

Akran zorbalığına dikkat

Çocuğunuz eve geldiğinde içine kapanıyor ve birşey konuşmuyorsa, ya da şiddete yönelmişse aman dikkat! Ya zorbalığa uğramıştır, ya da zorbalık gösteriyor olabilir. Davranış Bilimleri Enstitüsü'nden uzman klinik psikolog Cemre Soysal ile akran zorbalığını konuştuk:



**Ailece
Nuran
ÇAKMAKÇI**

ncakmakci@hurriyet.com.tr

Akran zorbalığı nedir?
- Akran zorbalığı veya akran istismarı bir çocuğun okulda yaşayabileceği en olumsuz deneyimlerden biridir. Akran zorbalığı çeşitli şekillerde kendini gösterebilir.

Kaç çeşit zorbalık var?

- Zorbalığı üç gruba ayırmak mümkün. Fiziksel, duygusal ve sosyal zorbalık. Fiziksel zorbalık kişinin bedenine ya da sahip olduğu bir mala zarar vermesidir. Her boyuttaki zorbalık azdan başlar fakat zorbalığı yapan kişi mağdurun cevap verememesinden cesaret alarak şiddeti artırır. Fiziksel zorbalığın tanımı itmek, eşyalanına zarar vermek, yürürken çelme takmak, tehdit etmek olarak yapılabilir. Özellikle lise çağında haraç kesme veya kabadaylık davranışları da gözlenebilir. Duygusal zorbalıkta ise bedensel bir zarar verme amacı yoktur fakat mağdur öğrencinin özgüveni ve kendilik değeri hedef alınır. Zorbalığın üçüncü boyutu ise sosyal olandır. Mağdur olan öğrenciyi küçük düşürme,



grupta istenmeyen ilan etme veya hakkında dedikodu çıkarma sosyal zorbalığa girer.

Çocuğun zorbalık yaptığı ya da buna maruz kaldığı nasıl anlaşılır?

- Hangi boyutta olursa olsun zorbalığı yapan çocuğun da zorbalığa maruz kalanın da desteğe ihtiyacı olduğu unutulmamalıdır.

İki kutup arasındaki fark karıştırılmayacak kadar nettir aslında. Zorbalığı yapan çocuklar fiziksel, duygusal veya sosyal açıdan başka bir öğrenciyi tekrarlayan ve sürekliliği olacak şekilde istismar etmektedir. Zorbalık davranışını yapan çocukların güçlerini kötüye kullandıkları, mağdur olan çocuğa zarar veren davranışlar içinde olup bundan da

pişman olmadıkları görülmektedir. Kendi akranlarına saldırgan davranışlar gösterir ve empati kurmakta zorlanırlar. Özellikle fiziksel üstünlüğe de sahiplerse zorbalık davranışının şiddeti artabilir. Ayrıca zorbalık yapan çocukların ortak özelliklerinden birinin dürtüsellik olduğunu da söyleyebiliriz. Bu çocuklar sınırlarını beklemede zorlanan, sınırlar içinde davranmakta sıkıntı yaşayan çocuklardır.

Ya maruz kalanlar?

- Akran zorbalığına maruz kalan diğer bir deyişle mağdur öğrenciler ise akranlarına kıyasla daha sessiz, hassas ve pasiftirler. Kendilerine yapılan zorbalık davranışlarına karşılık vermek yerine özellikle

düşük benlik algısı nedeniyle geri çekilirler. Aslında bu geri çekilme davranışı zorbalığı yapanın davranışının artmasına da neden olan bir faktördür. Mağdur öğrencinin karşılık verememesi zorbalığın devamına neden olur. Böylece kısır döngüye girilmiş olur. Mağdur çocukların diğerlerine göre daha içe kapanık oldukları da gözlenmektedir. Onlar için başarılarını görmek oldukça zordur. Çoğunlukla olumsuz düşünme eğilimlidirler ve kendilerini değişim anlamında yeteri kadar güçlü hissetmezler. Adeta bir öğrenilmiş çaresizlik yaşayarak durumu kabullenmiş görünürler. Kendilerini daha güçlü hissetmelerine yardımcı olabilecek yakın arkadaşlık kurmak

ta da zorluk çekerler.

Neden zorbalık yaparlar?

