



Sayı:17
Nisan 2022

T.C. LONDRA EĞİTİM MÜŞAVİRLİĞİ

REHBERLİK E-BÜLTENİ

ZORBALIK / SİBER ZORBALIK

ZORBALIK

✓ Çocuğunuz zorbalığa maruz kaldıysa veya kendisi zorbalık yaptıysa bunun nedenlerini öğrenmeye çalışınız.

✓ Çocuğunuzun duygularını ve hissettiklerini anlamaya çalışınız.

✓ Kendi duygularının ve başkalarının duygularının neden önemli olduğuyla ilgili sohbetler ediniz.

✓ Çocuğunuza başkalarının duygularını anlayabilmeyi ve kendisini ifade edebilmeyi öğretiniz.



✓ Çocuğunuza her konuyu sizinle paylaşabileceğini söyleyiniz.

✓ İstemediği ve kendisini rahatsız eden şeylere 'Hayır.' demeyi öğretiniz.

✓ Çocuğunuzun korkularını, sevdiği ve sevmediği konuları öğrenmeye çalışınız, sevdiği etkinliklere katılmasını sağlayınız.

✓ Çocuğunuzun arkadaşlarını tanımaya çalışınız.

✓ Çocuğunuzun okuluyla iletişim halinde olunuz, çocuğunuza yardımcı olamadığınızı düşündüğünüzde mutlaka ilgili kişilerden gerekli yardımı alınız.

✓ Çocuğunuz zorbalık yaptıysa bu davranışının sonuçlarını, kendisini ve başkalarını nasıl etkilediğini fark etmesini sağlayınız.

✓ Kendisinden kaynaklı olumsuz bir durum olsa bile mutlaka sizinle paylaşmasını söyleyiniz.



✓ Bazen çocukların kendileri de zorbalığa uğradıklarını fark edemeyebilirler, bu durumu anlayamayabilirler ve kendilerini ifade etmekte zorlanabilirler, bu nedenle çocuğunuzun iyi gözlemleyiniz, çocuğunuzun davranışlarında değişiklikler olursa sebeplerini bulmaya çalışınız.



✓ Çocuğunuza onu kimsenin korkutamayacağı güvenini veriniz, her hangi bir durumla ilgili korkusunu sizinle paylaşırsa bu duygusunu küçümsemeyiniz, birlikte çözüm bulmaya çalışınız ve kendisine güvenmesini sağlayınız.

✓ Çocuğunuz zorbalık yaparsa veya zorbalığa maruz kalırsa bu durumu görmezden gelmeyiniz, neden öyle davrandığını bulmaya ve sorunları birlikte çözmeye çalışınız, gerektiğinde ilgili kişilerden yardım alınız.

✓ Çocuğunuza her konuda destek vereceğinizi kendisine hissettiriniz.

SİBER ZORBALIK

- ✓ Çocuğunuza günlük yaşamda olduğu gibi internet ortamında da başkalarını rahatsız edecek davranışlarda ve paylaşımlarda bulunmamasının, kötü ve kaba kelimeler kullanmamasının öneminden ve gerekliliğinden bahsediniz.
- ✓ İnternet ortamında nasıl zaman geçirdiği, hangi siteleri takip ettiği konusunda fikir sahibi olunuz.
- ✓ Çocuğunuza empati becerisi kazandırmaya çalışınız.
- ✓ Çocuğunuzu korkutmayınız.
- ✓ Çocuğunuza, internette veya günlük yaşamda kendisini rahatsız eden bir kişi olduğunda, onu rahatsız eden bir yazı, fotoğraf veya video gördüğünde mutlaka size haber vermesini söyleyiniz.
- ✓ Çocuğunuzun kitap okuması, anlama ve anladığını ifade etme becerileri geliştirmesine yardımcı olur.



- ✓ Çocuğunuzun size güvenmesini sağlayınız.

- ✓ Her zaman herkese karşı kibar ve saygılı olmanın önemiyle ilgili konuşunuz.
- ✓ Siz de çocuğunuza karşı kibar ve saygılı olunuz, onun sizden farklı bir birey olduğunu biliniz.
- ✓ Çocuğunuzla aranızda güçlü bir bağ oluşturunuz ve ona zaman ayırınız.
- ✓ Sevgi dolu, huzurlu ve herkesin birbiriyle iletişim halinde olduğu bir aile ortamı yaratınız.

KAYNAKLAR:

1-<https://twitter.com/egitimtakvimi1/status/1272911981650104322/photo/1>

2-<https://twitter.com/egitimtakvimi1/status/1272413993714548736/photo/1>

3-<https://twitter.com/egitimtakvimi1/status/1269885095449632768/photo/1>

4-https://orgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2019_12/26113055_SYBER_ZORBALIK.pdf

5-https://istanbul.meb.gov.tr/oer/MEB_Brosur2018/veli/02_akran_zorbaligi.pdf

6-https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/444865/Advice_for_parents_on_cyberbullying.pdf

7-https://www.antibullyingalliance.org.uk/sites/default/files/field/attachment/ABA_BULLYING_PACK_0.pdf

8-<https://www.saferinternet.org.uk/blog/cyberbullying-advice-parents-and-carers>

9-<https://www.bullying.co.uk/advice-for-parents/>

10-<https://www.unicef.org/end-violence/how-talk-your-children-about-bullying>

T.C. Londra Eğitim Múřavirliđi

First Floor 5-15 Cromer Street, London, WC1H 8LS

londra.meb.gov.tr