, güvensizlik, yaşama ve içine kapanıklık, utangaçlık vb.

### **Çocuklar neden zorba davranışlar sergilerler?**

- Ailesi ve sosyal çevresi tarafından şiddete maruz kalmaları,
- Anne baba arasındaki çatışma ya da ayrı olmaları,
- Çocuğun duygusal anlamda sıkıntı yaşamaması,
- Empati kuramaması,
- Çocuğun "sevilmiyorum" duygusu yaşamaması,
- Fark edilme, dikkat çekme isteği duyması,
- Kavga, gürültü dışında iletişimi öğrenememiş olması yer almaktadır.
- Zorba çocukların da mağdur çocuklar kadar kendilerini dışlanmış ve sevilmiyor hissettikleri gözlenmektedir. Zorba çocuklar etrafına birilerini toplamış olsa da genelde yalnız kalmaktadırlar.

### **Çocuğunuzun zorbalık davranışı sergilemesi durumunda nasıl davranmalısınız?**

- Çocuğunuzla sakince konuşun, bunu yapma sebepleri ve yaptığı davranışın başkalarında yaratacağı olumsuz duygular üzerinde durun.
- Bu davranışını onaylamadığınızı kesin ve net bir biçimde belirtin.
- Varsa bu tür davranışlara model olan ailenin diğer üyelerini uyarın.
- Kurallara uyduğunda, sorumlu davranışlar sergilediğinde, olumlu davranışlar gerçekleştirdiğinde takdir edin, bunları pekiştirin, ödüllendirin.
- Okulla mutlaka işbirliği yapın.

### **Çocuğunuzun zorbalığa maruz kaldığını düşünüyorsanız neler yapabilirsiniz?**

- Çocuğunuzla açık iletişim kurun. Durumu tartışmak yerine konuşmasına, duygularını paylaşmasına izin verin ve dinleyin.
- Zorbalığın nerede ve nasıl meydana geldiğini öğrenin.
- Olumlu stratejiler geliştirmesinde yardımcı olun.
- '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.
- Çocuğunuzunuzu 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.
- İlgili alanları doğrultusunda sosyal etkinliklere, aktivitelere yönlendirin.
- Çocuğunuzun 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 rehberlik servisiyle işbirliği yapın.

Süheyla ŞAHİN

Klinik Psikolog, Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen