

Modül 11. Çocuğunuz bir seyirci olduğunda



**Co-funded by
the European Union**

Bu modül, ebeveynlerin çocuklarını zorbalık durumlarında pasif seyircilerden aktif destekçilere dönüştürmelerine yardımcı olur. Kanıta dayalı stratejiler, pratik etkinlikler ve gerçek dünya örnekleri aracılığıyla, ebeveynler çocuklarını zorbalığa tanık olduklarında güvenli ve etkili bir şekilde müdahale etmeleri için nasıl güçlendireceklerini öğrenecekler. Belge ayrıca ebeveynlerin güvenlik konusundaki endişelerini ele alıyor, kararlılık geliştirmek için araçlar sunuyor ve zorbalık karşıtı politikaları güçlendirmek için okullarla nasıl iş birliği yapılacağını açıklıyor.

Ayakta Duranların Önemini Anlamak

Latané ve Darley tarafından 1969'da tanımlanan seyirci etkisi, tanık sayısı arttıkça müdahale olasılığının nasıl azaldığını açıklar. Bir "seyirci" zararlı durumlara aktif olarak müdahale ederken, bir "seyirci" pasif bir şekilde gözlemler. Bu ayrım, ebeveynlerin çocuklarının sosyal gelişimini yönlendirirken anlamaları için çok önemlidir.

Ebeveynler genellikle, başkalarını savunma davranışlarını teşvik etmenin çocuklarını misillemeye veya sosyal dışlanmaya maruz bırakabileceğinden endişe ederler. Bu endişeler geçerli olsa da, uygun bir hazırlıkla giderilebilirler. Şu önemli bakış açısını göz önünde bulundurun: Çocuklarımızı başkalarını savunmaya teşvik etmezsek, bir sonraki kurbanlar onlar olabilir. Onlara başkaları adına seslerini yükseltmeyi öğretmek, güvenliklerine ve sosyal gelişimlerine bir yatırımdır. Zorbalık durumlarında sessiz kalmak, suç ortaklığı olarak yorumlanabilir. Birçok okul, zorbalığı bildirmeyen veya eylemsizlikle göz yumuyor gibi görünen görgü tanıklarına yaptırımlar uyguluyor. Zorbanın yanında sessizce durmak gibi küçük eylemler bile, davranışın onaylanması olarak algılanabiliyor.

Ebeveynler Hayati Bağlantılar Olarak

Ebeveynler, çocuklar ve okullar arasında önemli bir bağ görevi görerek öğrencilerin zorbalığa ilişkin bakış açılarını şekillendirmelerine yardımcı olur. Her ebeveynin, okulların zorbalık karşıtı politikalarını ve koruyucu önlemleri anlama sorumluluğu vardır.

İletişimi Teşvik Etmek

Ebeveynler, çocuklarına konuşmanın kabul edilebilir olduğunu garanti edebilir ve zorbalık durumlarını öğretmenleriyle rahatça konuşmalarına yardımcı olabilirler. Ayrıca, mağdurları birleşip birlikte harekete geçmeye teşvik edebilirler.

Anlayış Oluşturma

Çocuğunuzla birlikte "Zorbalık: Birine Güvenli Şekilde Nasıl Yardım Edebilirsiniz" gibi eğitici videolar izlemek, seyirci kalmakla karşı çıkmak arasındaki fark hakkında anlamlı tartışmalar yapmanızı kolaylaştırabilir.

Çocuğunuzun Mevcut Rolünü Değerlendirme

Çocuğunuzun bir karşı çıkan mı yoksa bir seyirci mi olma eğiliminde olduğunu anlamak, olumlu müdahaleyi teşvik etmenin ilk adımıdır. "Karşı çıkan mı yoksa bir seyirci mi?" etkinliği, ebeveynlerin ve çocukların bu soruyu birlikte rehberli düşünme yoluyla keşfetmelerine yardımcı olur.

