

AKRAN ZORBALIĞINA ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

- Öncelikle okulda zorbalık sorununun büyüklüğü saptanmalı, zorba ve mağdur öğrencilerin zorbalığa ilişkin tutum ve inanışlarının ne olduğu belirlenmelidir. Zorba davranışı gösteren öğrenciler veya okul çevresindeki kişiler tespit edilmelidir.
- Öğrencilere, öğretmenlere ve velilere okulda yaşanan zorbalık olaylarının yaygınlığı, zorbalığın sebepleri ve sonuçları hakkında doğru ve kapsamlı bilgiler verilmelidir. Bu sorunla etkin bir biçimde baş edebilmek için uygun politikalar geliştirilmelidir. Zorbalıkla baş edebilmek için gerekli önlemleri de içeren okul kurallarının geliştirilmesi ve bu sürece öğrencilerinde katılması sağlanmalıdır.
- Programlarda davranış kontrolü, kendi kendini denetleme stratejileri, kişiler arası sorun çözme becerileri, çatışma çözme becerileri, atılganlık eğitimi ve sosyal beceri eğitimi gibi konulara yer verilebilir.
- Koruyucu ve müdahale edici stratejileri bünyesinde birlikte barındıran bir programa tüm okul personelinin eğitimden geçirilerek katılmaları gerekir. Bu programlara sadece öğretmen ve yöneticiler değil, aynı zamanda hizmetliler, kantin görevlileri ve servis araçlarının sürücüler gibi diğer personelin de katılımı sağlanmalıdır.
- Akran zorbalığı konusunda aileler bilinçlendirilmeli, müdahale sürecine anne ve babaların katılımı sağlanmalıdır. Okulda öğretmenlerin çocukla yaşadıkları sorunun benzerini anne ve babaların da evde yaşadıkları ve genellikle evdeki mağdur okulda zorba olduğu unutulmamalıdır.
- Dolayısıyla anne ve babaların anne-baba eğitimine katılmaları, anne-baba olma ve çocuk yetiştirme becerilerini öğrenmeleri son derece önemlidir. Bu sebeple müdahale programları ev ile okul arasında koordineli bir biçimde yürütülmelidir.
- Zorbalar ve mağdur için gerektiğinde bireysel ya da grupla psikolojik danışma hizmeti sunulmalıdır. Aynı zamanda öğrenci velisi ile de görüşülmeli ve gerekirse ev ziyaretleri yapılmalıdır.
- Aileye yaklaşımımız asla öğrenciyi şikâyet eder şekilde olmamalıdır. Bu hem aileyi hem öğrenciyi okuldan soğutacaktır.
- Şiddet içeren davranışların öğrenilmesinde model alma oldukça etkilidir. İçinde bulunduğu ortamda sorunların şiddetle çözümlendiğine şahit olan ya da maruz kalan kişi, kendi sıkıntılarını da bu şekilde gidermeye çalışacaktır. Evde çocuğunu döven anne ve babanın ‘benim dediğimi yap, yaptığımı yapma!’ sözünün hiçbir geçerliliği de yoktur. Gerek ebeveyn gerekse de öğretmen olarak kendi tavır ve davranışlarımızla onlara örnek olmalıyız. Problemiyle başa çıkma becerisi kazanması bireyin kızgınlığını öfkesini, hayal kırıklığını dövuşmeden, kendini kaybetmeden ortaya koymasını sağlayacaktır.
- Bireyin hayatında tek başına çözümleyemeyeceği konularda kendisine destek olacak bir rehberin olması önemlidir. Dolayısıyla bireye sosyal destek kaynağı bulmasına yardım etmeliyiz. Bireyin hayatındaki bu yol gösterici kişi aileden herhangi birisi olabileceği gibi bir öğretmende olabilir.
- Bireyle şiddete başvurduğu durumlar üzerine konuşmalıyız. Böylece şiddetin nedenlerini de bulmuş oluruz. Hayali örnekler yaratarak bireyin şiddete başvurduğu durumlarda alternatif çözüm yolları bulması konusunda onu teşvik edebiliriz.

