

MUĞLA RAM

*PDR
BÜLTEN*

EKİM 2024

ZORBALIĞIN GÖRÜNEN YÜZÜ

Etrafımızı çevreleyen şiddet sarmalının en masum halkası sanılan, 'çocuktur kavga eder, barışır' bakış açısıyla çoğu zaman geçiştirilen akran zorbalığı, her geçen gün etki alanı daha da büyüyen, mücadele gerektiren bir hale dönüştü. Özellikle okullarda artan zorbalık olayları, zorbalığa maruz kalan çocukların ve ergenlerin tüm yaşamını etkilemekte. Maruz kalan çocuk yada ergenlerin gerek duygusal, gerek sosyal pek çok problem yaşamaları oldukça yüksek bir ihtimaldir. Araştırmalar ve yapılan çalışmalar bize şunu da göstermektedir ki zorbalığa maruz kalan da, zorbalık olaylarına şahit olanlar da yaşamları boyu bu izleri taşır. (Geriye dönüp kişisel tarihimize baktığımızda bile, kendi yaşantımızda o zamanlar fark etmediğimiz, fakat etkilerini daha sonra farkettiğimiz pek çok şey aklımıza gelebilir.) Dolayısıyla kimin başına geldiği kadar etki ettiği sosyal alana da bakılarak topyekûn bir mücadele benimsenmelidir.

Zorbalık ve şiddetin yaygınlaşmasının altında yatan pek çok sebep var. İnsan komplike bir varlık, dolayısıyla zorbalığın nedenleri de etkileri de bireysel farklılıklara, sosyal, kültürel, toplumsal şartlara bağlı olarak çeşitlilik gösterir. En temelinde içinde doğup büyüdüğümüz aile, yetiştiğimiz ortam davranışlarımızı şekillendirir ve ana gerçekliğimize dönüşür.

Güçsüzü ezmeme, kendinden farklı olanı görme, tanıma ve kabul etme kodlarımıza işlenmişse tüm yaşamımız boyunca 'diğeri' ile ilişkide, güç dengesizliği halini alan zorbalık, kişinin ilişki kurma biçimine dönüşmez. Tek bir nedene bağlı olmaksızın gerçekleşen, hem nedenleriyle hem de çözüm yollarıyla çok yönlü irdelenmesi gereken derin bir mevzudur akran zorbalığı...

**ZORBALIK
ÖZELLİKLE DE
AKRAN
ZORBALIĞI
ÇAĞIMIZIN EN
BÜYÜK
PROBLEMLERİN
DEN BİRİ
HALİNE GELDİ.**

PEKİ, AKRAN ZORBALIĞI YENİ BİR KAVRAM MI?

Hayır... Hep vardı, görünürlüğü dolayısıyla yaygınlığı arttı. Son yıllarda sosyal medyada veya TV ekranlarında kayıt altına alınan ve paylaşılan pek çok vaka örneği görmekteyiz. Kimi zaman zorbanın yardımcılarının ya da kendisinin kaydettiği, kimi zaman izleyenlerin kaydettiği olaylar, paylaşımlar yoluyla çok hızlı bir şekilde elden ele yayılarak, dijital bir ize dönüşmektedir. Görüntülerin yaygınlaşması, zorbalığa maruz kalan kişinin travmatize olmasına sebep olur. Görüntü her önüne düştüğünde hem kendisi hem ailesi aynı duyguları yaşar. Zorbalığı yapan ve bunu kayıt altına alan zorbanın ve ona yardım edenlerin amacı bunun paylaşmasının altında yatan en önemli mesaj görünür olma isteğidir. Gücünü göstermek isteyen zorba, haberin yayılmasına, sosyal medyada paylaşılmasına memnun olabilir. Görünür olmak istiyorsan eziyet et' şeklinde sloganlaşabilecek bu düşünce şekli git gide daha tehlikeli bir hal almaya başlamıştır.

Özellikle mağdurun da mağdur edenin de çocuk olduğu durumlar özel bir hassasiyet gerektirmelidir. Çocuğun görselinin paylaşımı (yüzü buzlanarakta olsa) son derece sakıncalıdır. Özellikle de eğitimcilerin iyi niyetli de olsa yaptıkları her türlü paylaşım toplum üzerinde etki bırakır. Çoğu zaman örnek olma çabası ile gerçekleştirilen eylem, yanlış sonuçlara sebep olur.

Eleştirilen, olmasını istemediğimiz durumlarla ilgili paylaşımlar çözümü beslemek yerine sorunu besler. Yapılacak paylaşımlar olayın kendisine, olayı gerçekleştiren kişilere, olayın detaylarına yer vermeden, çözüm için yapılabilecekler münhalinde olmalıdır.

