

Modül 9. Okullarda Siber Zorbalıkla Mücadele

Bu belge, eğitimcilere okul ortamlarında siber zorbalığı etkili bir şekilde tespit etme, önleme ve ele alma konusunda bilgi ve pratik stratejiler sunmaktadır.



**Co-funded by
the European Union**



Tanımlama ve Anlama

Siber zorbalık

15-24 yaş arası gençler, çevrimiçi ortamlarda en aktif demografik grubu oluşturmaktadır (Birleşmiş Milletler, 2022). Dijital etkileşim sayısız fayda sağlasa da, gençleri çevrimiçi şiddet gibi risklere de maruz bırakmaktadır.

Siber zorbalık, özellikle sosyal medya, oyun platformları ve diğer uygulamalar gibi dijital ortamlarda meydana gelen zorbalığı ifade eder (UNICEF, 2024). Tehdit, sözlü saldırı, düşmanlık ve utandırma gibi davranışları içerir (WHO, 2022). 44 ülkede yürütülen Okul Çağındaki Çocuklarda Sağlık Davranışı araştırması, siber zorbalığın 2018'den bu yana arttığını, ergenlerin yaklaşık %12'sinin başkalarına siber zorbalık yaptığını, %15'inin ise siber zorbalığa maruz kaldığını bildirdiğini ve bu durumun cinsiyetler arasında nispeten eşit bir şekilde görüldüğünü bildirmiştir.

Siber zorbalık genellikle geleneksel zorbalığa göre daha geç, yani 13-15 yaşları arasında zirveye ulaşıyor (WHO, 2022).

Formları

Siber zorbalık

Siber zorbalık, saldırgan bir dille çevrimiçi kavgalar, tekrarlayan mesajlarla taciz, siber takip, yalan ve fotoğraf yayma yoluyla aşağılama, kimlik hırsızlığı ve dışlama şeklinde ortaya çıkar (Cantone vd., 2015).

Belirgin

Özellikler

Siber zorbalık, bazı özellikleri paylaşırken Geleneksel zorbalıkla (kasıtlılık, tekrarlama, güç dengesizliği) karşılaştırıldığında benzersiz yönleri vardır: anonimlik, geniş bir kitleye ulaşma, 7/24 ulaşılabilirlik, okul saatleri dışında da devam edebilme ve içeriğin viral olma potansiyeli (Campbell ve Bauman, 2018).

Dijital Güç

Dinamikler

Dijital okuryazarlık eşitsizlikleri güç dengesizlikleri yaratabilir (OECD, 2019). Siber zorbalık, intikam pornosu, rıza olmadan cinsel içerikli mesajlaşma, şifre hırsızlığı, sahte profiller oluşturma ve iftira niteliğinde bilgiler yayınlamayı içerebilir (WHO, 2022; UNICEF, 2024).

Siber zorbalığın nadiren tek başına gerçekleştiğini anlamak çok önemlidir. Genellikle geleneksel zorbalık, taciz, flört şiddeti, cinsel içerikli mesajlaşma ve siber tacizle örtüşür (WHO, 2022; Campbell ve Bauman, 2018).

Okuldaki zorbalığın ele alınması önemlidir çünkü bu, ergenlerde görülen taciz edici çevrimiçi davranışlar da dahil olmak üzere diğer şiddet biçimlerinin bir göstergesidir (WHO, 2022).

Çevrimiçi ortamlarda zorba ile zorbalığa uğrayan arasındaki mesafe, zorbanın daha az empati duymasına neden olurken, potansiyel hedef kitle büyüklüğü, içeriğin kalıcılığı ve paylaşım kolaylığı etkiyi artırır (Campbell ve Bauman, 2018).

Siber Zorbalık Hakkındaki Yaygın Efsaneler

Siber zorbalığı anlamak, etkili müdahaleyi engelleyebilecek yaygın yanlış kanıları ortadan kaldırmayı gerektirir. Bu yanlış kanılar genellikle uygunsuz tepkilere yol açar veya sorunun ciddiyetini küçümser.

OECD'ye (2019) göre siber zorbalıkla ilgili tartışmalarda birçok yanlış varsayım devam etmektedir.

Efsane: Siber zorbalık evrensel olarak anlaşılmıştır

Gerçek: Medyada yer almasına rağmen, birçok yetişkin ve öğrenci net bir şekilde

Siber zorbalığın neleri kapsadığı, çeşitli biçimleri ve ciddi etkileri hakkında bilgi sahibi olmak.

Efsane: Siber zorbalık salgınıyla karşı karşıyayız

Gerçek: Siber zorbalık ciddi bir endişe kaynağı olsa da araştırmalar bunun evrensel olmadığını, sadece belirli bir oranda genci etkilediğini gösteriyor.