- Bireysel farklılıkları kabul etmesini sağlamaya çalışabiliriz. Herkesin aynı özelliklere sahip olmadığını anlatmalıyız. Sevdiği ve yakından tanıdığı insanlar arasındaki farkları bulmasını isteyebiliriz.
- Şiddet davranışları gösteren bireyin okul ortamında etiketlenmesi, ergene “kötü, işe yaramaz adam olmaz biçiminde önyargıyla yaklaşılması son derece yanlıştır. Bu durum sadece çevresinin değil gencin de kendisinden vazgeçmesine ve durumun gittikçe kötüleşmesine sebep olur. Bu yüzden bireyi etiketlemekten kaçınmalıyız.
- Şiddet içeren davranışları normalleştirmemeliyiz. Çocuktur, gençtir olur dememeliyiz ki kişi dayanın ve şiddetin kabul edilebilir bir davranış olduğunu düşünmesin.
- Bireyin olumsuz değil, olumlu özellikleri ve davranışları üzerinde durulmalı. Olumlu davranışları “zaten olması gereken davranış tarzı” olarak düşünüp es geçmeyin, mutlaka fark edin fark ettiğinizi ve önemsedığınızı gence belirtin. Bu bireyleri büyük olasılıkla kendileri ile ilgili güzel şeyler duymaya alışkın değillerdir. İyi yanlarının takdir görmesi onlar için alışılmadık ama güzel bir durum olacaktır. Olumlu özelliklerinin önemsenmesi bireyin bu davranışları daha sık sergilemesini sağlar.
- Bireye takınacağınız tutum ve koyacağınız kurallar açık, net ve tutarlı olmalıdır. Belirsizlikler ve karmaşık beklentiler güvensizliklerini daha da attırarak sorunları büyütebilir.
- Bireye nasihat vermek işe yaramaz, önemli olan onunla iletişim kurabilmek ve onu anladığınızı hissettirebilmektir. Onu dinlemeye ve ona yardımcı olmaya hazır olduğunuzu belirtmeliyiz. Sizinle konuşmak için geldiğinde o sırada müsait değilseniz mutlaka yeri ve saati belli bir randevu verin ki; sizin ona gerçekten zaman ayırmak istediğinizi bilsin. Onunla konuşurken sadece ona odaklanın ve göz kontağı kurmaya çalışın.
- Bireyle kuracağınız güvene dayalı ilişki pek çok sorunun çözümü için size yardımcı olacaktır. Onunla ilgili bir durum söz konusu olduğunda olumsuz da olsa yapacaklarınız konusunda mutlaka onu bilgilendirin. Ne kadar iyi niyetli olursanız olun, kendi arkasından iş çevrildiğini düşünecek olursa aranızdaki ilişki kopabilir. Aslında bireye kendimizi sevdirmek de önemlidir. Böylelikle bize daha çok güvenir ve iletişimi daha iyi olur.
- Genci anlamakla onun davranışlarını onaylamak aynı şey değildir. Bu yüzden onu anladığınızı ama davranışlarının kabul edilebilir olmadığını vurgulamalıyız.
- Aile ve okul ortamında sorumluluk almasını sağlayıp, yaşına ve becerilerine uygun görevler verebiliriz. Bunları başardığında onu oyun başarılarının altını çizin ve yeni girişimler için onu cesaretlendirin. Ayrıca birey sosyal etkinliklere yönlendirilebilir. İçindeki biriken enerjiyi olumlu bir şekilde dışa vurabileceği bir spor dalına ya da ilgili olduğu bir başka alana yönlendirmek faydalı olabilir.
- Bireyin kendisini değil davranışını eleştirin. ‘Sen işe yaramazsın sürekli kavga ediyorsun’ demek yerine yaptığın davranış yanlış demeye çalışmak önemlidir.
- Doğru davranış biçimlerini öğrenebilmeleri için ailelere rehberlik etmeliyiz. Gencin psikolojik-psikiyatrik rahatsızlık yaşama olasılığını aklında bulundurmalı. Gerekli durumlarda bu konuda destek alması için öğrenciyi yönlendirmeliyiz.