**ZORBALIK KONUSUNDA
HER YAŞ GRUBUNA
EĞİTİMLER VERİLMELİ;
ŞİDDETE ŞAHİT
OLDUKLARI YA DA
MARUZ KALDIKLARI
DURUMLARDA NELER
YAPABİLECEKLERİ,
KİŞİSEL HAKLARI
HAKKINDA
BİLGİLENDİRMELER
YAPILMALIDIR.**

AİLE TUTUMLARI VE AKRAN ZORBALIĞI İLİŞKİSİ

Akran zorbalığı, çocuklar ve ergenler arasında yaygın bir sorundur. Çocuklar ve gençler yetişkinlerden çok akranlarını model almakta, kendi aralarında sosyal gruplar oluşturarak, ait olma ihtiyaçlarını karşılamaktadır. Okullarda zorbalığa maruz kalan öğrencilerin fiziksel ve psikolojik gelişimine olumsuz etkileri görülmektedir. Zorbalığa maruz kalan öğrencilerde fiziksel belirtiler olarak ; baş ağrısı, mide ağrısı şikayetleri, konsantrasyon güçlükleri, uyku ve yeme ile ilgili problemleri yaşadıkları görülmektedir. Psikolojik etkiler olarak; depresyon, sosyal kaygı, saldırganlık davranışlarında artış, öz saygı düşüklüğü, intihar riskinde artış, travma sonrası stres bozukluğu gibi etkiler görülmektedir. Bunların yanında zorbalığa maruz kalan ve zorbalık yapan öğrencilerin ortak özellikleri olarak genellikle akademik başarılarının daha düşük olduğu bilgisi mevcuttur. Öğrencilerin gelişimlerine böylesine etkisi olan zorbalık konusunun nedenlerin açıklanmasına ihtiyaç vardır. Yapılan çalışmalarda zorbalık davranışına neden olan en önemli faktörlerden biri olarak aile faktörü üzerinde durulmaktadır. Ebeveynlik stilleri, çocuğun psikososyal gelişimi ve dolayısıyla davranışları üzerinde oldukça etkilidir. Çocukların gelişimleri açısından en önemli aile tutumunun demokratik aile tutumudur. Akran zorbalığı açısından değerlendirildiğinde ise demokratik ebeveynlik stili oldukça önemli bir koruyucu faktördür

Demokratik ebeveynlik stili, çocukların gelişimini destekleyen, onların fikirlerine ve duygularına saygı gösteren bir yaklaşımı ifade eder. Bu stilin bazı temel özellikleri şunlardır

Açık İletişim:

Ebeveynler, çocuklarıyla açık ve dürüst bir iletişim kurar. Çocuklar, düşüncelerini ve duygularını ifade etmekte özgür hissederler.

Karar Alma Sürecine Katılım:

Çocuklar, aile içindeki kararlara katılma fırsatına sahip olurlar. Bu, onların sorumluluk ve özgüven geliştirmelerine yardımcı olur.

Kurallar ve Sınırlar:

Demokratik ebeveynler, net kurallar belirler, ancak bu kurallar esneklik gösterir. Çocukların bu kurallara neden uyumaları gerektiği açıklanır.

Duygusal Destek:

Ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına duyarlıdır. Onların hissettiklerini anlamaya çalışır ve desteklerler.

Model Olma:

Ebeveynler, davranışlarıyla örnek olurlar. Değerler, sorumluluk ve etik konularda çocuklarına rehberlik ederler.

Disiplin:

Disiplin, cezalandırma yerine öğretme amaçlıdır. Ebeveynler, çocuklarına hatalarının sonuçlarını göstererek öğretici bir yaklaşım benimser.

Bağımsızlık Geliştirme:

Çocukların bağımsızlıklarını geliştirmeleri teşvik edilir. Kendi kararlarını alma ve sorun çözme becerileri desteklenir

Bu stil, çocukların sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimlerini olumlu bir şekilde etkileyerek sağlıklı bireyler olmalarına yardımcı olur. Bu stille yetiştirilen çocukların özellikleri,

- Kuralları-sınırları benimseyen
- Sosyal ve duygusal becerileri (empati, işbirliği) yüksek
- Özgüvenli
- Akademik açıdan başarılı
- Sevildiğini ve kendisine değer verildiğini hisseden
- Bir şeyi elde etmek için şiddete başvurmeyen
- Kendisini olumlu bir şekilde ifade eden

Otoriter ebeveynlik stili, katı kurallar ve yüksek beklentilerle karakterize edilen bir yaklaşımdır. Bu stilin bazı temel özellikleri şunlardır:

Katı Kurallar:

Ebeveynler, net ve katı kurallar belirler. Bu kurallara uyulması beklenir ve genellikle esneklik göstermezler.