Yaygınlığını abartmak davranışı normalleştirebilir.

Efsane: Siber zorbalık doğrudan intiharlara neden olur

Gerçek: İntihar, çok sayıda katkıda bulunan faktörden oluşan karmaşık bir süreçtir. Siber zorbalık intihar eğilimine katkıda bulunabilir fikir oluşturma, doğrudan nedensellik kurma her ikisini de aşırı basitleştirir sorunlar.

Efsane: Siber zorbalık, geleneksel zorbalıktan daha sık görülür

Gerçek: Araştırmalar, geleneksel zorbalığın daha yaygın olduğunu, ancak siber zorbalığın daha fazla tehdit oluşturduğunu gösteriyor. medyanın dikkatini çekebilir ve Dijital yapısı nedeniyle benzersiz etkilere sahip.

Efsane: Siber zorbalık normal bir gelişim aşamasıdır

Gerçek: Siber zorbalık büyümenin normal bir parçası değildir. Bunu tipik ergenlik davranışı olarak görmezden gelmek zararlı etkilerini en aza indirir ve müdahaleyi caydırır.

Efsane: Siber zorbalar doğası gereği "kötü çocuklardır"

Gerçek: Siber zorbalığa karışan çocukların çoğu zaman empati, duygusal düzenleme veya geçmişle ilgili zorluklar gibi kendi zorlukları vardır. mağduriyet deneyimleri.

Yaygın bir diğer yanlış da, bilgisayarı veya cihazı kapatmanın siber zorbalığı durdurabileceğidir (OECD, 2019). Bu, konuyu aşırı basitleştirir ve dijital yerlilerin sosyal gerçekliğini göz ardı eder. Günümüz gençleri için dijital ortamlardan kopmak, sosyal dünyalarından kopmak anlamına gelir ve bu da izolasyon ve dışlanmayı artırabilir. Ayrıca, zararlı içerikler, hedef kişi çevrimdışı olsa bile yayılmaya devam edebilir ve zarar verebilir.

Bu mitleri fark etmek, eğitimcilerin etkili önleme ve müdahale stratejileri geliştirmeleri için çok önemlidir. Siber zorbalığın gerçek doğasını anlayan öğretmenler, hem mağdurlara hem de faillere daha iyi destek sağlayabilir ve tüm öğrenciler için daha güvenli dijital ortamlar yaratabilirler.

Siber Zorbalıkta Belirtileri ve Davranışları Tanıma

Siber zorbalığın depresyon, stres, anksiyete, davranış sorunları, madde bağımlılığı, sosyal ilişkilerin bozulması (Campbell ve Bauman, 2018) ve intihar davranışıyla ilişkili olması nedeniyle sonuçları ciddidir. Bazı araştırmalar, siber zorbalığın zararlı etkilerinin, kısmen çevrimiçi çekingenlik nedeniyle geleneksel zorbalığın olumsuz etkilerini aşabileceğini öne sürmektedir. Bu durum, failerin çevrimiçi ortamda asla yüz yüze yapmayacakları şeyleri söylemeleri veya paylaşımları nedeniyle ortaya çıkmaktadır (Suler, 2004; Campbell ve Bauman, 2018'den alıntı).

Fiziksel Belirtiler

Siber zorbalığa maruz kalan öğrenciler, bozulan uyku düzenleri nedeniyle yorgunluk gösterebilir ve baş ağrısı, mide ağrısı ve mide bulantısı gibi somatik semptomlar geliştirebilirler (UNICEF, 2024).

Davranışsal Değişiklikler

Mağdurlar kendilerini izole edebilir, okulu asabilir, madde kullanmaya başlayabilir, güvenli olmayan davranışlarda bulunabilir, şiddet içeren davranışlar sergileyebilir ve akademik performanslarında düşüş gösterebilirler (UNESCO, 2024; OECD, 2019).



Zihinsel Etkiler

Mağdurlar çoğu zaman kendilerini aptal, kabul edilemez veya istenmeyen biri olarak görerek olumsuz öz algılar geliştirirler. Genellikle utanç, korku, öfke ve özgüven azalması yaşarlar (UNICEF, 2024).

Duygusal İşaretler

İlgi kaybı ve motivasyon, gerginlik, kaygı, güvensizlik, suçluluk ve yalnızlık yaygındır. Siber zorbalık deneyimlerine karşı duygusal tepkiler (UNICEF, 2024).

