

Modül 8. Akran Destek Sistemleri

Bu modül, okullarda zorbalıkla mücadele etmek için etkili akran destek sistemlerinin nasıl kurulacağını araştırıyor.

Akran rehberliği, arkadaş sistemleri, akran arabuluculuğu ve zorbalık karşıtı elçilik girişimleri gibi yapılandırılmış programlar aracılığıyla öğrenciler daha güvenli ve daha kapsayıcı öğrenme ortamları yaratma konusunda güçlendirilebilirler.



**Co-funded by
the European Union**

Akran Mentorluğunu Anlamak

Akran rehberliği, daha büyük veya daha deneyimli öğrencilerin mentor rolünü üstlendiği, destekleyici ilişkiler kurduğu ve rehberliğe ve tavsiyeye ihtiyaç duyan daha genç veya daha az deneyimli akranları için olumlu rol modelleri haline geldiği yapılandırılmış girişimleri içerir. Bu destek sistemi, mentorların danışanları sorumlu karar alma ve başkalarına saygı duyma konusunda yönlendirmesiyle, zorbalığı azaltmada özellikle etkilidir ve empati, kapsayıcılık ve karşılıklı desteğe dayalı bir okul kültürünü güçlendirir (Houlston ve ark., 2009).

Giderek artan sayıda araştırma, akran rehberliğinin akademik sonuçların ötesine geçerek olumlu psikolojik gelişime de uzandığını göstermektedir. Cowie (2014), akran desteğinin zorbalık müdahalesinde değerli olduğunu; okullarda akran desteğinin benimsenmesinin, çocukların ve gençlerin zorbalığa maruz kaldıklarında proaktif bir şekilde mücadele etmelerine olanak sağladığını bulmuştur.

Umut Ver

Akran danışmanları, öğrencilere umut aşılamaı, zorlukların üstesinden gelebileceklerini ve başarılı olabileceklerini anlamalarına yardımcı olmaı amaçlar. okul ortamında.

Rehberlik Sağlayın

Mentorlar, zorbalıktan kurtulma sürecindeki zorluklarla başa çıkarken diğerlerinin yanında yer alır, süreç boyunca rehberlik ve anlayış sunarlar.

Yanlış Anlamaları Giderin

Akran danışmanları, hedef alınmanın veya zorbalığa karışmanın etkisiyle ilgili mitleri ve yanlış anlamaları ortadan kaldırmak ve kabul ve dayanıklılık kültürünü teşvik etmek için çalışırlar.

Öz-güçlendirmeyi teşvik edin

Akran rehberliği, zorbalık olaylarından sonra başa çıkmayı ve iyileşmeyi destekleyen stratejiler ve kaynaklar paylaşılarak öz güçlendirmeyi teşvik eder.

Hedef Belirlemeyi Destekleyin

Mentorlar, başkalarının kişisel hedeflerini, umutlarını ve isteklerini belirlemelerine destek olur ve olumlu ve destekleyici bir okul ortamında bu hedeflere ulaşmaya yönelik bir yol oluşturmalarına yardımcı olur.

Bu mentorluk ilişkisi, tüm öğrenciler için daha güvenli ve daha kapsayıcı bir atmosfer yaratmak için gerekli olan güven ve bağ temelinin oluşturulmasına yardımcı olur (Terrion vd., 2007). Akran desteğinin etkinliğini değerlendiren bir çalışmada, danışanlar bunun aidiyet duygularını ve kişisel gelişimlerini önemli ölçüde etkilediğini bildirmiş ve danışanlardan biri şunları söylemiştir: "Tüm bunları yaşamış ve ne kadar gergin olduğunu söylemeye istekli biriyle konuşabilmek [...] çok yardımcı oldu çünkü kendimi farklı ve endişeli hissetmiyordum" (Stapley vd., 2022).

Arkadaş Sistemi: Basit ama Etkili Yaklaşım

Akran danışmanlığına benzer şekilde, arkadaş sistemi de iki öğrencinin birbirini desteklemek için partner olduğu basit bir ilişki sistemidir. Duygusal desteğe ve yeni bir ortama uyum sağlama konusunda yardıma ihtiyaç duyan yeni gelen öğrencilere yardımcı olmaya odaklanır. Arkadaş sistemi, öğrencilerin kendilerini yalnız hissetmemelerini ve başvurabilecekleri güvenilir bir meslektaşına sahip olmalarını sağlamayı temel amaç edinerek, samimi ve resmi olmayan bir destek sağlar. Genellikle kısa veya orta vadelidir ve akran danışmanlığından daha rahat ve daha az yapılandırılmıştır (O'Donnell ve ark., 1979).

Bir Arkadaş Ne Yapar?