Düşük Duygusal:

Ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına genellikle duyarsızdır. Duygusal destek sağlama konusunda zayıf kalabilirler.

Cezalandırma:

Disiplin, cezalandırma yoluyla sağlanır. Hatalar genellikle sert bir şekilde karşılanır ve öğüt vermekten ziyade ceza verilir.

Otorite ve Kontrol:

Ebeveynler, aile içinde otoriter bir konumda bulunur. Çocukların itaat etmeleri beklenir ve sorgulama genellikle hoş karşılanmaz.

Düşük Katılım:

Çocukların karar alma süreçlerine katılmalarına izin verilmez. Çocuklar, ebeveynlerinin belirlediği kurallara uymalıdır.

Başarı Beklentisi:

Ebeveynler, çocuklarından yüksek başarı bekler. Bu, baskı yaratabilir ve çocuğun özgüvenini olumsuz etkileyebilir.

Düşük Otonomi:

Çocukların bağımsızlık geliştirmesi teşvik edilmez. Kendi kararlarını alma ve sorumluluk alma fırsatları sınırlıdır.

Otoriter ebeveynlik stili, çocuklar üzerinde kısa vadede uyum sağlama ve disiplin getirebilirken, uzun vadede sosyal beceriler, özsaygı ve özgüven gibi alanlarda olumsuz etkiler yaratabilir.

Bu stille yetiştirilen çocukların özellikleri,

- Sosyal ve duygusal becerileri (empati, iş birliği) zayıf
- Özgüveni ve benlik saygısı düşük
- Kendini ifade etmekte zorlanan/çekinen
- Sevilmediğini hisseden
- İtaatkâr veya aşırı tepkisel
- Saldırgan davranışları benimseyen

İzin verici (ya da "açık" veya "toleranslı") ebeveynlik stili, çocukların özgürlüklerini ve bağımsızlıklarını teşvik eden, fakat disiplin ve kurallar konusunda daha esnek bir yaklaşımı ifade eder. Bu stilin temel özellikleri şunlardır:

Düşük Kontrol:

Ebeveynler, çocukların davranışları üzerinde çok fazla kontrol uygulamazlar. Çocuklar, kendi seçimlerini yapma konusunda özgürdür.

Yüksek Duygusal:

Ebeveynler, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarına duyarlıdır ve onları desteklerler. Duygusal bağ önemlidir.

Esnek Kurallar:

Belirli kurallar olabilir, ancak bu kurallar esneklik gösterebilir. Çocukların görüşleri dikkate alınır ve kurallar gerektiğinde değiştirilebilir.

Karar Alma Sürecine Katılım:

Çocuklar, aile içindeki kararlara katılma fırsatı bulurlar. Bu, onların bağımsızlık geliştirmelerine yardımcı olur.

Destekleyici Davranış:

Ebeveynler, çocukların ilgi ve yeteneklerini desteklerler. Onlara yeni deneyimler sunarak keşfetmelerini teşvik ederler.

Disiplin Yöntemleri:

Disiplin, genellikle açıklayıcı ve öğretici bir yaklaşımla sağlanır. Cezalandırma yerine, sonuçların anlaşılmasına odaklanılır.

Duygusal Bağ:

Ebeveynler ve çocuklar arasında güçlü bir duygusal bağ vardır. Bu, çocukların kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olur.

İzin verici ebeveynlik stili, çocukların yaratıcılığını ve bağımsızlıklarını geliştirebilirken, aşırı kontrol eksikliği bazen disiplinsizlik ve sorumsuzluk gibi sorunlara da yol açabilir. Bu stille yetiştirilen çocukların özellikleri ,

- Sosyal uyum becerileri düşük
- Sorumluluk almaktan zorlanan
- Benmerkezci

İhmalkar (ya da "dikkatsiz" veya "kaygısız") ebeveynlik stili, ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarına ve davranışlarına yeterince ilgi göstermediği veya müdahale etmediği bir yaklaşımı ifade eder. Bu stilin temel özellikleri şunlardır:

Düşük İlgi ve Destek: Ebeveynler, çocuklarının duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarına karşı kayıtsızdır. Çocukların gelişim süreçlerine yeterince destek vermezler.

Esnek Kuralların Yokluğu: Kurallar genellikle belirsizdir veya yoktur. Çocukların davranışları üzerinde herhangi bir denetim veya yönlendirme yoktur.