Ebeveynlere Sorular

- Çocuğunuzun hangi kategoriye girdiğini düşünüyorsunuz: tanık olan mı yoksa seyirci olan mı?
- Çocuğunuzun zorbalığa maruz kalması durumunda ona yardım edecek arkadaşlarının olduğuna inanıyor musunuz?
- Başka bir çocuk zorbalığa maruz kalsa çocuğunuz olaya müdahale eder miydi?
- Çocuğunuz zorbalığa maruz kalsaydı, bunu size anlatacak kadar size güvenir miydi sizce?

Çocuklar İçin Sorular

- Kendinizi bir karşı çıkan mı yoksa bir seyirci mi olarak görüyorsunuz?
- Bir arkadaşınızın zorbalığa uğradığını görseniz ona yardım eder misiniz?
- Zorbalığa uğrayan bir yabancıya yardım eder misiniz?
- Eğer zorbalığa maruz kalsaydınız bunu ilk kime söylediniz?

Hem siz hem de çocuğunuz bu soruları yanıtladıktan sonra, bakış açılarındaki farklılıkları analiz etmek ve tartışmak için zaman ayırın. Bu sohbet, çocuğunuzun sosyal durumlardaki değerleri, korkuları ve karar alma süreçleri hakkında önemli bilgiler ortaya çıkarabilir. Ayrıca, olası yanlış anlamaları gidermek ve dik durmanın önemini pekiştirmek için bir fırsat sunar.

Çocukların tepkilerinin, empati, özgüven ve sosyal farkındalıkları arttıkça zamanla değişebileceğini unutmayın. Benzer sorular kullanarak düzenli kontroller yapmak, çocuğunuzun gelişimini takip etmenize ve ek destek veya rehberliğe ihtiyaç duyabilecekleri alanları belirlemenize yardımcı olabilir.

Müdahalede Güvenliğin Öğretilmesi

Çocuğunuzu dik durmaya teşvik ederken, kişisel güvenliği en önemli öncelik olmalıdır. Çocuklara, zorbalık içeren bir duruma müdahale etmeden önce güvenliğini değerlendirmeyi öğretmek çok önemlidir. Doğrudan müdahale güvenli gelmiyorsa, onları yine de olumlu bir fark yaratabilecek dolaylı stratejilere yönlendirin.

Durumu Değerlendirin

Çocuğunuza, zorbanın fiziksel olarak saldırgan görünüp görünmediğini veya yakınlarda yetişkinler olup olmadığını durup değerlendirmeyi öğretin. Bir durumun doğrudan müdahale edilemeyecek kadar tehlikeli olabileceğini gösteren uyarı işaretlerini fark etmelerine yardımcı olun.

Daha Güvenli Seçenekleri Göz Önünde Bulundurun

Doğrudan müdahale riskli görünüyorsa, davranışı güvendiğiniz bir yetişkine bildirmek, gerginliği azaltmak için dikkat dağıtma teknikleri kullanmak veya olaydan sonra mağdura destek olmak gibi alternatifleri teşvik edin.

Sonrasında Desteyinizi Gösterin

Hemen müdahale mümkün olmasa bile çocuklar, mağdurları gruplarına katılmaya davet ederek, duygusal destek sunarak veya sadece olanların yanlış olduğunu kabul ederek onlara karşı nazik davranabilirler.

Çocuğunuza, zorbalık durumunda kendi güvenliğinin de diğer herkes kadar önemli olduğunu hatırlatın. Onlara dürtüsel kararlar yerine düşünceli değerlendirmeler yapmayı öğreterek, hayatları boyunca onlara fayda sağlayacak muhakeme becerileri geliştirmelerine yardımcı olursunuz. Çocuğunuzla varsayımsal senaryolar kullanarak güvenlik değerlendirmesi yapın. "Koridorda birinin zorbalığa uğradığını görseydiniz ne yapardınız?" veya "İçeri girmenin güvenli olup olmadığını nasıl anlarsınız?" gibi sorular sorun. Bu sohbetler, kişisel güvenliğin önemini pekiştirirken eleştirel düşünme becerilerinin gelişmesine yardımcı olur.