- Yeni öğrencilerin okul ortamına uyum sağlamasına yardımcı olur, onları zorbalığın hedefi haline getirebilecek güvensizlik ve savunmasızlık duygularını azaltır
- Zorbalığa maruz kalabilecek öğrencilere rahatlık ve dostluk sunar, değerli hissetmelerine ve daha az zorbalığa maruz kalmalarına yardımcı olur. izole edilmiş
- Zorbalık belirtilerini tanır ve bunu öğretmenlere veya personel üyelerine nasıl bildireceğini bilir
- Potansiyel zorbaların yalnız görünen birini hedef almasını engellemek için partneriyle birlikte derslere gidip gelir veya teneffüslerde ya da öğle tatillerinde partneriyle vakit geçirir (McCaleb ve diğerleri, 2023)



Arkadaş Sistemlerinin Faydaları

- Artan öz saygı ve kendinden emin
- Daha fazla aidiyet duygusu
- Gelişmiş sosyal destek ve işlevsellik
- İlişkisel iyileştirmeler
- Daha kolay okul hayatı geçişi

Arkadaşlık sistemi, özellikle okula yeni başlayan veya başka türlü izole olabilecek savunmasız öğrenciler için anında bir bağ kurar. Öğrencileri eşleştirerek sistem, arkadaşlığı ve entegrasyonu teşvik ederken zorbalığa karşı doğal bir koruma sağlar. Stapley'nin 2022 çalışmasındaki bir öğrencinin belirttiği gibi: "Akıl hocamın bana verdiği küçük ipuçları ve bilgiler. Çünkü en küçük şeyler, sahip olduğum en büyük sorunlarla başa çıkmama yardımcı oluyor."

Etkili Akran Mentorluğu ve Arkadaş Sistemleri Kurmak

Başarılı akran destek programları oluşturmak, dikkatli planlama, net yönergeler ve sürekli denetim gerektirir. Aşağıdaki adımlar, okullarda etkili akran danışmanlığı ve arkadaşlık sistemleri kurmak için bir çerçeve sunmaktadır:

Net Hedefler Belirleyin

Hedefin zorbalık olaylarını azaltmak, destekleyici bir okul ortamı yaratmak ve öğrencileri çatışmaları ele alma konusunda güçlendirmek olduğunu belirleyin. Yapıcı bir şekilde. Programın artan empati, çatışma çözme becerileri ve olumlu okul kültürü.

Mentorları Belirleyin

Mentor/arkadaş seçin Empatik, sorumluluk sahibi ve akranları tarafından saygı duyulan kişiler. Farklı alanlardan gelen mentorların bir karışımını sağlayın. Daha geniş bir yelpazedeki danışanlarla ilişki kurabilmek için geçmişleri.

Eşleşen Mentorlar ve Öğrenciler

Çift mentorlar/arkadaşlar ve paylaşılanlara dayalı olarak akıl hocalığı yapanlar ilgi alanları, yaş grupları veya güven oluşturmaya ihtiyaç duyar. öğrencilerin mahremiyeti bilgi ve endişeler eşleştirme boyunca işlem.

Eğitim Sağlayın ve Kaynaklar

Eğitmenler/arkadaşlar yetiştirmek Farklı zorbalık biçimlerini (fiziksel, sözlü ve siber zorbalık) tanıyın. Aktif dinlemeyi, empatiyi ve yapıcı geri bildirimi öğretin.

araçlara sahip akıl hocaları arabuluculuk ve gerginliğin azaltılması.

Netleştirin Kılavuzlar

Bir el kitabı oluşturun neyi özetlediğini akıl hocaları/arkadaşlar Yargılamadan dinlemek ve danışanları faydalı kaynaklara yönlendirmek de dahil olmak üzere yapılması beklenenler. Mentorların/arkadaşların karmaşık durumlara aşırı derecede dahil olmak.

Düzenli Kolaylaştırma Check-in'ler

Mentorlar/arkadaşlar için düzenli bire bir veya grup seansları planlayın ve akıl hocaları için forumlar oluşturun Deneyimleri paylaşmak ve tavsiye almak için akıl hocaları edinin. danışman veya öğretmen denetler ek teklifler sunmak için oturumlar Destek.

Değerlendirin ve İyileştirin

Mentorlardan/arkadaşlardan ve danışanlardan geri bildirim toplamak için anketler ve resmi olmayan görüşmeler kullanın. Bildirilen zorbalık olaylarındaki ve öğrenci refahındaki değişiklikleri ölçün. Programı geri bildirim ve sonuçlara göre iyileştirin (Cornelius ve ark., 2016).

Mentorlar ve arkadaşlar için, misilleme korkusu olmadan başkalarını koruyabilmelerini sağlayacak bir koruma sistemi kurmak çok

Akran Arabuluculuğu: Çözüm Çatışmalar Yapıcı Bir Şekilde

Çatışmalar, öğle yemeği oturma düzeni veya teneffüs oyunları ile ilgili anlaşmazlıklardan iş ve oyunla ilgili kararlara kadar okul hayatının düzenli bir parçasıdır. Yine de öğrenciler çatışmaları yapıcı bir şekilde çözme konusunda genellikle çok az rehberlik alırlar. Onlara alternatifler sunmadan kavga etmemelerini söylemek, anlaşmazlıkları nadiren önler (Johnson ve ark., 1992).