ABD Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı'na (ASPA, 2019) göre, bir öğrencinin özellikle dijital cihazları kullanırken siber zorbalığa maruz kalabileceğini gösteren birkaç uyarı işareti bulunmaktadır:

- Cihaz kullanımında gözle görülür artış veya azalma
- Cihazları kullanırken güçlü duygusal tepkiler
- Ekranları gizlemek veya çevrimiçi deneyimleri tartışmayı reddetmek
- Sosyal etkileşimlerden kaçınmak
- Sosyal medya hesaplarının silinmesi
- Daha önce keyif alınan aktivitelere karşı ilgi kaybı

Siber zorbalar, zorba olmayanlara kıyasla daha fazla davranış problemi, hiperaktivite, akran ilişkileri sorunları, duygusal düzenleme zorlukları ve daha yüksek düzeyde stres, kaygı ve depresyon sergiliyor.

Bir öğrencinin siber zorbalığa karıştığını dair birden fazla uyarı işareti görürseniz, ilk adım onunla özel olarak konuşmaktır. Bu

Müdahale Stratejileri

Okul Ortamlarında Siber Zorbalık

Siber zorbalıkla etkili bir şekilde mücadele etmek, hem sınıf içinde hem de dışında uygulanan kanıta dayalı stratejiler gerektirir. Herhangi bir siber zorbalıkla mücadele tekniği uygulamadan önce, eğitimciler Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2022) tarafından belirlenen birkaç temel ilkeyi anlamalıdır: Çocuklara yönelik çevrimiçi şiddetin çoğu, yabancılardan ziyade akranlar ve tanıdıklardan kaynaklanır; etkili müdahaleler sağlıklı ilişki becerilerini ele alır; ve siber zorbalık genellikle geleneksel zorbalık ve diğer sorunlu davranışlarla birlikte ortaya çıkar.

Tek seferlik sunumlar gibi tek seferlik müdahaleler etkisiz kalmaktadır. Bunun yerine, kapsamlı programlar, anonimlik, yetişkin gözetiminin olmaması, geniş bir izleyici kitlesi potansiyeli ve mağdurların sosyal izolasyon olmadan kendilerini uzaklaştırmada zorluk çekmesi gibi çevrimiçi ortam özelliklerini dikkate almalıdır (UNESCO, 2020). Etkili programlar, öğrenci farkındalığını artırır, başa çıkma becerilerini geliştirir, empati eğitimi sağlar, iletişim becerilerini geliştirir, güvenlik anketlerinden yararlanır ve güçlü öğrenci-öğretmen ilişkileri kurar (Masoumi vd., 2024).



Proaktif Müdahaleler

Bu önleyici yaklaşımlar, uygun çevrimiçi davranışlar hakkında düzenli sınıf tartışmaları, öğrenci tarafından oluşturulan kurallar (örneğin, dışarıda bırakılanları dahil etme, zorbalığa uğrayan akranlara yardım etme), zararlı davranışlara itiraz etmeleri için yoldan geçenleri harekete geçirme, KiVa zorbalık karşıtı gibi modeller uygulama, sosyal-duygusal öğrenme tekniklerini kullanma ve kişisel olarak sınıf içi toplantılar düzenleme ve sınıf ortamını güvenli hale getirme stratejileri içerir.



Reaktif Müdahaleler

Olaylar meydana geldiğinde, uygun yaptırımlar uygulayın (aşırı otoriter olmayan), mağdurların sosyal becerilerini güçlendirin, her iki tarafın da acısını giderecek şekilde çatışmaları arabuluculuk edin, düşünmeyi ve yeniden bütünleşmeyi teşvik eden onarıcı uygulamalar kullanın, destek grubu yöntemlerini uygulayın ve davranış değişikliğini teşvik ederken empatiyi kullanın.

Etkili Programların Yapısal Öğeleri

- Birden fazla öğrenme stratejisi ve aracını (videolar, oyunlar, okuma etkinlikleri, tartışmalar) kullanın
- Kalıcı etki için zorbalık karşıtı içeriğe tekrar tekrar maruz kalınmasını sağlayın
- Akran katılımını ve etkileşimini geliştirmek için rol yapma oyunlarını dahil edin
- Devam eden etkinlikler aracılığıyla tüm okul topluluğunu ve velileri dahil edin

İlgili Zarar Azaltma Stratejileri

Çevrimiçi Riskler

Siber zorbalık, genellikle özel zarar azaltma yaklaşımları gerektiren diğer çevrimiçi risklerle birlikte ortaya çıkar.

Ergenler üzerinde etkisiz olabilecek yasaklayıcı mesajlar kullanmak yerine, eğitimciler potansiyel zararını en aza indirirken dijital gerçekleri kabul eden stratejiler uygulamalıdır (WHO, 2024).

Bu yaklaşımlar yalnızca siber zorbalıkla değil, aynı zamanda çevrimiçi taciz ve sorunlu cinsel içerikli mesajlaşma gibi ilgili olgularla da mücadele ediyor.