Grup Müdahalesinin Gücü

Bir grup olarak müdahale etmek, tek başına hareket etmekten daha güvenli ve etkili olabilir.

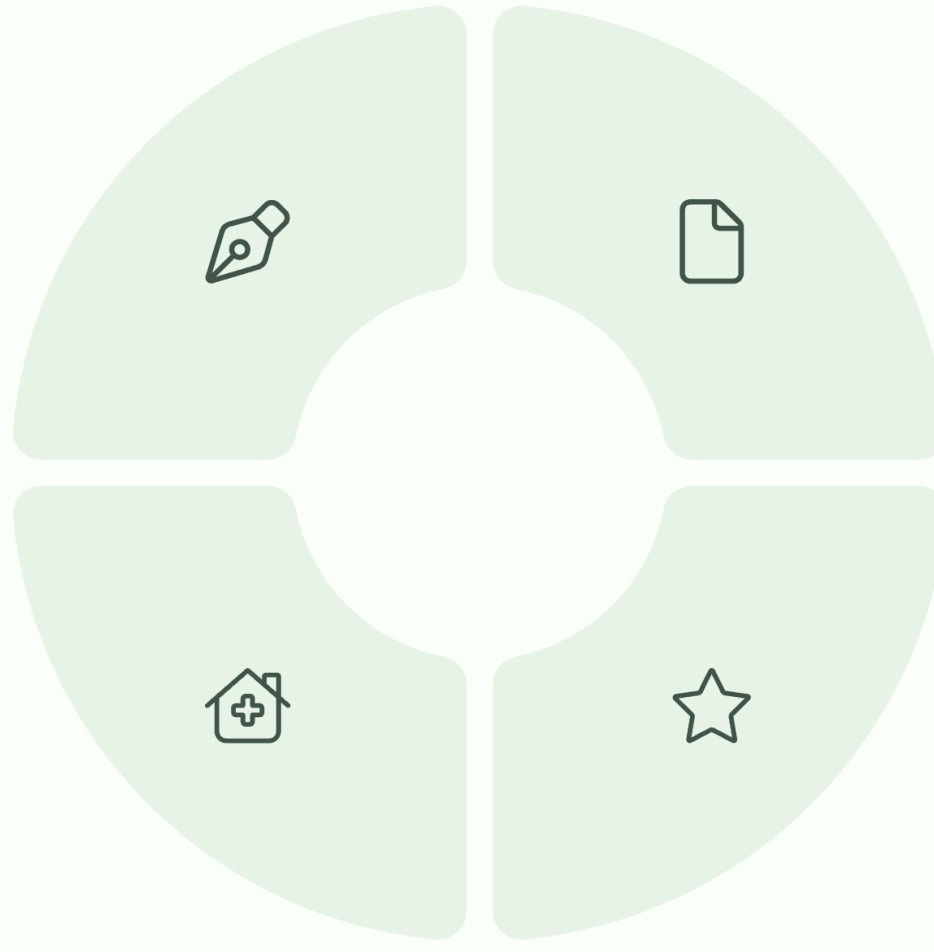
Çocuğunuzun güvendiği ve yanında rahat hissettiği akranlarını (benzer değerleri paylaşan arkadaşları, sınıf arkadaşları veya takım arkadaşları) belirlemesine yardımcı olun. Onları, nezaket ve adaleti savunmak konusunda bu akranlarıyla konuşmaya teşvik edin ve zorbalık yaşandığında müdahale etme konusunda ortak bir kararlılık yaratın.

Liderliği Ele Almak

Çocuğunuz grup müdahalelerini organize etmede inisiyatif alırsa, diğerleri de muhtemelen onu takip edecektir. Ona "Hadi onlarla oturalım" veya "Öğretmene birlikte söylemeliyiz" gibi basit ifadeler öğretin.

Güven Oluşturma

Çocuğunuzun gerçek durumlarda güvenli ve etkili bir şekilde hareket etme becerisine olan güvenini artırmak için evde farklı zorbalık senaryolarına nasıl tepki vereceğini uygulayın.