Akran arabuluculuğu, tarafsız ve yansız bir üçüncü tarafın, arabulucunun, çatışma yaşayan iki veya daha fazla bireyin anlaşmazlıklarına yapıcı ve barışçıl bir çözüm bulmak için birlikte çalışmalarına yardımcı olduğu yapılandırılmış bir süreçtir (Bickmore, 2002).

Eğitilmiş akranlar tarafından destek sağlanır. Eğitim sırasında, öğrenci arabuluculara başkalarının bakış açılarını anlama, etkili iletişim kurma ve problem çözme tekniklerini uygulama öğretilir (Messing, 1993). Akran arabuluculuğu, öğrencilerin hayatlarını etkileyen sorunlar ve çatışmalar hakkında karar vermelerine olanak tanıyarak öz-denetim, öz saygı ve bağımsız karar verme becerilerini geliştirerek öz-güçlenmelerini artırır (Johnson ve Johnson, 1997).

Çatışmaları Anlamak



Öğrenciler, neyin çatışma oluşturduğunu ve neyin oluşturmadığını ayırt etmeyi öğrenirler. Çatışmaların yapıcı bir şekilde yönetildiğinde nasıl olumlu sonuçlara yol açabileceğini keşfederler.

Müzakere Becerilerini Öğrenmek



Öğrenciler ne istediklerini ifade etmeyi, nasıl hissettiklerini tanımlamayı, nedenlerini açıklamayı, diğerinin bakış açısını benimsemeyi, çözümler önermeyi ve eylemler konusunda anlaşmayı öğrenirler.

Arabuluculuk Becerilerinin Geliştirilmesi



Öğrenciler, düşmanlıkları sona erdirmeyi, arabuluculuğa bağlılığı sağlamayı, müzakereleri yönlendirmeyi ve anlaşmazlık tarafları arasında anlaşmaları resmileştirmeyi öğrenirler.

Programın Uygulanması



Öğrenciler, kimliklerini belirten işaretler takarak ve okul genelindeki anlaşmazlıkları çözmek için hazır bulunarak resmi arabulucular olarak dönüşümlü olarak görev yaparlar.

Zorbalık Karşıtı Elçiler: Öğrenci Değişim Şampiyonları

Zorbalığa karşı mücadele elçisi, zorbalığa karşı dikkatli olan, zorbalığa uğrayanlara destek sunan ve endişelerini dile getirmek isteyen herkese yetişkinlerin dışında güvenli bir alan sağlayarak onları dinleyen bir öğrencidir.



Empati

Başkalarının duygularını anlama ve paylaşma yeteneği, zorbalık belirtilerini fark etmelerini ve etkilenenlere destek olmalarını sağlar.



İletişim

Etkin bir şekilde dinleyebilme, duygusal destek sunabilme ve yargılamadan açık bir şekilde iletişim kurabilme.



Sabır

Zorbalık mağdurlarına destek sağlamada sabır göstermek ve onlara duygularını ve endişelerini ifade etmeleri için zaman tanımak.



Sorumluluk

Rollerinin farkında olmak ve herkes için güvenli ve olumlu bir okul ortamı yaratmaya kararlı olmak öğrenciler.



Liderlik

Başkalarına ilham vermek, onları motive etmek ve zorbalığı önleme çalışmalarına katkıda bulunmaları için cesaretlendirmek.



Cesaret

Zorbalık gözlemlendiğinde müdahale etme ve olumsuz davranışlara karşı konuşma cesaretine sahip olmak.

Öğrencilere zorbalık karşıtı elçiler olmayı öğretmek bir dizi adımı içerir:

1. Kavramı tanıttın: Zorbalığın ne olduğu ve neden zararlı olduğu hakkında bir sınıf tartışmasıyla başlayın. Farklı zorbalık türlerini (sözlü, fiziksel, ilişkisel) göstermek için video klipler, hikâyeler veya rol yapma senaryoları kullanın.
2. Empati geliştirin: Öğrencileri, zorbalığın kurbanı olma rolünü canlandırdıkları "onların ayakkabılarını giy" gibi etkinliklere dahil edin. Zorbalıkla karşılaşan karakterler hakkında kitaplar veya hikâyeler okuyun, ardından duygular ve etkileri hakkında tartışmalar yapın.
3. İletişim becerilerinizi geliştirin: Zorbalığın yaşandığı senaryolar oluşturun ve nasıl tepki vereceğinizi pratik edin. Bir öğrencinin zorbalığa uğradığı ve başka bir öğrencinin destek olmak için devreye girdiği durumları canlandırın.
4. Özgüven ve cesareti geliştirin: Öğrencilerin kontrollü bir ortamda müdahale etme pratiği yapmaları gereken senaryolar oluşturun. Kısa sunumlar yapmak gibi etkinlikler, zorbalığa karşı duruş sergileme konusunda özgüvenlerini artırabilir.

