

Zorbalık ciddi bir durumdur

- Gençlerin %27'si iki haftada bir ya da daha sık zorbalığa maruz kaldıklarını belirtmişlerdir.
- İnternette zorbalık Avustralya'da 10 gençten 1'inin başına her bir kaç haftada bir ya da daha sık gelmektedir.
- İnternette zorbalık yapan gençlerin bir çoğu yüz yüze de yapmaktadır.
- Zorbalık mağduru olan gençlerin bazıları daha sonra kendileri de başkalarına karşı zorbalık yapar.
- Zorbalık bir kişinin bedensel, sosyal ve ruh sağlığını ciddi ölçüde zedeleyebilmektedir.
- Zorbalık, zorbalığı yapan kişiye de zarar verir. Zorbalık yapan gençler zaman içinde devam eden antisosyal davranışlara ve suça eğilimli olma, madde bağımlılığı sorunları yaşama, eğitimde az başarı gösterme ve gelecekte de çocuklara ve eşine karşı tacizde bulunma olasılığını taşır.



Kimler yardımcı olabilir?

Kids' Helpline

1800 551 800
www.kidshelp.com.au

Cybersafety help

www.cybersmart.gov.au/report.aspx

Australian Federal Police

www.afp.gov.au

Reach Out

www.reachout.com.au

Beyondblue

www.beyondblue.org.au

Bullying. No way!

www.bullyingnoway.com.au

The Australian Psychological Society

www.psychology.org.au

Bu broşürün elektronik kopyasını indirmek için, Ulusal Zorbalığa Karşı Mücadele Merkezi (National Centre Against Bullying – NCAB) sitesine bakınız: www.ncab.org.au

Bizimle irtibata geçiniz

Alannah and Madeline Foundation çocukları şiddete karşı güvende tutan ulusal bir hayır kurumudur.

Bu kurum, annelerinin ve 32 diğer kişinin 28 Nisan 1996 tarihinde Port Arthur, Tasmania'da hünharca öldürülen altı ve üç yaşlarındaki Alannah ve Madeline Mikac anısına kurulmuştur.

The Alannah and Madeline Foundation

PO Box 5192

South Melbourne Vic 3205

t (03) 9697 0666

f 03 9690 5644

e info@amf.org.au

w amf.org.au

proud partner



The Alannah
and Madeline
Foundation



Keeping children safe from violence

© Telif hakkı saklıdır 2011.

Hukuki açıklama: Bu broşürün içeriğindeki bilgiler baskı sırasında doğru ve güncel olup, zaman içinde değişebilir.

Turkish

The Alannah
and Madeline
Foundation



Keeping children safe from violence

Zorbalık Can Yakar



Zorbalık nedir?

Zorbalık güçlü bir kişinin ya da bir grup kişilerin bir başka kişiye ya da bir grup kişilere karşılık veremeyecek kadar çaresiz bırakacak şekilde kasıtlı acı ya da zarar vermesidir. Zorbalık zaman içinde devam edebilir, çoğu zaman yetişkinlerden gizlenir ve herhangi bir tedbir alınmadığı takdirde muhtemelen devam eder.

Zorbalık şunlar değildir:

- bir defaya mahsus sosyal dışlama ya da hoşlanmama
- bir defaya mahsus nahoş ya da nispet içeren davranış
- rastgele sergilenen agresif davranış ya da gözdağı verme
- karşılıklı tartışma, anlaşmazlık ya da kavga.

Zorbalığın çeşitleri

Eğitim ve Erken Yaş Çocuk Gelişimi Bakanlığının Saygılı ve Güvenli Okullar Geliştirme (2010) (Department of Education and Early Childhood Development's Building Respectful and Safe Schools) programı zorbalığın dört ayrı çeşiti olduğunu tespit etmiştir.

- 1. Fiziksel zorbalık** vurmak, tekme atmak, çelme takmak, çimdikleme ve itmek ya da eşyaya zarar vermeyi içerir.
- 2. Sözlü zorbalık** lakap takmak, hakaret, alay etmek, gözdağı vermek, homofobik ya da ırkçı söylemlerde bulunmak, ya da sözlü tacizde bulunmayı içerir.
- 3. Gizli zorbalık** çoğu zaman daha zor farkedilir ve zorbalığın mağduru olan kişinin arkasından yapılabilir. Bir kişinin sosyal itibarına zarar vermeye ve/ya utandırmaya yönelik tasarlanmıştır. Gizli zorbalık şunları içerir:
 - yalan söylemek ya da kişi hakkında dedi kodu yaymak
 - olumsuz yüz mimikleri ya da bedensel hareketler, tehditkar davranış ya da hor görücü bakışlar
 - kişiyi utandırmak ya da rezil etmek amacıyla oynanan nahoş şakalar
 - rencide edici mimikler yapmak
 - başkalarının da kişiyi sosyal açıdan dışlamasını teşvik etmek
 - bir kişinin sosyal itibarına ya da kabulüne zarar vermek.
- 4. İnternette zorbalık** dijital teknolojiyi kullanarak açık ya da gizli şekilde yapılan zorbalık davranışlarıdır. Buna örnek olabilecek şeyler cep telefonu aracılığıyla taciz, kişi hakkına aşığılayıcı bir internet sitesi kurmak ya da bir kişiyi kasıtlı olarak sosyal iletişim ortamlarından dışlamak olabilir. İnternet zorbalığı herhangi bir zamanda yapılabilir. Kamuya açık ya da kapalı yerlerde olabilir, ve bazen sadece hedef alınan kişi ve zorbalığı yapan kişi tarafından bilinir.