Dayanışma

Göstermek

Mağdurun yanında durmak, zorbayla yüzleşmeden, daha fazla zorbalığı caydırabilir. Örneğin, öğle yemeğinde biri hedef alınırsa, grup destek göstermek için mağdurun yanında oturabilir.

Dikkat Dağıtıcı Şeyler Yaratmak

Çocuğunuza ve arkadaşlarına zorbalıktan dikkati başka yöne çekmeyi öğretin. Grup üyelerinden biri zorbayla sohbet başlatırken, diğerleri mağdurun olay yerinden uzaklaşmasına yardımcı olabilir.

Birlikte güç yaklaşımı yalnızca güvenlik sağlamakla kalmaz, aynı zamanda zorbalara davranışlarının sosyal olarak kabul edilemez olduğunu da gösterir. Birden fazla çocuğun zorbalığa karşı birlikte durması, bir sınıfın veya okulun sosyal dinamiklerini değiştirebilecek güçlü bir mesaj oluşturur.

Rol Yapma: Seyirciden Karşı Tarafa

Rol yapma, çocukların zorbalık durumlarında seçimlerinin etkisini anlamalarına yardımcı olan güçlü bir araçtır. "Karşı Duran Olmak ya da Olmamak" etkinliği, deneyimsel öğrenme yoluyla farklı tepkileri keşfetmenin yapılandırılmış bir yolunu sunar.

Etkinlik Talimatları

Basit bir zorbalık senaryosuyla başlayın, örneğin: "Okulunuzdaki bir çocuk boyu nedeniyle zorbalığa uğruyor." Ardından iki tur rol yapma oyunu oynayın:

1. Tur: Seyirci Rolü

Bu turda ebeveyn, zorbalık durumuna müdahale etmeyen bir seyirci rolündedir. Rol oyununun ardından çocuğunuzla şunları konuşun:

- Kimse yardım etmediğinde mağdur muhtemelen ne hissetmiştir?
- Bu eylemsizliğin uzun vadeli etkileri neler olabilir?
- Olaya karışmayan seyirci hangi duyguları yaşadı?

Müdahale etmemenin olumsuz etkilerini vurgulayın ve mağdurun desteksiz kaldığında yaşadığı duygusal durumu ön plana çıkarın.

Bu etkinlik, çocukların seçimlerinin gerçek etkisini görselleştirmelerine ve güvenli bir ortamda etkili müdahale stratejileri uygulamalarına yardımcı olur. Her iki rolü de deneyimleyerek, eylemlerinin veya eylemsizliklerinin zorbalık durumlarını nasıl etkilediğine dair daha derin bir anlayış kazanırlar.

Çocuğunuzun yaşına ve sosyal çevresine uygun ek senaryolar oluşturmayı düşünün. Ne kadar çok pratik yaparsa, gerçek hayattaki zorbalık durumlarıyla karşılaştığında kendini o kadar güvende ve hazırlıklı hisseder.

2. Tur: Ayakta Duran Rol

Aynı senaryoda, ebeveyn şimdi harekete geçen bir savunucu olmayı sergiliyor. Bu rol oyunundan sonra şunları tartışın:

- Davacı hangi özel eylemleri gerçekleştirdi?
- Bu eylemler mağdurun sonucunu nasıl değiştirebilir?
- Zorbalığı durdurmak için hangi farklı yöntemler kullanılabilir?

Saldırgana doğrudan durmasını söylemek, dikkatini durumdan başka yöne çekmek, mağduru desteklemek veya bir yetişkinden yardım istemek gibi çeşitli müdahale yöntemleri sunun.

Zorbalığa Karşı Mücadelede Okullarla İş Birliği

Birçok okul, zorbalıkla mücadele eğitimlerinin bir parçası olarak müdahale programlarını da bünyesinde barındırmaktadır. Bir ebeveyn olarak, bu programları anlamak ve mesajlarını evde pekiştirmek önemlidir. Çocuğunuzun okuluyla proaktif iletişim, zorbalığın önlenmesine yönelik tutarlı bir yaklaşım oluşturur.