Yoldan Geçenleri Güçlendirmek: İnşa Etmek

Güvenli Müdahalede Bulunma Güveni

Okul zorbalığına karşı mücadelede en etkili ancak yeterince kullanılmayan kaynaklardan biri de seyircilerdir.

Zorbalığa tanıklık edenler veya olaya tanıklık edenler, zorbalık olaylarının sonucunu belirlemede önemli bir role sahiptir (Doane vd., 2019). Araştırmalara göre, olaya tanıklık edenler tepki verdiğinde, zorbalığın meydana gelme sıklığı ve etkisi büyük ölçüde azalmaktadır (Mazzone, 2020).

Ancak birçok izleyici, tacizcinin misilleme yapmasından, sosyal dışlanmadan veya kendilerinin de ek zorbalığa maruz kalmasından korkarak müdahale etmekten çekinmektedir (Ahmed, 2008). Müdahale etme konusundaki bu tereddüt, zorbalık karşıtı önlemlerin etkinliğini önemli ölçüde sınırlamaktadır.

Seyirci Sayısını Artıran Temel Faktörler Araya girmek

- **Okul bağlılığı:** Kendini okul dışında hisseden öğrenciler Okullarına ve akranlarına güçlü bir şekilde bağlı olan çocuklar, zorbalık durumlarına müdahale etmeye daha yatkındırlar; çünkü zorbalığı, toplumlarının ortak ideallerine yönelik bir tehdit olarak görürler.
- **Utanç yönetimi:** Kişisel sorumluluklarının farkında olan ve müdahale etmedikleri için suçluluk duyan öğrenciler, zorbalık gördüklerinde harekete geçmeye daha yatkındır (Ahmed, 2008).
- **Ahlaki cesaret:** Empati ve adalet gibi yüksek ahlaki inançlara sahip olan çevredeki kişiler, zorbalık durumlarına müdahale etmeye daha yatkındır (Dal Cason vd., 2020).



Başkalarını suçlamak veya sorunu görmezden gelmek gibi utanç duygusunu yer değiştirmeye çalışan seyircilerin harekete geçme olasılığı daha düşüktür (Ahmed, 2008). Benzer şekilde, müdahale etme konusunda ahlaki bir zorunluluk hissetmeyen veya kendi sosyal statülerine doğrudan bir tehdit görmeyenlerin harekete geçme eğilimleri daha düşüktür.

Kişisel Yapı Psikolojisi Etkinliği: Ayrıntılı Uygulama

Bu kapsamlı etkinlik, öğrencilerin zorbalık durumlarında seyirci olarak kişisel yapılarının davranışlarını nasıl etkilediğini anlamalarına yardımcı olur.

Öğrenciler bu yapıları inceleyerek ve sorgulayarak daha etkili müdahale stratejileri geliştirebilirler.



Kişisel Yapı Psikolojisine Giriş Örneği

"Bugün, George Kelly adlı bir psikolog tarafından geliştirilen Kişisel Yapı Psikolojisi adı verilen gerçekten ilginç bir konu hakkında konuşacağız. Teorisi, bireyler olarak dünyayı ve karşılaştığımız durumları nasıl anlamlandırdığımızı anlamamıza yardımcı oluyor. Özünde hepimizin, Kelly'nin kişisel yapılar olarak adlandırdığı, kendimizi, başkalarını ve çevremizde meydana gelen olayları nasıl gördüğümüzü şekillendiren zihinsel çerçevelerimiz var. Bu yapılar, hayatı yorumladığımız ve tepki verdiğimiz görünmez mercekler gibidir.

Bunu zorbalık bağlamında düşünelim. Birinin zorbalığa uğradığına tanık olduğunuzu düşünün. Bu durumu nasıl yorumladığınız –müdahale etmenin sizin sorumluluğunuzda olduğunu düşünmeniz, zorbanın "kötü" veya sadece "ilgi çekmeye çalışan" biri olduğuna inanmanız veya mağdurun yardımınıza ihtiyacı olduğunu düşünmeniz– geliştirdiğiniz kişisel yapılara bağlıdır. Bu yapılar geçmiş deneyimleriniz, çevreniz ve hatta duygularınız tarafından şekillendirilir.

İşte işin güzel yanı: Kişisel yapılar sabit değildir. Yeni deneyimler kazandıkça veya mevcut inançlarımızı sorguladıkça değişebilir, büyüyebilir ve evrimleşebilirler. Örneğin, "Müdahale edersem insanlar beni zayıf bulur" diye düşünüyorsanız, bu kişisel bir yapıdır. Peki ya bu yapıyı "Müdahale edersem, ihtiyacı olan birine yardım etmiş ve güç göstermiş olurum" şeklinde değiştirirseniz? Bu değişim, zorbalık durumlarında nasıl tepki verdiğinizizi tamamen değiştirebilir.



