

ŞİDDET VE ZORBALIĞI ÖNLEME

ZORBALIK NEDİR?

Zorbalık, daha güçlü bir kişi ya da bir grup kişi tarafından daha az gücü olan bir kişiye karşı yapılan ve sürekliliği olan fiziksel, psikolojik, sosyal ve sözel olarak tekrarlanan saldırıdır.

Kriterler:

1. Saldırgan davranış gibi zorbalık da birinin incitilmesine, ona zarar verilmesine neden olur. Ancak bu zarar, herhangi bir provokasyon ya da kışkırtma olmaksızın gerçekleşir.
2. Tekrarlanan bir davranıştır, sadece bir kez ya da iki kez gerçekleşen bir davranış zorbalık olarak değerlendirilmez.
3. Arada bir güç dengesizliğinin olması önemlidir. Zorbaca davranışı kullanan birey genellikle daha güçlü olarak düşünülür ya da algılanır, en azından, kurban kendini çok iyi savunabilecek durumda değildir.

Zorba Kimdir?

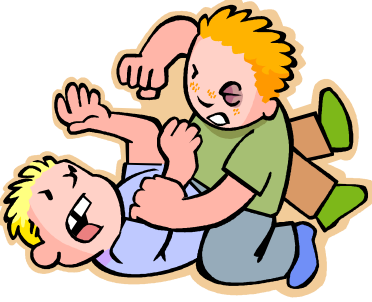
Kendi gücünü daha zayıf kişileri incitmek ya da onları korkutmak için kullanan kişidir. Başka bir deyişle, zorbalığa başvuran, zorbaca davranışı uygulayan kişidir. Zorbalar çoğunlukla; güçlü, atılgan, kolayca provoke olan, saldırganlıktan hoşlanan, popülarite ve güvenliğe sahip bireyler olarak karakterize edilirler.

Kurban Kimdir?

Başka kişilerin davranışları nedeni ile acı çeken, zarar gören kişi olarak tanımlanabilir. Genel olarak, zorbaca davranışa maruz kalan kişidir. Araştırmalara göre; kurbanın davranış ve tutumları diğerlerine, herhangi bir saldırı ya da tacize maruz kaldıklarında kendilerini savunamayacak kadar güvensiz ve değersiz oldukları sinyali verir. Zayıf olmaya eğilimlidirler, düşük özgüvenli ve düşük popülariteye sahiptirler.

Zorba/Kurban Kimdir?

Bu bireyler hem zorbaca davranışı uygulurlar, hem de bu davranışa maruz kalırlar. Bazı araştırmacılar tarafından "provokatif" ya da "saldırgan" kurban diye de tanımlanan bir gruptur. Bu gruptaki bireyler, aktif, güçlü, kolayca provoke olan ve sıklıkla başkaları tarafından rahatsız edildiğinden şikayet eden kişilerdir. Bu grup, diğler gruplardan oldukça farklıdır; hem güçlü ve atılgandırlar, hem de akranları tarafından en az tercih edilen çocuklardır. Kaygı ve saldırgan tepki örüntülerinin birleşimini gösteren küçük bir gruptur. Çoğunlukla konsantrasyon problemleri yaşarlar ve çevrelerinde bir rahatsızlık ya da gerilim yaratacak davranışlar sergilerler. Bu çocuklar uyumsuzluk, hiperaktivite, dikkat dağınıklığı, aşırı hassasiyet ya da çevrelerindeki insanları huzursuz edecek başka davranışlar gösterebilirler.



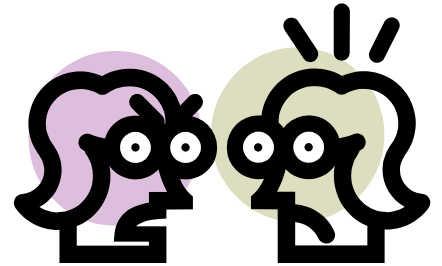
Sessiz İzleyici

Bazı araştırmacılar tarafından izleyiciler/seyirciler olarak da tanımlanmaktadır. Bu bireyler, zorbaca davranışı kullanmazlar, bu davranışa maruz da kalmazlar.

ZORBALIĞIN ÇEŞİTLERİ

Zorbalık denince akla ilk olarak fiziksel zorbalık gelir. Ancak bunun dışında sözel ve psikolojik zorbalık da vardır. Aşağıda zorbaca davranışlara bir kaç örnek sıraladık:

- Hoş olmayan isimler takmak
- Vurmak, fiziksel olarak incitmek
- Hakkında söylentiler çıkarmak
- Tehdit etmek
- Birini gruptan çıkartmak ve arkadaşlık ilişkilerini etkilemeye çalışmak
- Alay etmek
- Küçümsemek



Araştırmalara göre, cinsiyet farklılığı görülmeden, zorbalığın en yaygın formu kötü isimler takmadır. Daha sonra sıklıkla karşılaşılan biçimler ise itme ya da fiziksel olarak incitme, acı vermedir. Zorbalığın diğer formları ise; reddetme, hakkında dedikodular yayma, tehdit etme, bir kişiyei grup dışında bırakma ve arkadaşlık ilişkilerinin maniplasyonudur. Kızlar çoğunlukla daha indirekt ya da ilişkisel metotları kullanırken, erkekler direkt fiziksel saldırganlığı kullanırlar.