- Bir çocuğun zorba davranışları içinde bulunmasının farklı nedenleri olabilir. En belirgin nedenlerden biri çocuğun kendi evinde şiddete maruz kalmasıdır. Şiddet öğrenilen bir davranıştır. Şiddete başvuran ebeveynler, çocuklarına bir sorunu aşmanın yolunun şiddetten geçtiğini öğretirler. Çocuk kendisine vuran ebeveynlere karşılık veremediği için, karşılık verebileceği, üstünde güç uygulayabileceği birini bulduğunda aynımsı karşısındakine yapar. Ailedeki şiddet derhal durdurulmalı, böylece çocuğun zorbalığa gerek kalmadan iletişim kurabilmesi sağlanmalıdır. Aile içinde iletişimin farklılaşmasını gören ve deneyimleyen çocuk, okuldaki zorbalık davranışlarını azaltır. Bir diğer neden çocuğun duygusal anlamda ihtiyacı olan sevgi ve ilgiyi alamamasıdır. Araştırmalar sevgi eksikliği yaşayan çocuklarda saldırganlığın arttığını gösteriyor. Küçük yaşlardan itibaren çocukların ihtiyaçları önemsenmeli, duygusal dünyaları desteklenmelidir.

Okulda zorbalık davranışları gösteren çocuklar, benzer davranışları evde de göstermektedir. Okulda öğretmenler, idari kadro ne kadar istenmeyen davranışları engellemeye çalışsa da evde bu tutuma izin veriliyorsa zorba davranışların azalmasını beklemek boşunadır. Ev ortamında mutlaka belirgin sınırlar konulmalı, zorbalık davranışları sergileyen çocuk bu davranışlarının sonuçlarını yaşamalıdır. Zorbalık davranışları çocuk gelişiminin normal ve sıradan bir aşaması değildir, mutlaka müdahale edilmelidir.

Mağdur çocuklar neden durumu konuşmazlar?

- Onlar için bu konuyu konuşmak oldukça zordur. Çünkü durumu ailelerine bahsetmenin bir tür ispiyonculuk olduğunu zannedebilir, zorba çocuklar tarafından cezalandırılacaklarından korktukları için de

suskun kalmayı tercih edebilirler.

Çocuk okula gitmek istemiyor ve aile bunun nedenini bir türlü ondan öğrenemiyorsa akranlarıyla bir sorun yaşadığından şüphelenebilir. Unutulmamalı ki bir çocuğun mağduriyeti yalnızca fiziksel olmak zorunda değildir. Duygusal veya sosyal anlamda zorbalığa maruz kalan çocuklar da mağdur sayılmaktadır.

Fazla korumacı aile yapısında büyüyen çocuklar kendilerini korumayı öğrenmekte gecikirler. Bunu fark eden diğer çocuklar zaman zaman "süt çocuğu" gibi alaycı sözler kullanarak duygusal yıpratma yoluna gidebilirler. O nedenle çocuğunuzu korurken onun güvenini zedeleyecek aşlınlıklardan kaçınmak en doğru olanıdır.

Mağdur çocukların desteğe ihtiyaç duydukları bir diğer konu ise özgüvenlerini geliştirecek etkinlikler içinde olmalarıdır. Kendi adına karar vermesini sağlayacak ufak sorumluluklar vermek, ev içinde alınacak kararlarda onun da fikrini almak gibi kendini ifade etmesini sağlayacak destekler verilebilir. Ayrıca arkadaş edinebilmesi için okul sonrası 2-3 kişilik grup etkinliklerine katılmasına da yardımcı olunabilir.

Akranlarının zorba davranışlarına maruz kaldığını söyleyen çocuk ciddiye alınmalıdır. Bu zor konuyu dile getirdiğinde ebeveyn "sen yanlış anlamışsındır" gibi bir yaklaşımda bulunursa, çocuğun yalnızlık ve çaresizlik hissi daha da derinleşir ve git gide "bana yardım edilemez" noktasına gidebilir.

Bu süreçte okul yönetiminin ve öğretmenlerin de rolü unutulmamalıdır. Okul ortamında şiddete, akran istismarına nasıl bir tutum sergilendiği öğrencilere net olarak ifade edilmelidir. Mağdur öğrenciyi koruma altına alacak diğer öğrenciyi de kontrolde tutacak eğitim politikalarının uygulanması okuldaki zorba davranışların azalmasına yardımcı olacaktır.