Bakım Önleme

Rıza yaşı yasaları ve yetişkin-reşit olmayan ilişkilerinin neden uygunsuz olduğu hakkında tartışmalar yapın. Öğrencileri, baştan çıkarma, izole etme, hediye verme, suçluluk duygusu aşılama ve aileyi aşışılama gibi kandırma taktikleri hakkında bilgilendirin. Cinsel deneyimler hakkında aşırı soru sorma ve fotoğraf çekme talepleri gibi uyarı işaretlerini tanımayı öğretin. Kendine güven becerileri geliştirin. reddetme, akran destek stratejileri ve yardım arama davranışlar.



Sexting Güvenliği

Öğrencilere, eğer görselleri paylaşmayı seçerlerse, bunu yalnızca güvenilir kişilerle paylaşmaları gerektiğini açıkla; bireyler ve asla altında basınç altında veya sarhoşken. Bilgilendirilmiş onamı tanımlayın. Açıkça. Fotoğraflara özel bölgelerin veya yüzlerin dahil edilmemesi tavsiye edilir. Uçtan uca şifreleme uygulamalarının kullanılması önerilir. Alınan görsellerin açık izin olmadan başkalarıyla asla paylaşılması gerektiği vurgulanır.

Sağlıklı ve Sağlıksız İlişkileri Tanıma

Sağlıklı İlişkilerin Belirtileri

- Rıza sürekli olarak saygı duyulur ve uygulanır
- Sözler tutulur ve taahhütler yerine getirilir
- Hatalar kabul edilir ve yapıcı bir şekilde ele alınır
- Karşılıklı saygı her yerde gösterilir etkileşimler
- İletişim açık, dürüst ve destekleyicidir
- Sınırlar belirlenir ve saygı duyulur

Sağlıksızlığın Uyarı İşaretleri

- Aktiviteler, arkadaşlıklar veya diğer şeyler üzerinde aşırı kontrol iletişim
- Ciddi öfke kontrolü sorunları veya dengesiz tepkiler
- Suçluluk duygusu veya manipülasyon taktiklerinin sık kullanımı
- Tehdit, yıldırma veya zorlamanın varlığı
- Arkadaşlardan, aileden veya destekten izole olma ağlar
- Kişisel sınırların veya rızanın dikkate alınmaması

Öğrencilere Sorumluluk Bilincini Kazandırmak Teknoloji Kullanımı

Teknolojik ilerleme durdurulamaz ve gençlerin buna erişimi engellenmemeli ve engellenmemelidir.

Fark yaratan, öğrencilere internet kültürü ve sorumlu dijital vatandaşlık konusunda eğitim vermektir.

Etkili siber etik eğitimi; net hedefler, doğru içerik, uygun yöntemler, gerçek yaşam vaka çalışmaları ve öğrencilerin çeşitli çevrimiçi durumlara uygulayabilecekleri etik çerçeveleri içerir.

6 saat

Günlük Çevrimiçi Süre

Gençlerin her gün çevrimiçi geçirdikleri ortalama süre (DSÖ, 2022), kapsamlı dijital okuryazarlık eğitimine olan ihtiyacı vurgulamaktadır.

7/24

İçerik Kullanılabilirliği

Geleneksel zorbalığın aksine, siber zorbalık içerikleri sürekli olarak erişilebilir durumda kalır ve bu da potansiyel olarak etki alanının okul saatlerinin ötesine uzanmasına neden olur.

%15

Siber Zorbalık Mağdurları

Okuldaki Sağlık Davranışları Araştırması'na göre siber zorbalığa maruz kaldığını bildiren gençlerin yüzdesi Yaşlı Çocuklar çalışır.

Dijital Dayanıklılığa Ulaşmak İçin Adımlar

Dijital Gizliliği Öğretin

Yetenekler

Bilgiyi tartışın

asla paylaşılmamalıdır

Çevrimiçi (yaş, tam ad, okul konumu, finansal bilgiler) ve dijital paylaşım için net sınırlar belirleyin.

Kritik Geliştirme

Düşünme

Öğrencileri, kaynak güvenilirliğini, içerik amacını, yazar kimlik bilgilerini, gerçek ve görüş ayrımını ve duygusal manipülasyon tekniklerini göz önünde bulundurarak çevrimiçi içeriği sorgulamaya teşvik edin.

Dijitali Vurgulayın

Kalıcılık

Öğrencilere, internete yüklenen her şeyin, gizlilik ayarları veya silme girişimlerinden bağımsız olarak, sonunda herkese açık hale gelebileceğini anlamalarına yardımcı olun.