ZORBA ve KURBANLARIN AİLE ÖZELLİKLERİ

Zorbaların ailelerinin çoğunlukla; katı, kurallar konusunda tutarsız ve sınırlarını koymak için gç kullanan aileler oldukları bulgulanmıştır. Diğer taraftan, kurbanların ailelerinin ise, aşırı korumacı bir tutum içinde oldukları belirlenmiştir.

Zorbanın Aile Özellikleri:

- Çocuğun yaşamına katılımları noktasında iki uçta giderler, bazen aşırı ilgili, bazen tümüyle ilgisiz olmak gibi.
- Aile içinde tutarsız sınırlar vardır. Çok az sayıda kural ve yapılandırma gibi özelliklerden dolayı saldırgan davranışa olanak tanırırlar.
- Ebeveynler arasında çatışma ya da uyuşmazlık hatta eşler arası şiddet görülebilir.
- Etkin olmayan çocuk yetiştirme tekniklerinin kullanıldığı görülür; saldırganlığı ödüllendirmek ve saldırgan olmayan, olumlu sosyal davranışı pekiştirmemek hatta cezalandırmak gibi.
- Evde, uzun süre yetişkinlerden uzak kalma görülür.
- Çoğunlukla baskıcı ya da cezalandırıcı (fiziksel cezanın kullanımı ve ani öfke patlamaları ile karakterize edilebilecek) bir ebeveyn tutumu sergilerler.
- Aile içinde, çocuğa karşı özellikle düşük sevgi ve duygusal destek olan bir ortam vardır.
- Her şeye izin veren, sınır koymayan tutum sergilerler ve takipte yeterli değillerdir.

- Özellikle erkek çocuklar için kavga etmenin ve şiddetin olumlu bir özellik gibi gösterildiği aile yapıları vardır.

Bu koşullarda yaşayan birey kendini evinde değersiz hissedeceğinden, ev dışı ortamlarda çevresindekilere gösterdiği zorbaca davranışlarla baskın olup, bu değer duygusunu kazanmaya çalışır.

Kurbanın Aile Özellikleri:

- Sınırları belli olmayan, iç içe girmiş bir aile yapısı.
- Aşırı bağılılık.
- Aşırı duygusal yakınlık.
- Özellikle anneden kaynaklanan aşırı korumacılık.
- Bu çocuklar anne babalarının beklentilerini karşılayamayacaklarına inanırlar.



ZORBALIĞIN SONUÇLARI

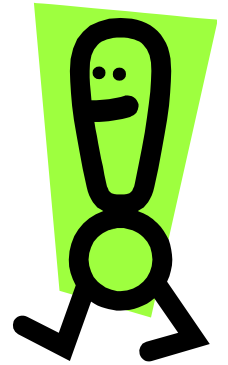
Uzun sürede bunlar olabilir !

Zorba: Okula uyum problemleri, alkol ya da madde kullanımı, eğitimle ilgili yaşanan problemler nedeniyle az sayıda meslek seçeneği ve gelecekte olası işsizlik problemi.

Kurban: Düşük okul başarısı, düşük psikolojik uyum - yalnızlık, düşük değer duygusu gibi. Uyku problemleri, yatak ıslatma, sıra dışı baş ve mide ağrıları.

ANNE BABALARA ÖNERİLER

- ❖ Çocuklar, özellikle küçük yaşlarda saldırgan davranışlarla istediklerini yerine getirmemelidirler. Çocuk saldırganlıkla amacına ulaşmamalıdır.
- ❖ Çocuğa, sosyal olgunluğuna uygun çeşitli görevler verilmeli başarıma duygusunu yaşaması sağlanarak



kendine güvenin gelişmesi desteklenmelidir.

