



Mart 2024

Hazırlayan

Rehberlik ve Psikolojik Danışma
Hizmetleri Bölümü

AKRAN ZORBALIĞINI ÖNLEME



AKRAN ZORBALIĞINI ÖNLEME

Zorbalık, okullarda yaşanan oldukça yaygın bir şiddet türüdür ve güçlü olan bireyin kendi kazanç ve memnuniyeti için kendisine karşı koyamayacak kadar güçsüz olana tekrarlayan ve acı veren nitelikte fiziksel, psikolojik, sosyal, sözel veya sanal alanlarda saldırılarda bulunmasıdır. Genel anlamda bir eylemin zorbalık olarak tanımlanabilmesi için bazı temel ölçütler gerekmektedir. Bunlar,

- Kasıtlı olarak zarar verme amacıyla saldırgan davranışlarda bulunulması
- Bu olumsuz eylemlerin bir kez değil, sürekli bir şekilde uygulanıyor olması
- Taraflar arasında güç dengesinin eşit olmaması
- Genellikle sistematik ve organize davranışlardan oluşması.



Zorbalığın Nedenleri:

Kişiye isteklerini saldırganlık dışında başka yollarla da elde edebileceğini gösterecek birilerinin olmaması bu davranışın ortaya çıkmasında büyük rol oynamaktadır. Fiziksel güç kullanımının sorun çözme yöntemi olarak uygulandığı ailelerde, çocuklar ve gençler bu davranışı model alarak kendilerinden yaşça küçük veya güçsüz kişilere de aynı şekilde davranabilirler. Anne, baba, öğretmen ve arkadaşlar zorbalığa her boyun eğişlerinde aslında örtülü olarak çocuğa ya da gence zorbalığın işe yaradığı mesajını vermektedirler. Kendileri hakkında olumludan daha çok olumsuz sözler duyan çocuklar ve gençler başkalarına saldırarak kendilerini iyi ve güçlü hissetmeye çalışırlar. Olumsuz da olsa bir şekilde dikkat çekmek onlar için önemlidir. Özellikle gençler belirli bir akran grubunda yer alabilmek adına zorbalık yapabilirler. Çete şeklinde de görülebilecek bu gruplar okul ortamında göz önünde olmaktan çok büyük haz alırlar.

Zorbalık başlığı altındaki bu eylemler bireysel ya da grup halinde

uygulanabildiği gibi; bu hareketlere maruz kalanlar da bireyler ya da gruplar olabilir. Günümüzde ne yazık ki zorbalığa daha karmaşık yeni çeşitler eklendiğini görmekteyiz. Bunlar arasında cep telefonları ya da internet aracılığıyla tehditkâr mesajlar gönderme veya kişisel bilgiler içeren nefret dolu web sayfaları oluşturma mevcuttur. Bu tarz davranışların ise tahmin edildiği üzere maruz kalan kişilere olumsuz ve uzun süreli etkileri olmaktadır.



Kurban: Bir veya birçok öğrenci tarafından, zarar verilen, yaralanan veya zor durumda bırakılan saldırgan davranışlara tekrar tekrar ve uzun süreli olarak maruz kalan bir öğrenci zorbalık kurbanıdır.

Zorbalık kurbanı olan öğrenciler kaygı, kızgınlık ve çaresizlik gibi duygulara sahip olmanın yanı sıra üzgün, mutsuz, incinmiş ya da akranları tarafından dışlanmış hissedebilirler. Bu hisler hem yaşadıklarının bir sonucudur hem de bu durumun tekrarlanabileceğine dair duydukları korkudan kaynaklanmaktadır. Kendilerine güvenlerinde ve benlik saygılarında azalma, değersizlik, yetersizlik, aşırı hassasiyet, okul ortamında gerginlik ve panik yaşayabilir. Maruz kaldıkları davranışların anıları sürekli zihinlerini meşgul ettiğinden konsantrasyon güçlükleri çekebilirler. Okula gitmeme, okuldan kaçma, zorbalığın meydana geldiği yerlere gitmekten kaçınma davranışı gösterebilirler; çünkü bu ortamları güvensiz, korku duyulan ve mutsuz bir yer olarak algılamaya başlayabilirler. Okula devamsızlık ve okul başarısının düşmesi sonucu akademik açıdan olumsuz yönde etkilenebilir. Zorbalıkla baş edemedikleri için yoğun bir suçluluk, utanç ve bir çeşit yenilgi hissedebilirler. Zorbalığın doğrudan fiziksel hasarlarının yanı sıra, yaşadıkları psikolojik sıkıntı nedeniyle uyku güçlükleri, baş ağrısı, karın ağrıları ve yorgunluk gibi çeşitli bedensel sıkıntılar yaşayabilirler.