Çevrimiçi Açıkla Davranış Motivasyonları

Çevrimiçi bağımlılığın

ardındaki psikolojik faktörleri tartışın

saldırganlık: öfke, anonimlik, empati ipuçlarının eksikliği, akran onayı, arayışı, iletişim yanlış anlaşılmalara ve trolleme kültürü.

Dijital Oluşturun Kendinden emin

Öğrencileri dijital zorluklara

çözüm bulma sürecine

dahil edin, çevrimiçi deneyimlerinin sorumluluğunu üstlenmelerini ve problem çözme becerilerini geliştirmelerini sağlayın.

yetenekler.

Normalleştirme Yardımı- Arayan

Öğrencilere, güvendikleri yetişkinlerden yardım istemeyi öğretin.

Çevrimiçi zorluklarla karşı karşıya kalındığında, sorunların erken ele alınmasının büyümeyi önlediğini vurgulamaktadır (termodinamik ilkesi).

Çevrimiçi Davranışı Anlamak Psikoloji

Siber zorbalıkla etkili bir şekilde mücadele etmek için eğitimcilerin çevrimiçi davranışı etkileyen psikolojik faktörleri anlamaları gerekir. Dijital ortam, bireylerin (özellikle gençlerin) başkalarıyla etkileşim kurma biçimini önemli ölçüde değiştirebilecek benzersiz koşullar yaratır. Bu anlayış, öğretmenlerin daha hedef odaklı ve etkili müdahaleler geliştirmelerine yardımcı olur.



Çevrimiçi Engellenenin Kaldırılması Etki

İnsanların çevrimiçi ortamda, gerçek hayattaki davranışlarından farklı davrandığı psikolojik olgu. Bu etki bireyleri şu şekilde yönlendirir: yüz yüze asla ifade edemeyecekleri şeyleri dijital olarak söyleyebilir veya paylaşabilirler (Suler, 2004). Bunu anlamak, normalde nazik olan öğrencilerin neden bu tür davranışlarda bulunabileceğini açıklamaya yardımcı olur. zararlı çevrimiçi davranışlar.



İzleyici Etkisi

Çevrimiçi olarak geniş bir kitleye ulaşma potansiyeli, öğrencilerin olumsuz davranışlara yönelmesine neden olabilir. doğrulama, beğeniler veya statü. Sosyal medyanın bu "performans" yönü medya zararlı etkileri artırabilir failler olarak etkileşimler takviye almak akranlar.



Anonimlik ve Kimlik

Çevrimiçi alanların algılanan anonimliği, öğrencilerin farklı kimlikler veya kişiliklerle denemeler yapmasına olanak tanır. Bu, gelişimsel açıdan faydalı olabilir de, aynı zamanda sorumluluk duygusunu azaltabilir ve risk alma davranışlarını artırabilir. Öğrenciler şunları yapabilirler: siber zorbalık, daha düşük puan alıyor duygusal ve bilişsel empati (Zych ve ark., 2019).



Duygusal Düzenleme Zorluklar

Siber zorbalığa karışan öğrenciler genellikle duygusal zorluklar yaşarlar. düzenleme. Çevrimiçi iletişimin anlıklığı, soğuma süresi olmadan dürtüsel tepkiler yüz yüze etkileşimlerde ortaya çıkar.



Empati Engelleri

Dijital iletişim, genellikle empatiyi tetikleyen önemli sözsüz ipuçlarından yoksundur. Siber zorbalık, sözlerine anında tepki görmedikleri sürece, siber zorbalığın etkisini tam olarak kavrayamayabilirler. eylemlerini gösteriyor. Araştırmalar, bilişsel empati (Zych ve ark., 2019).



Mağduriyet Döngüsü

Birçok siber zorba, mağduriyet yaşamıştır. Bu döngü, öğrencileri sadece etiketlemek yerine, siber zorbalık olaylarının her iki tarafını da ele almanın önemini vurgulamaktadır. "zorbalık" veya "kurbanlar".

Bu psikolojik faktörleri anlamak, eğitimcilerin basit "iyi çocuk/kötü çocuk" anlatılarının ötesine geçmelerine yardımcı olur. Bunun yerine, öğretmenler siber zorbalık davranışlarının genellikle karmaşık psikolojik ihtiyaçlardan, gelişimsel zorluklardan ve çevresel faktörlerden kaynaklandığını anlayabilirler. Bu bakış açısı, yalnızca semptomlara değil, temel nedenlere de odaklanan daha şefkatli ve etkili müdahalelere olanak tanır.

Öğrencilerle çevrimiçi davranışları tartışırken, kendi dijital eylemlerini ve tepkilerini anlamalarına yardımcı olmak için bu psikolojik içgörülerini dahil edin.