- ❖ Çocuğun saldırgan davranışları dayak ile cezalandırılmamalıdır. Saldırganlığına aynı şekilde cevap verilmemelidir. Çocuğun saldırgan davranışları karşısında sakin olmak ve sonrasında bu konuyu konuşmak iç görü kazanmasını destekleyecektir.
- ❖ Çocuklar kızgın ve öfkeliyken onlarla inatlaşıp tartışmamalı, çocuk sakinleştikten sonra bu durum birlikte konuşularak değerlendirilmelidir.
- ❖ Çocuğun seyrettiği TV programları, filmler, oynadığı bilgisayar oyunları konusunda dikkatli olunması gerekir. Televizyon izlemeyi sınırlandırmalı, hangi programları izledikleri, hangi bilgisayar oyunlarını oynadıkları kontrol edilmelidir.
- ❖ Seyrettiğiniz film veya yaşadığınız gerçek olaylar üzerinde mutlaka konuşulmalı, topluma uyan veya uymayan davranışların sonuçları birlikte değerlendirilmelidir.
- ❖ Spor ve yarışmalara yönelen çocuklarda saldırganlık dürtülerinin büyük ölçüde azaldığı görülmüştür. Çeşitli sosyal ve sportif faaliyetlere yönlendirilmelidir, ilgi alanlarını ve hobilerini yapmaları için fırsatlar verilmelidir.
- ❖ Saldırgan çocuklarda rahatlamayı sağlamak amacı ile kum ile oynama, kızgınlığın resmini yapma, kızdığı kişiye mektup yazma (bu mektubu o kişiye vermesi gerekmiyor), yastığı yumruklama, hareketli oyuncaklarla oynama, su oyunları, kağıt yırtma gibi etkinlikler önerilmektedir.
- ❖ Açık alanlarda oynamasına olanak sağlanmalıdır.
- ❖ Tüm müdahalelerinize rağmen sorun devam ediyorsa bir uzmandan yardım alınmalıdır.

ANNE-BABA OLARAK

Çocuğunuzun Bir Mağdur Olduğunu Öğrenirseniz;

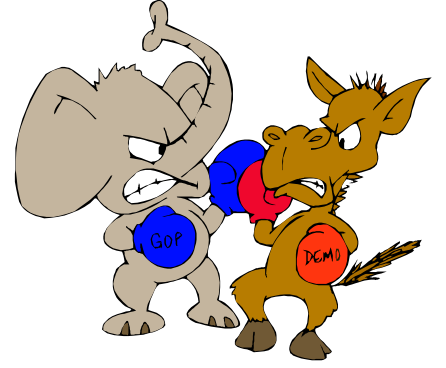
- Çocuğunuz birisiyle sorun yaşadığında, sakın gidip sorunu o çocuklarla halletmeye kalkmayın. Bunu bırakın okul halletsin.
- Özellikle zorba belliyse, o çocuğun anne-babasıyla yüz yüze gelmeyin. Kızgınsınız ve utanıyorsunuz, içiniz karma karışık.

Zorbanın anne babası içinde aynısı geçerli. Bu şekilde sorunu çözmek daha da güçleşir.

- Çocuğu dinleyin, güven verin. Duygularını konuşsun, zorbalığa uğramasına neden olan özellikleri konusunda güçlendirin.

Çocuğunuzun Zorba Olduğunu Öğrenirseniz;

- Çocuğunuzun dövme yapmasını ama konuyu ciddiye alarak, bu davranışı çocuklar arası olabilecek doğal bir davranış olarak değerlendirmeyin.
- Ona, mağdurun duygusunu anlatın ve bu tür davranışları asla onaylamayacağınızı da kesinlikle belirtin.
- Çocuğunuzun savunmasını.
- Kesin ve kararlı konuşun.
- Kardeşler arasında böyle bir durum varsa birbirlerine vurmalarına izin vermeyin.



BİR ÖYKÜ

Yaşamın Yankısı

Dağlık bir bölgede; adam, küçük çocuğuyla yürürken çocuğun ayağı bir taşa çarpar ve can acısıyla, "Ahhh!" diye bağıır.

Dağdan, "Ahhh!" diye bir ses gelir ve bu sesi duyan çocuk hayret eder.

Merakla, "Sen kimsin?" diye sorar; ama aldığı yanıt "Sen kimsin?" olur.

Çocuk, bu yanıtta kızar ve "Sen bir korkaksın!" diye bağıır. Dağdan aldığı yanıt "Sen bir korkaksın"dır.

Babasına bakar ve "Baba ne oluyor?" diye sorar.

"Oğlum, dikkat et!" diyen baba, vadiye doğru "Sana hayranım!" diye bağıır.

Ses, "Sana hayranım!" diye tekrar eder.

Baba, "Sen harikasin!" der. Bu kez dağdan, "Sen harikasin!" sesi yükselir.

Çocuk şaşırılmıştır, ama hâlâ ne olduğunu anlamamıştır.

Baba, durumu açıklar; "Oğlum, insanlar buna yankı derler; ama gerçekte yaşamın kendisidir. Yaşama ne verirsen onu yansıtır. Yaşam, senin davranışlarının bir aynasıdır. Yaşamında daha çok sevgi istiyorsan, insanları çok sev. Sana saygılı davranılmasını istiyorsan, insanlara saygılı davran. Başkaları tarafından anlaşılma istiyorsan, önce başkalarını anlamaya gayret göster. İnsanların sana hoşgörülü ve sabırlı davranmasını istiyorsan, önce sen onlara karşı sabırlı ve hoşgörülü olmalısın. Oğlum, yaşamda ne ekersen, onu biçersin. Bu doğa yasası, yaşamın her alanında geçerlidir."

Kaynakça: * Newman, D., Horne, A., and Bartolomucci, C. Bully Busters, Research Press, 2000

* Yıldırım, S. The Relationship of Bullying, Family Environment and Popularity, 2001