Paylaşılan Duyguyu Teşvik Etmek Sorumluluk ve Topluluk

Yapılandırıcılığa göre, paylaşılan sorumluluk ve topluluk oluşturma, öğrenciler öğretmenlerinin dayatmasıyla değil, sosyal çevrelerinde gezinmeyi ve onları etkilemeyi öğrendikçe kendiliğinden gerçekleşir. Öğretmenler, öğrencilerin güçlü bir sınıf ortamı yaratmalarına yardımcı olarak kolaylaştırıcı rol oynayabilirler. Zorbalığı bireysel bir sorundan ziyade bir grup sorunu olarak tasvir ederek, çocuklar kendilerini destekleyici ve saygılı bir öğrenme ortamı oluşturmada aktif aktörler olarak görmeye başlarlar (Forsbergg, 2024).

Kolektif Kurmak

Normlar

Normlar ve beklentiler öğrencilerle birlikte oluşturulur

Öğretmen tarafından tek başına uygulanandan daha fazlası. Sınıf tartışması öğrencilerin paylaşmaya davet edildiği yılın başlangıcı

saygı, kapsayıcılık ve nezaket hakkındaki görüşleri, temeli olarak hizmet etmek davranış konusunda kolektif bir anlaşma geliştirmek.

İskeleli Güçlendirme

Öğretmen iskelesi

Öncelikle çocukları zorbalıkla mücadelede güven oluşturmalarını sağlayacak küçük aktivitelerle yönlendirerek güçlendirme, ardından öğrencilerin sınıf ortamını koruma konusunda daha fazla sorumluluk almalarına olanak tanımak için kademeli olarak geri çekilme.



Akran Destek Ağları

Öğretmenler, çocukları zorbalığa karşı birlikte mücadele etmeye teşvik eden akran destek ağları kurabilirler. Zorbalık karşıtı önlemleri yalnızca öğretmenlerin uygulamasına güvenmek yerine, öğrencilerin kendilerini güvenli bir ortam yaratmada aktif ortaklar olarak görmeleri teşvik edilir.

Yansıma ve Empati

Öğrenciler şunları öğrenir: duygusal ve sosyal Zorbalığın sonuçları hakkında yapılandırılmış tartışmalar, rol yapma oyunları ve yönlendirilmiş yansımalar yoluyla bilgi edinmelerine yardımcı olmak, zorbalığa maruz kalanlara karşı daha derin bir empati geliştirmelerine yardımcı olmak.

Öğrenciler, hangi davranışların kabul edilebilir ve hangi eylemlerin hoş görülmeceğine dair inançlarını müzakere etmek ve geliştirmek için söylemi kullanırlar (Shah, 2019). Öğrenciler, sınıf normlarının ortaklaşa yorumlanmasında aktif katılımcılar oldukları için ortak idealleri içselleştirebilirler. Ayrıca, öğrenciler, oluşturdukları normlara uymaya ve onları korumaya daha meyilli oldukları için hesap verebilirliği de teşvik eder.

Zorbalık durumlarında, topluluk normlarının oluşturulmasına yardımcı olan öğrencilerin müdahale etme veya yardım isteme zorunluluğu hissetme olasılıkları daha yüksektir. Akranlarını korumanın ortak sorumluluklarının bir parçası olduğunun farkındadırlar (Milbrandt vd., 2004), bu da bir topluluk duygusunu besler ve seyirci etkisini azaltır.

Akran Desteğini Değerlendirme ve Geliştirme Program Etkinliği

Akran desteği, öğrencilere değerli duygusal ve sosyal destek sağladığı için eğitimde çok önemlidir.

Öğrenciler, sorunlarını paylaşmaya ve akranlarından başka yollarla mümkün olmayabilecek şekillerde destek almaya teşvik edilirler. Bu tür bir destek, öğrencilerin akademik ve kişisel zorluklarla başa çıkmalarına, problem çözme becerileri geliştirmelerine ve başkalarına değer vermeyi öğrenmelerine yardımcı olabilir.

Akran destek programlarının sürekli gelişimi, ilk uygulamaları kadar önemlidir.

Bu programların sürekli iyileştirilmesi, öğrenciler üzerindeki etkilerinin periyodik olarak değerlendirilmesini, yöntemlerin ve stratejilerin öğrencilerin güncel ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde uyarlanmasını ve mentorlara sağlanan eğitim ve desteğin artırılmasını içerebilir (Mead ve diğerleri, 2006; Cowie ve diğerleri, 2000).

1

Etkiyi Değerlendirin

Programın zorbalık olaylarını azaltma ve okul ortamını iyileştirmedeki etkinliğini değerlendirmek için öğrencilerden, öğretmenlerden ve velilerden düzenli olarak geri bildirim toplayın iklim.

2

Uyarlama Stratejileri

Siber zorbalık gibi yeni zorbalık biçimlerini tanıma ve bunlarla başa çıkma konusunda mentorlara eğitim verilmesi de dahil olmak üzere, değişen zorbalık kalıplarını ele almak için akran desteği etkinliklerini değiştirin.