Öğretmenlerle İletişim Kurun

Zorbalık karşıtı müfredatlarını anlamak için çocuğunuzun öğretmenleri ve yöneticileriyle iletişime geçin. Olaya müdahale eden kişilerin müdahalesini nasıl ele aldıkları ve olaya müdahale eden kişilerin davranışlarını tartışırken hangi dili kullandıkları hakkında



Okul Politikalarını Gözden Geçirin

Okulun zorbalık karşıtı politikalarını, zorbalığı bildirmeyen çevredekilere uygulanan sıfır tolerans politikaları da dahil olmak üzere öğrenin. Çocuğunuzun bu politikaları ve pasif kalmanın olası sonuçlarını anladığından emin olun.



Evde Güçlendirme

Tutarlı terminoloji ve yaklaşımlar kullanarak evde zorbalıkla ilgili okul derslerini tartışın. Bu pekiştirme, çocukların her ortamda dik durmanın önemini içselleştirmelerine yardımcı olur.



Geri Bildirim Sağlayın

Okulun zorbalıkla mücadele çalışmalarıyla ilgili gözlemlerinizi veya endişelerinizi yöneticilerle paylaşın. Bir ebeveyn olarak bakış açınız, bu programların iyileştirilmesinde değerlidir.

Ebeveynler ve okullar birlikte çalıştığında, çocuklar dik durmanın önemi konusunda tutarlı mesajlar alırlar. Bu iş birliği, zorbalığı önleme konusunda her iki tarafın da tek başına çalışmasından daha etkili, toplum çapında bir yaklaşım oluşturur.

Okul zorbalığıyla mücadele girişimlerinde veya okul iklimine odaklanan veli komitelerinde gönüllü olmayı düşünün. Katılımınız, çocuğunuza tüm öğrenciler için güvenli ve destekleyici ortamlar yaratmaya ne kadar önem verdiğinizi gösterecektir.

Güvenilir Yetişkinlere Bildirimi Teşvik Etmek

Çocuklar, "iftiracı" olarak etiketleneceklerinden korkarak, yetişkinleri zorbalık durumlarına dahil etmekten genellikle çekinirler. Bu isteksizlik, zorbalığın kontrolsüzce devam etmesine yol açabilir. Ebeveyn olarak, ihbarcılığı "iftira" olarak değil, sorumluluk ve cesaret gerektiren bir eylem olarak yeniden çerçeveleyebilirsiniz.

Güvenilir Yetişkinleri Belirleme

Çocuğunuzun okulda güvendiği yetişkinleri (öğretmenler, rehber öğretmenler, koçlar veya yöneticiler) belirlemesine yardımcı olun; onlara rahatlıkla yaklaşabilir. Birini güvenilir kılan şeyin ne olduğunu ve bu yetişkinlerin zorbalığı etkili bir şekilde durdurmaya nasıl yardımcı olabileceğini tartışın.



Çocuğunuzun, sorunlar ortaya çıkmadan önce bu yetişkinlerle ilişki kurmaya teşvik edin.

Çocuklar okul personeliyle bağlantı kurduklarında, ihtiyaç duyduklarında yardım isteme olasılıkları daha yüksek olur.

Bildirdikten Sonra Takip Etme

Çocuğunuza, sorunun ele alındığından emin olmak için yetişkinlerle iletişim kurmanın önemini öğretin. Bu takip, ısrarcılığın bir göstergesidir ve çocuğunuzun durumu çözme konusunda ciddi olduğunu gösterir. Ayrıca, bazen karmaşık sorunların sürekli dikkat gerektirdiğini anlamalarına da yardımcı olur.

Zorbalığı bildirmek, birini başını belaya sokmak anlamına gelmez; herkesin güvenliğini sağlamak ve tüm öğrenciler için daha iyi bir ortam yaratmak anlamına gelir.