Duygusal İletişim Eksikliği: Ebeveynler, çocuklarıyla duygusal bir bağ kurmakta zorlanabilirler. Açık iletişim eksikliği, çocukların kendilerini ifade etmelerini zorlaştırabilir.

Sorumluluk Verme: Çocuklar, genellikle kendi başlarına kalırlar ve sorumluluk almazlar. Bu, onların kendi kararlarını alma becerilerini olumsuz etkileyebilir.

Düşük Disiplin: Disiplin eksikliği, çocukların sınırları ve uygun davranışları öğrenmelerini zorlaştırır. Cezalandırma veya kural koyma genellikle yoktur.

Bağlantı Eksikliği: Ebeveynler, çocuklarının hayatındaki önemli olaylara katılmazlar veya bu olaylara ilgi göstermezler. Bu, çocukların kendilerini yalnız hissetmelerine neden olabilir.

Gelişimsel Sorunlar: İhmalkar ebeveynlik, çocuklarda duygusal sorunlar, özsaygı eksikliği ve sosyal beceri yetersizlikleri gibi sorunlara yol açabilir.

Bu ebeveynlik stili, çocukların güvenli ve sağlıklı bir şekilde gelişimlerini olumsuz etkileyebilir. Çocuklar, yeterli ilgi ve destek görmediklerinde, sosyal ve duygusal becerilerde zorluk yaşayabilirler.

Bu stille yetiştirilen çocukların özellikleri

- Sosyal uyum becerileri düşük
- Dürtüsel
- Riskli davranışlarda bulunma olasılığı yüksek
- Akran Zorbalığı Yapan Öğrencilerin Ailesel Özellikleri
- İlgi, sevgi ve sıcaklıktan yoksun bir aile ortamı
- Ebeveynlerin çocuklarına karşı cezalandırıcı, düşmanca ve kötileyici davranması
- Ebeveyn ve çocuk arasındaki iletişimin zayıf veya yetersiz olması
- Ebeveynlerin çocuğu yetersiz denetimi ve gözetimi
- Ebeveynler arası çatışma veya huzursuzluk, düşük evlilik doyumu
- Fiziksel veya duygusal istismar
- Otoriter ebeveynlik stili
- Ebeveynlerin evde fiziksel güce dayalı disiplin teknikleri kullanması
- Saldırgan davranışların ebeveynler tarafından hoşgörü ile karşılanması
- Ebeveynlerin çevrelerindeki diğer kişilere karşı saldırgan davranışlar sergilemesi
- Farklı aile yapısına sahip olma (örn. tek ebeveynli aileler, anne-baba dışında farklı yetişkinlerle yaşamak zorunda kalma)
- Çocuğun ağabey/abla/kardeşleri tarafından zorbalığa maruz kalması veya kardeşlerine zorbalık yapması(5)

Akran Zorbalığına Maruz Kalan Öğrencilerin Ailesel Özellikleri

- Aşırı koruyucu ve kollayıcı ebeveynler
- Özellikle annelerin çocuklarına yaşından daha küçükmiş gibi davranma eğilimi
- Anne ile çok yoğun duygusal ilişki kurulması
- Baba ile çok uzak, mesafeli ve olumsuz bir ilişki yaşanması.

Hem Akran Zorbalığı Yapan Hem Zorbalığa Maruz Kalan Öğrencilerin Ailesel Özellikleri

- Aile içerisinde şiddet ve baskı
- Ebeveynlerin ilgisiz ve tutarsız davranışlarda bulunması

Sonuç olarak, ebeveynlik stilleri, çocukların zorbalık davranışlarını sergileme ve zorbalığa maruz kalma durumlarını önemli ölçüde etkileyebilir. Demokratik ebeveynlik yaklaşımları, çocukların sosyal ilişkilerde daha olumlu tutumlar geliştirmelerine yardımcı olabilir. Anne baba tutumları, çocukların sosyal becerilerini ve empati yeteneklerini şekillendirerek, zorbalıkla mücadelede en güçlü savunma kalkanlarını oluşturur.

SİBER ZORBALIK: DİJİTAL DÜNYADA GÜVENLİK VE BİLİNÇ

Teknolojinin hayatımıza girmesi ile birlikte hayatımızın bir çok alanında avantaj sağlarken, internet ve sosyal medya kullanımının yaygınlaşması beraberinde bazı riskleri de getirmektedir. Bu risklerden bir tanesi de siber zorbalıktır.

Siber zorbalık dijital platformlar (sosyal medya, oyun platformları, mesajlaşma, e posta vb.) üzerinden başka kişilere yönelik zarar vermeyi hedefleyen bir zorbalık türüdür. Bu zorbalık türü, tehdit, alay etme, hakaret, iftira atma , başkalarının hesaplarını ele geçirip bilgilerini paylaşma, dedikodu yayma, küçük düşürme, anonim hesaplardan taciz etme vb. şeklinde ortaya çıkabilir.