3

Sürekli Gelişim

Öğrencilere ve mentorlara etkili bir şekilde rehberlik etmek için profesyonel gelişim fırsatları aracılığıyla zorbalığın önlenmesine yönelik en iyi uygulamalar hakkında bilgi sahibi olun.

Akran Destek Programları için Değerlendirme Yöntemleri

Yöntem	Tanım	Faydalar
Anketler	Öğrenciler, mentorlar ve diğer katılımcılar için anonim anketler öğretmenler	Programın etkinliği hakkında nicel veriler sağlar
Odak Grupları	Program katılımcılarıyla küçük grup tartışmaları	Derinlemesine nitel içgörüler sunar
Olay Takibi	Zorbalık raporlarının izlenmesi önce ve sonra uygulama	Somut ölçümler sağlar programın etkisi
Gözlem	Yapılandırılmış gözlem öğrenci etkileşimleri	Gerçek zamanlı program etkilerini ortaya çıkarır
Mentor Geri Bildirimi	Akranlarla düzenli kontroller akıl hocaları	Uygulama zorluklarını belirler

"Deneyim Nehri" Etkinliği:

Akran Desteğini Keşfetmek

Kişisel deneyimlerin keşfedilmesine ve geçmiş olayların ve kişilerin mevcut deneyim üzerindeki etkisinin düşünülmesine olanak tanıyan yapılandırıcı bir teknik "Deneyim Nehri"dir.

(Pope & Denicolo, 2001). Bu etkinlik, öğrencilerin akran desteğine ilişkin kişisel deneyimleri üzerinde düşünmelerine yardımcı olur ve geçmiş olayların ve ilişkilerin bir grup içindeki algıları ve davranışları nasıl etkilediğine dair farkındalık yaratır. akran desteği bağlamı.

Gerekli Malzemeler:

- Boş kağıtlar
- Renkli kalem, kurşun kalem veya işaretleyiciler

Talimatlar:

1. Giriş: Nehrin, şekli ve özellikleriyle her katılımcının yaşam akışını temsil ettiğini, yaşam dinamiklerini, önemli olayları ve etkili kişileri sembolize ettiğini açıklayın. Amaç, geçmiş olayların ve ilişkilerin, özellikle de destek içerenlerin, kişisel seçimlerini nasıl etkilediğini araştırmaktır.
2. Nehrin çizimi: Öğrencilerden, okuldaki deneyimlerini temsil eden ve özellikle akran desteği anlarına odaklanan bir nehir çizmelerini isteyin. Nehrin akışını dinamik bir şekilde tasvir etmeleri için onları teşvik edin:

Öğrenciler, önemli olayları, dinamiklerdeki değişimleri ve önemli roller oynayan kişileri açıklamak için semboller, ifadeler veya kısa ifadeler kullanmalıdır.

- ▢ Yavaş yavaş değişimler veya düşünme dönemleri için dolambaçlı yollar
 - ▢ Zorlu veya kafa karıştırıcı zamanlar için girdaplar
 - ▢ Stres veya izolasyon için dar bölümler
 - ▢ Bağlantı ve destek dönemleri için daha geniş bölümler
1. Düşünme ve paylaşma: Küçük gruplar halinde öğrenciler, destek verme veya alma ile ilgili önemli bir anı yansıtan nehirlerinin bir bölümünü paylaşırlar. Grup üyeleri, Kişisel Yapı Psikolojisi'ne dayanan şu gibi düşündürücü sorular sorarlar:
 - ▢ "Nehrin bu kısmı size destekle ilgili deneyimleriniz hakkında ne anlatıyor?"
 - ▢ "Başkalarına yardım etme konusundaki mevcut yaklaşımınız bu olaylarla nasıl ilişkilendirilebilir?"
 - ▢ "Bu deneyimin tam tersi sizin için nasıl olurdu?"
 - ▢ "Bu nehirler toplumumuzdaki akran desteğinin dinamikleri hakkında ne ortaya koyuyor?"
 - ▢ "Bu içgörülerden yararlanarak akran destek programımızı nasıl geliştirebiliriz?"

Düşüncelerinizi özetleyin ve öğrencileri bireysel deneyimlerinin daha güçlü ve daha empatik bir akran destek sistemine nasıl katkıda bulunabileceğini düşünmeye teşvik edin. Elde edilen bilgilerin, okulun akran destek programındaki pratik iyileştirmelere veya girişimlere ışık tutabileceğini öne sürün.

Zorbalıkta İzleyicilerin Rolü Önleme

Görgü tanıkları, zorbalık olaylarının sonucunu belirlemede önemli bir rol oynar. Araştırmalar, görgü tanıklarının aktif olarak müdahale etmesi durumunda zorbalığın hem oluşumunun hem de etkisinin önemli ölçüde azaldığını göstermektedir (Mazzone, 2020). Bu potansiyele rağmen, birçok görgü tanığı misilleme, sosyal dışlanma veya hedef olma korkusuyla harekete geçmekten çekinmektedir.