Çocuğunuzla zorbalık konusunda bir yetişkine nasıl yaklaşacağını pratik edin. Farklı senaryolar canlandırın ve tanık oldukları şeyi açıklamak için net ve özlü yollar geliştirmelerine yardımcı olun. Örneğin: "Ders aralarında koridorda birinin küçük bir öğrenciyi defalarca ittiğini gördüm" ifadesi, "Birisi kötü davranıyordu" ifadesinden daha faydalıdır.

Çocuğunuza, yetişkinlerin zorbalık durumları hakkında bilgi sahibi olmak istediklerini ve bildirimin okul topluluğunda olumlu bir değişim yaratmanın önemli bir yolu olduğunu güvence altına alın.

Rol Modelleriyle İlham Vermek

Ergenler genellikle ebeveynlerinin veya öğretmenlerinin söylediklerinden çok medya figürlerinden ilham alırlar. Zorbalığın üstesinden gelip nezaketin savunucusu olan ünlülerden bahsetmek, ergenleri dik durmaya motive etmede özellikle etkili olabilir.



Lady Gaga

Lady Gaga, okul yıllarında ciddi bir zorbalığa maruz kalmış, görünüşü, tiyatro sevgisi ve benzersiz kişiliği nedeniyle alay konusu olmuştu. Bu deneyimlerin kendisini tanımlamasına izin vermek yerine, onları müziğine ve aktivizmine kanalize ederek gençlere daha iyi bir dünya inşa etmeleri için güç vermek amacıyla Born This Way Vakfı'nı kurdu.



Emma Watson

Harry Potter'daki Hermione Granger rolüyle tanınan Emma Watson, çocuk oyuncuyken ve daha sonra feminist savunuculuğu nedeniyle zorbalık ve eleştirilere maruz kaldı. BM Kadın İyi Niyet Elçisi oldu ve toplumsal cinsiyet eşitliğini savunarak herkesi ayrımcılığa karşı durmaya teşvik eden HeForShe kampanyasını başlattı.

Bu örnekler, ergenlere son derece başarılı insanların bile zorbalıkla karşılaştığını ve bu deneyimlerin olumlu değişim için katalizör olabileceğini gösteriyor. Ergeninizin deneyimlerini, hayran olduğu kişilerin deneyimleriyle ilişkilendirerek, kendi hayatlarındaki büyüme ve etki potansiyelini görmelerine yardımcı olabilirsiniz.

Çocuğunuzu, zorbalık veya ayrımcılığın üstesinden gelmiş diğer ünlüleri veya tarihi figürleri araştırmaya teşvik edin. Bu araştırma, dayanıklılık ve başkaları için ayağa kalkmanın önemi konusunda daha geniş bir bakış açısı geliştirmelerine yardımcı olabilir. Birçok ünlü, zorbalıkla mücadele eden vakıflar veya kampanyalar kurmuştur ve bu da ek kaynaklar ve ilham sağlayabilir.

İddialılık Becerileri Geliştirme

İddialılık, çocukların zorbalık durumlarında kendilerini ve başkalarını savunmalarını sağlayan önemli bir beceridir. İddialı bir genç, zorbalığa tanık olduğunda müdahale etme olasılığı daha yüksektir ve akranları için sosyal sorumluluk ve cesaret örneği olabilir.

Araştırmalar, öğrencilerin yakın bir arkadaşları söz konusu olduğunda, başkalarına karşı yüksek empati gösterdiklerinde ve zorbalık karşıtı değerleri benimseyen bir gruba ait olduklarında daha dik bir duruş sergileme olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Kendine güven eğitimi, çocukların öz güven, öz saygı ve öz yeterliliklerinde gelişme sağlayarak olumsuz tutum ve tepkilerini değiştirmelerini sağlayabilir.

"Kendinizi Güvenle Savunun" Etkinliği

Bu yapılandırılmış etkinlik, gençlerin rehberli uygulama ve düşünme yoluyla iddialılık becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur:

Hazırlık

"Sınıfın önünde biri kıyafetinizle ilgili sizinle dalga geçiyor" veya "Sınıf arkadaşlarınızdan biri koridorda itiliyor" gibi çeşitli zorbalık senaryolarını içeren dizin kartları oluşturun. İddialı, agresif ve pasif tepkiler arasındaki farkı açıklayın.