Ebeveynler ve Kolluk Kuvvetleri ile İşbirlikçi Yaklaşımlar

Siber zorbalığın ciddi vakalarında, öğretmenler, veliler ve bazen de kolluk kuvvetlerinin dahil olduğu koordineli bir müdahale gerekli hale gelir. Ancak, bu ilişkiler genellikle net bir şekilde tanımlanmadığından etkili bir koordinasyon sağlamak zorlaşır (Broll, 2014). Ciddi siber zorbalık olaylarının ele alınması için net roller ve iletişim kanalları belirleyen kapsamlı bir yaklaşım şarttır.

Önleme Aşaması

Öğretmenler, net sınırlar belirlemek için ebeveynlerle iş birliği yaparlar ve çocuklara çevrimiçi dünyada rehberlik etmek. Dijital okuryazarlık eğitimi ve çevrimiçi faaliyetlerin uygun şekilde izlenmesi konusunda her iki taraf da sorumluluk paylaşmaktadır.

Tırmanan Yanıt

Sürekli veya şiddetli siber zorbalık durumunda okul rehber öğretmenleri veya yöneticileri devreye girer. Ek kaynaklar devreye sokulabilir ve resmi okul politikaları aktifleştirildi.

1

2

3

4

Erken Müdahale

Uyarı işaretleri ortaya çıktığında öğretmenler ve ebeveynler iletişim kurar endişeleri ve tutarlı koordinasyonu ev ve okul genelindeki yanıtlar ortamlar. Dokümantasyonu Olaylar bu aşamada başlar.

Dış Yetkililer

Tehdit, yoğun taciz veya yasa dışı faaliyetler içeren durumlarda kolluk kuvvetleriyle iletişime geçilmesi gerekebilir. Okulların; Yetkililerin ne zaman ve nasıl dahil edileceğine dair net protokoller.

İşbirlikçi Yanıtlarda Roller ve Sorumluluklar

Paydaş	Birincil Sorumluluklar	İşbirlikçi Eylemler
Ebeveynler	Çocuklarının çevrimiçi durumunu anlayın Yaşam; ifşa için güvenli bir ortam sağlamak; uygun sınırları izlemek; risklere karşı eleştirel farkındalığı korurken yeni bilgilere açık olmak.	İlgili bilgileri paylaşın Öğretmenlerle birlikte çalışın; evde okul mesajlarını pekiştirin; okul dijital vatandaşlık programlarına katılın; raporlama mekanizmaları hakkında bilgi edinin.
Öğretmenler	Literatür ve teknoloji konusunda güncel kalın; hem ebeveynlere hem de öğrencilere bilgi sağlayın; önleme programları uygulayın; uyarı işaretlerini tanıyın; Olayları belgeleyin.	Endişelerinizi iletin veliler ve yöneticiler; ne zaman ve nasıl yapılacağını bilmek ciddi vakaları tırmandırmak; veli-okul iletişimini kolaylaştırmak; uygulamak sınıf içi müdahaleler.
Kolluk Kuvvetleri	Öğrenciler için potansiyel riskler hakkında bilgi sahibi olun; bildirilen durumları analiz edin; siber zorbalığı durdurmak için uygun müdahaleleri belirleyin; ilgili yasa ve yönetmelikleri anlayın.	Okulla iletişimi sürdürün Yetkililer; yasal sınırlar konusunda rehberlik sağlamak; ciddi raporlara derhal yanıt vermek; uygun olduğunda okul eğitim programlarına katılmak.

Vaka Çalışması: Bütünsel Bir Uygulama Okul Yaklaşımı

Bu vaka çalışması, okulların siber zorbalığı aynı anda birden fazla düzeyde ele alan bütünsel stratejileri nasıl uygulayabileceğini incelemektedir.

Liderlik

Okul yönetimi
net politikalar oluşturur,
kaynakları tahsis eder ve
bağlılık gösterir
Siber zorbalığa karşı mücadele eder.

Öğretmen Eğitimi

Tüm personele dijital
vatandaşlık, siber zorbalığın
tanınması ve müdahale
stratejileri konusunda sürekli
mesleki gelişim sağlanmaktadır.

Sınıf Müfredat

Dijital vatandaşlık ve siber
zorbalıkla mücadele içeriği,
bir bütün olarak ele alınmak
yerine konu alanları arasında bütünleştirilme
ayrı bir konu.

Öğrenci Katılımı

Akran rehberlik programları, öğrenci
liderliğindeki girişimler ve politika
geliştirmede gençlerin sesi, sahiplenme ve alaka yaratır.

Ebeveyn ve Toplum Katılımı

Düzenli atölyeler, iletişim kanalları ve işbirlikli projeler,
önlemeyi okul duvarlarının ötesine taşıyor.