İzleyici Davranışını Etkileyen Psikolojik Faktörler

Ahmed'in (2008) araştırması, dışarıdan müdahale olasılığını artıran birkaç temel unsuru ortaya koymaktadır:

- Okul bağlılığı:** Okul topluluğuna karşı güçlü bir aidiyet duygusuna sahip olan öğrenciler, zorbalığı ortak değerlerine ve çevrelerine yönelik bir tehdit olarak algıladıkları için müdahale etme olasılıkları daha yüksektir.
- Utanç yönetimi:** Kişisel sorumluluklarını kabul eden ve müdahale etmedikleri için uygun bir suçluluk duygusu yaşayan öğrenciler, zorbalığa tanık olduklarında harekete geçme konusunda daha fazla motive olurlar.
- Ahlaki cesaret:** Dal Cason ve diğerleri (2020), empati ve adalet konusunda güçlü ahlaki inançlara sahip olan yoldan geçenlerin zorbalık sırasında müdahale etme olasılığının daha yüksek olduğunu buldu.

Öte yandan, utanç duygusunu başkalarını suçlayarak veya sorunu görmezden gelerek dışı vuran seyircilerin müdahale etme olasılığı daha düşüktür. Benzer şekilde, ahlaki olarak harekete geçme zorunluluğu hissetmeyen veya kendi sosyal statülerine yönelik doğrudan bir tehdit algılamayanlar genellikle pasif gözlemciler olarak kalma eğilimindedir.

Etkili zorbalık önleme programları, okul bağlılığını güçlendirerek, sağlıklı utanç yönetimini teşvik ederek ve öğrenciler arasında ahlaki cesaret geliştirerek bu psikolojik faktörleri ele almalıdır. Okullar, seyirci davranışlarının karmaşık dinamiklerini anlayıp ele alarak, zorbalık önleme çabalarının etkinliğini önemli ölçüde artırabilirler.

Akranlar İçin Bütünleştirici Müzakere Becerileri Arabulucular

Etkili akran arabuluculuğu, öğrencilerin güçlü bütünleştirici müzakere becerileri geliştirmesine dayanır. Bu beceriler, anlaşmazlık yaşayanların rekabetçi kazan-kaybet sonuçları yerine karşılıklı olarak faydalı çözümler bulmalarına yardımcı olmalarını sağlar.

Aşağıdaki yapılandırılmış yaklaşım, öğrencilere yapıcı çatışmayı nasıl kolaylaştıracaklarını öğretir.

çözünürlük:

İstekleri İfade Etmek

Öğrenciler, etkili iletişim becerilerini kullanarak ihtiyaçlarını açıkça ifade etmeyi ve çerçevelemeyi öğrenirler.

Çatışmayı belirli ve yönetilebilir bir karşılıklı sorun olarak ele almak.

Örnek: "Kitabı şimdi kullanmak istiyorum."

Duyguları Tanımlamak

Öğrenciler duygularını suçlayıcı olmayan bir şekilde doğru bir şekilde tanımlama ve ifade etme pratiği yaparlar. yol.

Örnek: "Sinirlendim."

Nedenleri Açıklamak

Öğrenciler ihtiyaçlarının ardındaki mantığı paylaşırlar ve duygularını yapıcı bir şekilde ifade ederek başkalarının bakış açılarını anlamalarına yardımcı olur.

Örnek: "Kitabı bir saattir kullanıyorsun. Eğer hemen elime ulaşmazsa, raporum zamanında bitmeyecek. Bu kadar uzun süre beklemek çok sinir bozucu."

Perspektif Almak

Öğrenciler, aktif dinleme ve empati göstermek için diğer kişinin isteklerini, duygularını ve nedenlerini özetlerler.

Örnek: "Anladığım kadarıyla ihtiyacınız olan şey "Bugün teslim etmeniz gereken ödevinizi bitirmek için kitabı kullanın."

Çözüm Önerileri

Öğrenciler, karar vermeden önce her iki tarafa da fayda sağlayacak yaratıcı seçenekler önerir ve birden fazla olasılık üretirler.

Örnek: "Plan A, bunu 15 yıl daha kullanman dakikalar sonra anlıyorum. B Planı, kitabı masada paylaşmamız. C Planı ise bir şey istememiz. eklenti."

Anlaşmaya Varılması

Öğrenciler, el sıkışma veya sözlü gibi karşılıklı rıza ile anlaşmayı sonuçlandırır. bağlılık.

Örnek: "Hadi B planına geçelim!"

Bariş Elçisi'nin Uygulanması Program

Öğrenciler çatışma çözümü ve arabuluculuk becerileri eğitimlerini tamamladıktan sonra, Bariş Elçisi Programı okullarda akran liderliğindeki çatışma çözümüne yönelik yapılandırılmış bir yaklaşım olarak uygulanabilir. Bu program, öğrencilerin becerilerini gerçek dünya durumlarında uygulamaları için sistematik bir yol oluştururken, gerektiğinde uygun gözetim ve tırmanma yollarını da sağlar.