Çocuğunuzun zorbalık mağduru olabileceğinin sinyalleri

Genç bir kişinin zorbalık mağduru olduğunu anlamak her zaman kolay değildir çünkü bazen o kişi başlarına geleni anlatmak istemezler.

Çocuğunuzun davranışlarında önemli bir değişiklik farkederseniz bu şüphelenmeniz bir sebep olabilir. Diğer sinyaller arasında ruh hali ve yemek yemek ve uyama alışkanlıklarında değişiklik; aileden, sosyal gruplardan ve arkadaşlarından kendini soyutlamak; okul performansında düşüş ya da okula gitmek istememe; eşyalarının kaybolması, yırtılması ya da kırılmış olması; vücudunda çizikler ya da morluklar, ya da yukarıdakilerden herhangi biri için mantıksız açıklamalar yapması.

Çocuğunuzun bir başkasına zorbalık yapması durumunda yapabileceğiniz

- Sakin kalın. Unutmayınız ki, çocuktan ziyade davranışları yanlıştır.
- Çocuğunuzun zorbalık içeren davranışların, uygun olmadığını ve neden uygun olmadığını mutlaka anlatınız.
- Çocuğunuzun neden bu şekilde davrandığını anlamaya çalışınız ve sorunları çözmek için çareler geliştiriniz.
- Çocuğunuzun, diğer kişinin açısından olaya bakmasını sağlayınız, örneğin, biri sanayapsa ne hissedersin diye sorunuz.
- Çocuğunuzun alternatif çıkış yolları geliştirmesine yardımcı olunuz.
- Davranışlarına uygun kısıtlamalar/sınırlar koyunuz.

Çocuğunuzun zorbalık mağduru olduğu takdirde yapabileceğiniz

- 1. Dinleyiniz** – Çocuğunuzun sözünü kesmeden söyleyeceklerinin hepsini dinlemeye çalışınız. Empati kurunuz, sakin olunuz ve anlatılanları anladığınızı belli ediniz. Çocuğunuzun önerilerde bulunmadan önce onun nasıl bir çözüm istediğini sorunuz.
- 2. Konuşunuz** – Olanlar konusunda konuşunuz. Konuşmayı çok yoğunlaştırmayınız çünkü çocuğunuzun sizinle konuşmasını engelleyebilirsiniz. Çocuğunuzun üzülmemesinin normal olduğunu, zorbalığın hiç bir zaman KABUL EDİLECEK bir şey olmadığını, ve onun suçu OLMADIĞINI hatırlatınız.
- 3. Neler olduğunu öğreniniz** – Zorbalığın ne şekilde, ne zaman ve nerede olduğunu, kimlerin olaya karıştığını, ne kadar sık yer aldığını ve bir başkasının olaya şahit olup olmadığını öğreniniz. Kişiyi kendinizin yüzleşmesini teklif etmeyiniz.
- 4. Okulu arayınız** – Okulunuzun zorbalıkla ilgili politikalarını gözden geçirin. Okulun yer alan zorbalıkla ilgili bilgisi olup olmadığını ve sorunu çözmek için herhangi bir şeyin yapıp yapılmadığını soruşturunuz. Çocuğunuzun öğretmeniyle ya da koordinatörüyle görüşmek için randevu ayarlayınız. Daha sonra da alınan kararları yerine getirmek adına adımlar atıldığınıdan emin olmanız için ikinci bir randevu düzenleyiniz.
- 5. Makul tavsiyelerde bulununuz** – Çocuğunuzun tartışarak karşılık vermemesini teşvik ediniz, bunun yerine tarafsız bir dil kullanmasını ya da uygunsuz şakayla karşılık vermesini öğretiniz. Alternatif yanıtlar geliştirmesine yardımcı olunuz.

- Sergilenen davranışın kasıtlı olduğunu ve kendiliğinden düzelmeyeceğini söyleyiniz.
- Daha fazla zorbalığa maruz bırakacak kişilerden, yerlerden ve durumlardan uzak durmasının daha güvenli olduğunu anlatınız.
- Çocuğunuz okula gitmeyip evde kalmak isterse, bunun duruma faydalı olmayacağını – ve daha da kötüleşebileceğini anlatınız.
- Mümkünse, başka genç gruplarına katılmaları için fırsatlar yaratmakta yardımcı olunuz – örneğin, okulda mevcut klupler ya da okul saatleri dışında başka gruplar.

