

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIKYAPIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Oyun oynamak/şakalaşmak ile zorbaca davranmak arasındaki farkı anlatın
- Çocuğunuza zorbalık davranışlarını onaylamadığınızı net bir şekilde belirtin
- Zorbalığın neden kötü bir şey olduğunu basit bir dille aktarın.
- Zorbalığa maruz kalan çocuğun nasıl hissedeceği hakkında konuşun.
- Çocuğunuza hangi davranışlarının zorbaca olduğunu aktarın, anlamasına yardımcı olun.
- Bu davranışlar yerine hangi davranışları yapabileceğini anlatın.
- Kesinlikle fiziksel ceza vermeyin.
- Çocuğunuzun davranışlarını değiştirebileceğine güvendiğinizi belirtin, gösterin
- Herkesin farklı özellikleri olduğunu vurgulayın. Bu farklılıkları kabul edebilmesi için hikayeler okuyun, oyunlar oynayın. Basit senaryolar canlandırın.

Çocuğunuz zorbalık döngüsünde hangi grupta yer alırsa alsın (zorba-kurban-seyirci) sosyal yönden yıkıcı etkiler oluşturabilir. Yetişkinler tarafından göz ardı edilmemeli gerekli müdahaleler yapılmalıdır. Okul ile mutlaka temasa geçin. Psikolojik danışman/rehber öğretmen ve öğretmeniyle işbirliği kurun. Gerekli zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin

Akran zorbalığı; kendini savunmakta güçlük yaşayan birine karşı bir veya daha fazla akranı tarafından yapılan kasıtlı, tekrarlayıcı, rahatsız edici, zarar verici olumsuz davranışlardır.

Akran zorbalığının; fiziksel, sözel, ilişkisel ve siber zorbalık şeklinde dört türü vardır.

## İLKOKUL (VELİ)

### AKRAN ZORBALIĞI

## ŞERİFE AKKANAT İLKOKULU

### OKUL REHBERLİK SERVİSİ

#### ZORBALIK İPUÇLARI

- Çocuğunuzun Zorbaliğa Maruz Kaldığını Nasıl Anlarsınız
- Çocuğunuz Zorbaliğa Maruz Kalıyorsa Neler Yapabilirsiniz
- Çocuğunuzun Zorbalık Yaptığını Nasıl Anlarsınız
- Çocuğunuz Zorbalık Yapıyorsa Neler Yapabilirsiniz

## ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI NASIL ANLARSINIZ

Birçok çocuk zorbalığa uğradığını fark edemeyebilir, fark etse dahi bunu “Ben zorbalığa uğruyorum” şeklinde ifade edemez

- Çocuğunuz okula gitmek istemiyor ise (her zamankinden daha yoğun bir isteksizlik göstermesi),
- Çocuğunuzun eşyalarının sık sık yok olduğunu ya da zarar görmüş halde geri getirdiğini görüyor iseniz,
- Okul arkadaşlarından hiç söz etmiyor ise,
- Çocuğunuzun açıklayamadığı yara ya da yarızları var ise,
- Günlük rutinlerinde değişiklikler fark ettiyseniz (yemek yeme, uyku, oyun vb.),
- Olağan dışı duygu dalgalanmalarının artması (öfke patlamaları, ağlama krizler, altını ıslatma, tırnak yeme vb.)
- Kendi oyunlarında, zorbalıkla ilişkili senaryolar üretme
- Vücudunda morluk, çizik, yara vb. belirtiler

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Çocuğunuzla neler yaşadığı konusunda konuşun. Çocuğunuza onun yanında olduğunuzu ve ona yardım etmek istediğinizi belirtin. Zorbaliğın uğramanın onun bir hatası olmadığını açık bir şekilde ifade edin. Olumlu özelliklerini vurgulayın.

Zorbaliğın nasıl karşı çıkabileceğine dair basit planlar geliştirin. Örneğin, zorbalık durumunda çocuğunuza net ve kendinden emin bir şekilde «hayır, dur» demesini; «zorbaca davranma» demesini önerebilirsiniz. Buna dair evde rol canlandırma çalışmaları yapabilirsiniz.

Çocuğunuzla böyle bir durumda okulda kimden ve ne şekilde yardım isteyebileceğini konuşun. Gerekirse evde provalar yapın

Çocuğunuzun kendini etkili bir şekilde ifade edebilmesine yönelik çalışmalar/etkinlikler/oyunlar planlayın. Yeni arkadaşlıklar kurması ve sağlıklı sosyal ilişkiler sürdürebilmesi için gerekli becerileri kazanmasını sağlayın. Bu konuda kitaplardan faydalanabilirsiniz.

## ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK YAPTIĞINI NASIL ANLARSINIZ?

- Çocuğunuz diğer çocuklara kötü davranıyor ve onlarla alay ediyor ise
- Çocuğunuz genellikle huzursuz ve öfkeli davranışlar sergiliyor ise
- Kuralları dinleme ve uymada zorluk yaşıyor ise
- Öğretmen ve ebeveynlerine sıklıkla karşı geliyorsa
- Akranlarına hükmetmeye, boyun eğdirmeye çalışıyor ise
- Başkalarının duygularına duyarlı olmuyor ise (empati kurmakta zorlanma)
- Çocuğunuz arkadaşlarından bahsederken lakap takıyor ve aşağılayıcı ifadeler kullanıyor ise
- Okuldan çocuğunuzun akranlarını veya kendinden küçük yaşta çocukları rahatsız ettiği hakkında uyarı geldi ise;  
Çocuğunuzun arkadaşlarına zorbalık yapma ihtimali olabilir