Bariş Elçisi Programının Temel Bileşenleri:

- Günlük Arabulucu Seçimi:** Her gün, resmi arabulucu olarak görev yapacak iki öğrenci seçilir. Bu rotasyon, eğitimli tüm öğrencilerin becerilerini uygulama ve okul topluluğuna katkıda bulunma fırsatı bulmasını sağlar.
- Görsel Kimlik Belirleme:** Arabulucular, diğer öğrenciler tarafından kolayca tanınmalarını sağlayacak kimlik tişörtleri, rozetler veya diğer işaretleyiciler giyerler. Bu görsel ipucu, öğrencilerin anlaşmazlıklar ortaya çıktığında kime başvurmaları gerektiğini anlamalarına yardımcı olur.
- Aktif İzleme:** Arabulucular, çatışmaların sıklıkla yaşandığı oyun alanı ve yemekhane gibi önemli alanlarda devriye gezer. Görünürdeki varlıkları, hem potansiyel çatışmalara karşı caydırıcı hem de Sorunlar ortaya çıktığında anında başvurulacak kaynak.
- Ulaşılabilirlik:** Arabulucular, gün boyunca sınıf ve okul çatışmalarını çözmeye yardımcı olmak için kendilerini hazır bulundururlar. Diğer öğrencilerin kendilerini bulabileceği belirli zaman ve yerler olabilir. yardım için.
- Kapsayıcı Rotasyon:** Arabulucu rolü, eşit katılımı sağlamak için tüm eğitimli öğrenciler arasında dönüşümlü olarak uygulanır. Bu yaklaşım, okul genelinde bir çatışma çözümü sorumluluğu kültürü oluşturulmasına yardımcı olur.
- Tırmanma Yolu:** Akran arabuluculuğu başarısız olursa, net bir tırmanma yolu oluşturulur. Çatışma aşamalı olarak öğretmene ve gerekirse çözüm için okul müdürüne iletilir. Bu, hiçbir çatışmanın çözümsüz kalmamasını sağlar.
- Sürekli Eğitim:** Öğrenciler, müzakere ve arabuluculuk becerilerini geliştirmek ve geliştirmek için okul yılı boyunca eğitim almaya devam eder. Düzenli yenileme oturumları, arabuluculuğun kalitesinin korunmasına ve iyileştirilmesine yardımcı olur.
- Belgeleme:** Arabulucular, her iki tarafın da imzaladığı bir arabuluculuk raporu kullanarak kararları belgelendirirler. Bu, hesap verebilirlik yaratır ve takip için bir kayıt sağlar.
- Takip:** Arabulucular, anlaşmaların yerine getirildiğinden emin olmak ve ortaya çıkabilecek yeni sorunları ele almak için ilgili taraflarla tekrar iletişime geçer.

Bariş Elçisi Programı, öğrencilere okul topluluklarında çatışma çözümüne sahip çıkmaları için güç verirken, etkinliği sağlamak için gereken yapı ve desteğı de sağlar. Tüm öğrencileri rotasyona dahil ederek program, barışçıl çatışma çözümünün istisna değıl, norm haline geldiğı bir okul kültürü oluşturmaya yardımcı olur (Johnson ve Johnson, 2001).

Sonuç: Sürdürülebilir Akran Yönetimi Oluşturmak

Destek Sistemleri

Etkili akran destek sistemleri, öğrencileri güvenli ve kapsayıcı öğrenme ortamları yaratmada aktif katılımcılar haline getirerek okullardaki zorbalığa karşı mücadelede güçlü bir yaklaşımı temsil eder.

Bu belgede, akran danışmanlığı, arkadaş sistemleri, akran arabuluculuğu ve zorbalık karşıtı elçi programları gibi çeşitli akran desteği stratejilerini inceledik; bunların her biri, öğrenci güçlendirme yoluyla zorbalığı azaltma ortak hedefini paylaşıyor benzersiz faydalar sunuyor.



İyi tasarlanmış akran destek sistemleri uygulayarak okullar, akran ilişkilerinin doğal etkisini kullanarak güçlü bir değişim yaratabilirler. Öğrenciler olumlu bir okul ortamı yaratma sorumluluğunu üstlendiklerinde, etki zorbalık olaylarını azaltmanın ötesine geçerek, okul topluluğunun tüm üyelerine fayda sağlayan gerçek bir empati, saygı ve karşılıklı destek kültürü oluşturmaya kadar uzanır.

Eğitimciler olarak rolümüz, öğrencilerin bu önemli sosyal-duygusal becerileri geliştirip uygulayabilmelerini sağlayan çerçeveyi, eğitimi ve sürekli desteği sağlamaktır. Akran destek sistemlerine yaptığımız bu yatırım sayesinde, yalnızca zorbalıkla ilgili acil endişeleri gidermekle kalmıyor, aynı zamanda empatik ve sosyal sorumluluk sahibi yeni nesil vatandaşların yetişmesine de yardımcı oluyoruz.