Uygulama Zaman Çizelgesi

Aşama 1: Değerlendirme (1-2 ay)

- Siber zorbalık sorularını da içeren okul iklimi anketi yapın
- Mevcut politikaları ve prosedürleri inceleyin
- Olaylara ilişkin temel verileri oluşturun
- Dijital vatandaşlık komitesi oluşturun çeşitli paydaşlar

Aşama 2: Planlama (2-3 ay)

- Önleme, müdahale ve takibi ele alan kapsamlı bir politika geliştirin
- Sınıf seviyeleri arasında müfredat entegrasyon planı oluşturun
- Tasarım profesyonel gelişim dizisi
- Raporlama mekanizmaları ve yanıt protokolleri oluşturun

Aşama 3: Uygulama (Devam Ediyor)

- Tüm paydaşlar için farkındalık kampanyası başlatın
- Sınıf müfredatının uygulanmasına başlayın
- Personel eğitim oturumları düzenleyin
- Ebeveyn eğitim programını başlatın

Aşama 4: Değerlendirme ve İyileştirme (Yıllık)

- Programın etkinliği hakkında veri toplayın
- Tüm paydaş gruplarından geri bildirim toplayın
- Politikaları ve prosedürleri gözden geçirin ve güncelleyin
- Uygulamayı ortaya çıkan ihtiyaçlara göre ayarlayın

Dijital Dayanıklılık: Önlemenin Ötesinde Güçlendirme

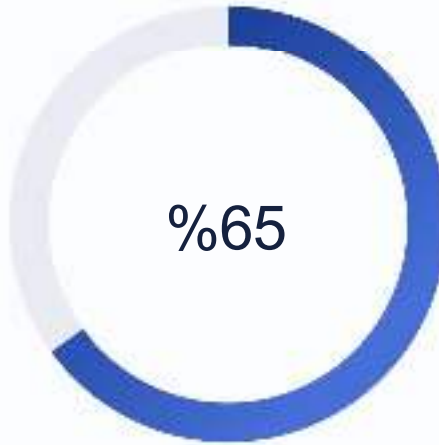
Siber zorbalığın önlenmesi önemli olmakla birlikte, öğrencilerin dijital dayanıklılıklarını, yani çevrimiçi zorluklarla etkili bir şekilde başa çıkma ve olumsuz deneyimlerden kurtulma becerilerini geliştirmek de aynı derecede önemlidir.

Dijital dayanıklılık, korumaya odaklı yaklaşımlardan, öğrencilere kaçınılmaz zorluklara rağmen dijital ortamlarda başarılı olmalarını sağlayacak beceriler kazandıran güçlendirme stratejilerine doğru bir geçişi temsil eder.



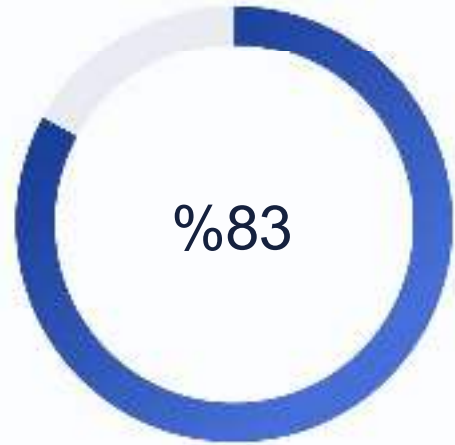
Kurtarma Oranı

Dijital dayanıklılık becerileriyle donatıldığında siber zorbalık deneyimlerinden etkili bir şekilde kurtulan öğrencilerin yüzdesi.



Risk Azaltma

Tekrarlama olasılığının azalması öğrenciler için mağduriyet güçlü dijital dayanıklılık yetenekleri geliştirmek.



Güven Büyümesi

Öğrencilerin özgüveninin artması Dijital dayanıklılık etkinliklerine katıldıktan sonra çevrimiçi zorlukların üstesinden gelmek programlar.

Dijital Dayanıklılığı Artırmak İçin Sınıf Stratejileri

- Senaryo Tabanlı Öğrenme: Gerçekçi dijital zorluklar sunun ve öğrencilere problem çözme süreçlerinde rehberlik edin, beceriler geliştikçe karmaşıklığı kademeli olarak artırın.
- Yansıtma Uygulamaları: Günlük tutarak, sınıf tartışmaları yaparak veya çevrimiçi etkileşimleri işleyen yaratıcı projeler aracılığıyla dijital deneyimler üzerine düzenli olarak yansıtmayı teşvik edin.
- Akran Danışmanlığı: Yaşça büyük veya dijital açıdan daha özgüvenli öğrencilerin, akranlarının çevrimiçi gezinme becerilerini geliştirmelerine destek oldukları programlar oluşturun.
- Başarısızlığa Olumlu Yaklaşımlar: Öğrencilerin çevrimiçi ortamda hata yapmaları ve ciddi sonuçlarla karşılaşmadan bunlardan ders çıkarmaları için güvenli alanlar yaratın.
- Dijital Vatandaşlık Projeleri: Öğrencilerin, akranları için olumlu çevrimiçi davranışları teşvik eden kaynaklar, kampanyalar veya araçlar oluşturmalarına katkıda bulunun.