Rol Yapma

Her senaryoya sırayla canlandırın. Ebeveyn zorba, kurban veya seyirci rolünü üstlenirken, gençlerin sakın sözcükler, özgüvenli beden dili ve göz teması kurarak iddialı bir şekilde yanıt verme alıştırmaları yapsın. Farklı bakış açıları sunmak için rolleri değiştirin.

Isınma Tartışması

Zorbalık durumlarında iddialı olmanın neden önemli olduğu hakkında çocuğunuzla konuşun. "İddialı olmak durumu nasıl daha iyi hale getirebilir?" ve "Kendini savunmak ile saldırgan olmak arasındaki fark nedir?" gibi düşündürücü sorular sorun.

Yansıma ve Uyum

Her senaryodan sonra, neyin işe yaradığını, konuşmanın nasıl bir his olduğunu ve bir dahaki sefere nelerin değiştirilebileceğini tartışın. Düşüncelerinizi ifade ederken veya sınırlarınızı belirlerken sakın, açık ve saygılı kalmaya vurgu yapın.

İddialılık becerilerini güçlendirmek için, çocuğunuzun kişisel bir "özgüven mantrası" oluşturmaya yardımcı olun; bu, kendisi veya başkaları için ayağa kalkma konusunda endişe duyduğunda kullanabileceği kısa ve güçlendirici bir ifadedir. Örnekler arasında "Konuşma hakkım var", "Kendime güvenebilirim ve saygılı olabilirim" veya "Doğru olanı savunurum" yer alır.

Ayakta Duran Kiři Müdahalesinde Temel Faktörler

Bir çocuğun zorbalık durumlarına müdahale etme olasılığını etkileyen faktörleri anlamak, ebeveynlerin hedefli destek ve teşvik sağlamalarına yardımcı olabilir. Araştırmalar, ebeveynlerin farkında olması gereken, dik başlılık davranışının birkaç temel belirleyicisini belirlemiştir.



İlişki Yakınlığı

Öğrencilerin yakın bir arkadaşları zorbalık olayına karıştığında müdahale etme olasılıkları önemli ölçüde daha yüksektir. Bu durum, arkadaş ağlarının dik başlı davranışları teşvik etmedeki önemini vurgulamaktadır.



Empati Geliştirme

Başkalarına karşı yüksek düzeyde empati gösteren çocukların, zorbalığa tanık olduklarında harekete geçme olasılıkları daha yüksektir. Empati, mağdurun sıkıntısını anlamalarını sağlar ve müdahaleyi teşvik eder.



Grup Değerleri

Zorbalık karşıtı değerleri benimseyen bir akran grubunun parçası olmak, saldırgan davranış olasılığını önemli ölçüde artırır. Bir çocuğun arkadaş grubundaki sosyal normlar, davranışlarını güçlü bir şekilde etkiler.

İddialılık eğitiminin zorbalıkla mücadelede etkili bir strateji olduğu kanıtlanmıştır. Mağdurların öz güvenini, öz saygısını, öz yeterliliğini ve iddialılığını geliştirerek olumsuz tutum ve tepkilerini değiştirmelerini sağlar. İddialı bireyler, destekleyici ilişkiler kurma, zorbalığa karşı kendilerini koruma ve suçluluk duymadan veya başkalarının haklarını ihlal etmeden hem olumlu hem de olumsuz düşüncelerini ifade etme konusunda daha yeteneklidirler.

Belki de en önemlisi, kararlılık geliştirmek, çocukların kendilerini ve başkalarını zorbalığa karşı savunma haklarına dair farkındalıklarını artırır. Bu farkındalık, zorbalığın hoşgörülle karşılanmak yerine sürekli olarak sorgulandığı bir kültür yaratmak için temel önem taşır.