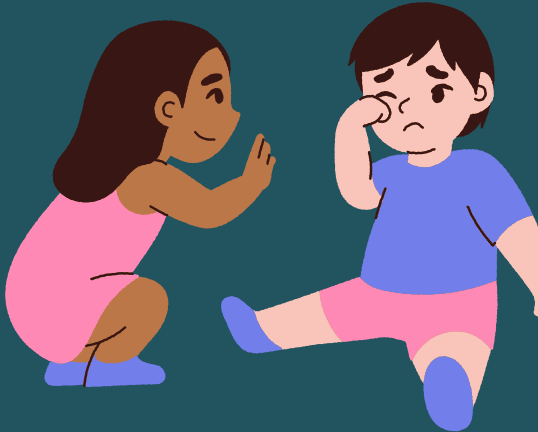


## Anaokulu Dönemi Çocuklarda Akran Zorbalığı

### Akran zorbalığı nedir ?

Çocukların fiziksel, sözel veya duygusal yollarla diğer çocuklara zarar verme, onlara baskı kurma veya onları dışlama davranışlarıdır. Zorbalık, çocukların gelişim çağında karşılaşılabileceği zor bir durumdur ve erken yaşta desteklenmediğinde kalıcı izler bırakabilir. Okul öncesi dönemde çocukların sosyal becerileri ve kendilerini ifade etme yetenekleri henüz gelişim aşamasında olduğundan, bazen çocuklar akran zorbalığını çözmekte zorlanabilirler.



**İşte çocuğunuzu bu konuda destekleyebilmeniz için bazı öneriler:**

### 1. Akran Zorbalığını Tanıyın

Okul öncesi çocuklarda zorbalık, fiziksel (örneğin itme, vurma), sözel (alay etme, isim takma) ya da sosyal (dışlama, oyunlara dahil etmeme) şeklinde kendini gösterebilir. Çocuğunuzun davranışlarını gözlemleyerek zorbalığa uğrayıp uğramadığını veya zorbalık yapan taraf olup olmadığını anlamaya çalışın.

### 2. Empatiyi Geliştirin

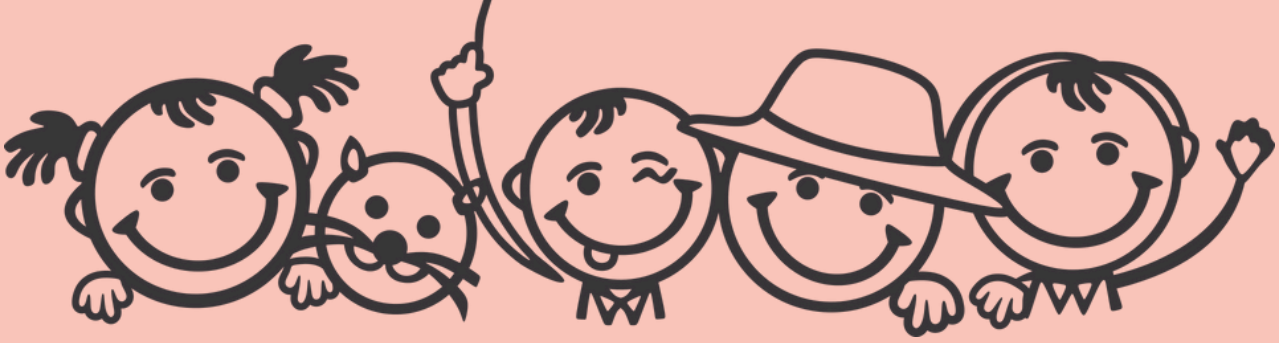
Çocuğunuza duyguları anlamayı ve başkalarının duygularını fark etmeyi öğretin. Örneğin, "Arkadaşın düştüğünde nasıl hissetmiş olabilirsin?" gibi sorularla onun empati yeteneğini destekleyin. Empati, zorbalık eğilimlerini azaltır ve çocuğunuzun diğer çocuklarla sağlıklı ilişkiler kurmasına yardımcı olur.

### 3. İletişime Açık Olun

Çocuğunuzla her gün onun neler yaşadığını, okulda veya oyun alanında nasıl hissettiğini konuşun. Özgürce ifade etmesine izin verin ve yaşadıklarını yargılamadan dinleyin. Böylece çocuğunuz, size her konuda güven duyacağını hisseder.

### 4. Zorbalıkla Nasıl Başa Çıkacağını Öğretin

Çocuğunuza zorbalığa uğradığında ne yapması gerektiğini basit bir dille anlatın. Örneğin, "Eğer biri sana vurursa, ona 'Hayır, bunu istemiyorum' diyebilirsiniz. Zorbalık durumunda hemen bir yetişkine (öğretmen, bakıcı vb.) haber vermesi gerektiğini vurgulayın.



#### **5. Pozitif Davranışları Ödüllendirin**

**Çocuğunuz olumlu sosyal davranışlar sergilediğinde (örneğin, bir arkadaşını oyuna davet ettiğinde veya ona yardım ettiğinde), onu övgü ve teşvikle destekleyin. Bu, çocuğunuzun pozitif sosyal becerilerini pekiştirmesine yardımcı olur.**

#### **6. Kendi Duygularınızı ve Örnek Davranışları Gösterin**

**Çocuğunuz sizin davranışlarınızdan çok şey öğrenir. Çatışma çözme, saygı gösterme, başkalarına anlayışla yaklaşma gibi olumlu davranışları kendi yaşantınızda sergileyerek ona örnek olun.**

#### **7. Eğitim Kurumuyla İşbirliği Yapın**

**Eğer çocuğunuz zorbalığa uğruyorsa ya da zorbalık yapma eğiliminde ise, okul veya anaokulu yönetimiyle iletişime geçin. Öğretmenlerden destek alarak, zorbalığa dair farkındalık kazandıracak sosyal etkinliklerin yapılmasını isteyebilirsiniz.**

#### **8. Duygusal Destek Sağlayın**

**Zorbalık, çocukların özgüvenine ve duygusal dünyasına zarar verebilir. Çocuğunuza onu her koşulda sevdiğinizi ve desteklediğinizi hissettirin. Gerekirse, bir uzmandan yardım almak da yararlı olabilir.**

**Okul öncesi dönemde çocuğunuzun güçlü sosyal beceriler geliştirmesi, gelecekteki ilişkilerinde de sağlıklı bireyler olmasına katkıda bulunacaktır.**

**Çocuğunuzun zorbalığa karşı daha dirençli olmasını sağlamak için onu sevgi, güven ve destekle güçlendirin. Bu şekilde, hem zorbalığa karşı kendini koruyabilir hem de empatik ve duyarlı bir birey olarak büyüyebilir.**

**Sevgilerimle...**

**Sosyal Psikolog**

**Diñçer BARUTCUGİL**

**YAPA EĞİTİM KURUMLARI GENEL MÜDÜRÜ**