Dijital dayanıklılık, geleneksel siber zorbalık önleme yaklaşımlarından önemli bir değişimi temsil eder. Bağlantılı dünyamızda giderek daha da imkansız hale gelen bir görev olan öğrencileri yalnızca çevrimiçi risklerden korumaya odaklanmak yerine, dayanıklılık oluşturma yaklaşımları, öğrencilere kaçınılmaz zorluklara rağmen dijital ortamlarda güvenle gezinme becerileri kazandırır.

Sonuç: Daha Güvenli Dijital Yaratmak Ortamlar

Siber zorbalıkla etkili bir şekilde mücadele etmek, anlayış, önleme, müdahale ve iş birliğini bir araya getiren çok yönlü bir yaklaşım gerektirir. Dijital teknolojiler gelişmeye ve öğrencilerin hayatlarına entegre olmaya devam ettikçe, eğitimciler gençlerin çevrimiçi ortamlarda güvenli ve sorumlu bir şekilde gezinebilecekleri ortamlar oluşturmada önemli bir rol oynamaktadır.

Kapsamlı Anlayış

Siber zorbalığa karşı etkili yanıtlar, zorbalığın benzersiz özelliklerini tanımakla başlar. anonimlik, geniş kitlelere ulaşma, 7/24 erişilebilirlik ve içeriğin viral olma potansiyeli. Siber zorbalığın nadiren tek başına gerçekleştiğini, ancak genellikle Geleneksel zorbalık ve diğer sorunlu davranışlar daha hedefli bir yaklaşıma olanak tanır müdahaleler.

Kanıt Dayalı Yaklaşımlar

Araştırmalar, tek seferlik müdahalelerin etkisiz olduğunu sürekli olarak göstermektedir. Bunun yerine, birden fazla öğrenme stratejisini, tekrarlanan deneyimleri, rol oynamayı ve tüm okulun katılımını içeren kapsamlı programlar daha iyi sonuçlar verir. Bu yaklaşımlar, öğrencilerin dijital dayanıklılığını geliştirirken hem önlemeyi hem de müdahaleyi ele almalıdır.

Beceri Geliştirme Odaklı

Farkındalığın ötesinde, etkili siber zorbalık önleme, belirli becerilerin geliştirilmesini gerektirir: problem çözme, kararlılık, empati, duygusal yönetim, çatışma çözümü, yardım arama ve olay yerinde müdahale. Bu beceriler, öğrencileri yalnızca siber zorbalıkla başa çıkma konusunda değil, aynı zamanda... ilgili çevrimiçi riskler.

İşbirlikçi Yanıtlar

Öğretmenler, veliler, okul yöneticileri, ve bazen kolluk kuvvetlerinin çalışması gerekir açıkça tanımlanmış rollerle birlikte iletişim kanalları. Bu iş birliği Özellikle ciddi vakalarda, tutarlı mesajlaşmayı ve gerektiğinde uygun şekilde tırmanmayı sağlar.

Eğitimciler İçin Temel Öneriler

Dijital vatandaşlık eğitimini ayrı bir konu olarak ele almak yerine müfredatın tamamına entegre edin.

Siber zorbalık olaylarının bildirilmesi ve bunlara yanıt verilmesi için net politikalar ve prosedürler oluşturun.

Senaryo tabanlı öğrenme ve yansıtma uygulamaları yoluyla öğrencilerin dijital dayanıklılığını geliştirin.

Ebeveynleri çevrimiçi güvenlik konusunda düzenli iletişim ve eğitim fırsatları aracılığıyla dahil edin.

Dijital platformlar ve ortaya çıkan çevrimiçi riskler hakkında güncel bilgi edinin.

Öğrencilerin çevrimiçi zorlukları rahatlıkla tartışabilecekleri sınıf ortamları yaratın.

Hem proaktif önleme stratejilerini hem de reaktif müdahale yaklaşımlarını uygulayın.

8. Siber zorbalığın hem hedeflerinin hem de faillerinin ihtiyaçlarını karşılayın ve her ikisinin de gerekebileceğini kabul edin.

Destek