Zorbalığı Anlamlandırmak:

Şiddet (violencia) lantinede Bia – yani yaşam (via) kökünden gelir. Bu şüphesiz bir rastlantı değildir. Çocuğun gelişiminde bireyselleşme süreçlerine baktığımız zaman şiddetin arttığını görürüz. Özellikle bebeklikten çocukluğa geçiş olan -iki yaş- ve çocukluktan yetişkinliğe geçerken, yani ergenlik döneminde bu duruma sıkça rastlamaktayız. Ebeveynlerle çatışmadan, onların isteklerine sınır getirmeden ve ebeveynlere hayır diyemeden bir kimlik duygusu oluşamaz. Bu ruhsal doğuşa izin verilmezse çocuk annenin içinde yok olur ve bireyselliğine ket vurulmuş olur.

Çocuğun bedeni sınırdır. Zorla yemek yeme, beraber uyuma, banyosunu annesinin yaptırması gibi sınır ihlaline maruz kalan çocuk ruhsal varlığını ikinci bir yol olan boyun eğicilikle de sürdürebilir. Ebeveyn kaybı korkusuyla pasif rol alır, sınırlarına girilmesine izin verir. Okulda da mağdur olup zorbalığa boyun eğen konumda yer alır.

Çocukların şiddet tutumlarının karşısına davranışçı ekolün söndürme yöntemine dayanan anne baba tutumu ile yaklaşmak çocuklarda zaten mevcut olan kayıp endişesini yoğunlaştırır. Ağladığı ya da kızdığı zaman çocuğa küsmek, onu odaya göndermek, tepki vermemek... Bunların hepsi kayıp endişesini derinleştirir, çünkü annelik ve babalık işlevi ortadan kalkmış olur. İlişki bir süreliğine olsa bile dondurulduğu zaman çocuğa bilinçdışından şu mesaj gider: 'Çatışırsan yalnız kalırsın'. Bu öznel bir kimlik oluşturma sürecini de sekteye uğratmaktadır.

Çocuğun saldırganlığının tehlikeli olmadığını ve başkasına zarar vermeden de ifade edilebileceğini, oyunla, resimle ve sözcükler yoluyla da tasarıma bağlanabileceğini, konuşarak, sınır koyarak nesiller arası farkı ortaya koyabileceğini bilen, kapsayan anne baba/ psikolojik danışman aslında çocuktaki saldırganlığını aktif özdeşimlere yani akademik veya spor/sanatta kendini ortaya koyma, girişkenlik, yaratıcılık, rekabet edebilme konumuna taşıyabilecektir.

Çocuk bazen kendi yaşadığı deneyimi bize de yaşatmak ister ve ancak biz bunu anlamlandırdığımız zaman yeniden yapılanma süreci başlar.





Pembe Tiřört Günü

Pink Shirt Day ilk olarak 2007 yılında Kanada'da okulun ilk gününe pembe bir tişört ile katılan 9.sınıf erkek öğrencinin zorbalığa uğraması üzerine, ertesi gün arkadaşlarının okula pembe tişört giyip gelerek ona destek çıkmaları ile başlamıştır. Bu şekilde dünyaya yayılan 24 Şubat Pembe Tiřört Giyme Günü'nde sizler de zorbalığa hayır diyerek dikkat çekebilirsiniz.

Kaynaklar:

Bilgi Üniversitesi, Psikolojik Danışmanlık Birimi, Zorbalık, Brořürler
Psikanaliz Defterleri 6, Çocuk ve Ergen Çalışmaları, Şiddet ve Yıkıcılık
Psikanaliz Defterleri 1, Çocuk ve Ergen Çalışmaları, Çocuk ve Ergenle Çalışmak
Canan Çitil Akyol, Akran Zorbalığı (Farkındalık Geliřtirme, Sunumu)