UNICEF verilerine göre, 30 farklı ülkede yapılan bir araştırmada gençlerin %30'u siber zorbalığa maruz kaldığını belirtmiştir.

Pew Research Center'ın 2022 yılında yaptığı araştırmaya göre ABD'deki gençlerin %59'u siber zorbalık yaşadığını söylemiştir.

EU Kids Online araştırmasına göre, Avrupa'da 9-16 yaş arası çocukların %12'si siber zorbalığa maruz kalmıştır.

Global bir anket olan Ipsos'a göre, ebeveynlerin %60'ı çocuklarının siber zorbalık riski altında olduğunu düşünmektedir.

TÜİK 2020 verilerine göre, Türkiye'de 10-17 yaş arasındaki çocukların %20'si internet üzerinden tacize uğradığını belirtmiştir.

Sabancı Üniversitesi tarafından yapılan bir araştırmada, Türkiye'de lise öğrencilerinin %50'sinden fazlası siber zorbalığa tanık olduğunu belirtmiş, %30'u ise kendilerinin doğrudan siber zorbalık mağduru olduğunu ifade etmiştir.

Sağlık Bilimleri Üniversitesi tarafından yapılan bir araştırmaya göre, Türkiye'deki çocukların %41'i siber zorbalığa maruz kalma oranlarına sahipken, bu oran erkeklerde %45, kızlarda ise %38 olarak belirtilmiştir.

Siber zorbalığa maruz kalan bireyler; özgüven kaybı, yalnızlık hissi, depresyon ve anksiyete gibi ciddi psikolojik sorunlar yaşayabilirler.

*Siber zorbalık,
dijital çağın
önemli bir
sorunu olarak
karşımıza
çıkılmaktadır*

Peki, biz ebeveyn ve öğretmen olarak çocuğumuzun/öğrencimizin siber zorbalığa maruz kaldığını nasıl anlayabiliriz?

Ani Duygu Değişiklikleri: Siber zorbalığa uğrayan çocuklar ya da gençler, normalden farklı olarak ani duygu değişimleri gösterebilirler.

Sosyal Medya ve İnternet Kullanımında Azalma: Zorbalığa uğrayan bireyler, sosyal medya ya da internet kullanımını aniden azaltabilir.

Yalnızlık ve İçine Kapanma: Zorbalığa uğrayan bireyler genellikle yalnız kalmayı tercih eder ve çevrelerinden uzaklaşırlar.

Akademik Başarıda Düşüş: Sürekli zorbalığa maruz kalmak, öğrencilerin derslere konsantre olmasını zorlaştırabilir.

Gençlerin, ebeveynlerin ve öğretmenlerin bilinçlenmesi ve iş birliği içinde hareket etmesi, siber zorbalığın etkilerini azaltabilir ve güvenli bir dijital dünya oluşturulmasına katkı sağlayabilir

Bilinçli Kullanım: İnternet ve sosyal medya kullanımı konusunda gençleri bilinçlendirmek en önemli adımlardan biridir. Kişisel bilgilerin paylaşılmaması, gizlilik ayarlarının kontrol edilmesi ve tanınmayan kişilerden gelen mesajlara dikkat edilmesi gerekir.

Destek Almak: Siber zorbalığa maruz kalan kişilerin yaşadıkları durumu ailelerine, öğretmenlerine ya da güvenilir bir yetişkine anlatmaları büyük önem taşır. Psikolojik destek gerekebileceği unutulmamalıdır.

Ebeveynlerin ve Öğretmenlerin Rolü: Ebeveynler ve öğretmenler, çocukların dijital dünyada karşılaştıkları zorlukları anlamalı ve onlara destek olmalıdır. Çocuklarla açık iletişim kurarak, onların neler yaşadığını anlamalı ve gerekli önlemleri almalıdır.

Kaynakça

1. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/5706>
2. Sarıoğlu, G. (2014). Ebeveynlik Stilleri ve Çocuk Gelişimi. İstanbul: Lisans Yayıncılık.
3. Çelik, S. (2013). Ebeveynlik Stilleri ve Ergenlerin Özsaygısı Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans
4. Şimşek, H. (2013). Zorbalık ve Akran İlişkileri Üzerine Bir Araştırma. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
5. Küçükaya, B. (2019). "Zorbalık ve Ebeveyn Tutumları: Çocuklar Üzerindeki Etkileri". Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 26(3), 145-155.