

Uzm. Diğdem Enerem,

Maltepe Üniversitesi Meslek Yüksekokulu
Çocuk Gelişimi Programı Öğretim Görevlisi

> Kendinizi, akademik çalışmalarınız ve uzmanlık alanlarınız doğrultusunda tanıtır mısınız?

Maltepe Üniversitesi Okul Öncesi Öğretmenliği Bölümün'den lisans, yine aynı yılda Maltepe Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümün'den çift anadal Yüksek Onur derecesiyle mezun oldum. Maltepe Üniversitesi Gelişim Psikolojisi Programı'ndan yüksek lisans derecesini aldım. 2017 yılından beri Maltepe Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümün'de öğretim görevlisi olarak görev yapmaktayım. Aynı zamanda beş yıl süreyle Sokakta Yaşayan ve Çalışan Çocuklar Uygulama ve Araştırma Merkezin'de "Okul Temelli Toplum Çalışmaları" kapsamında "bağlanma ilişkisinin tesisi yoluyla akran temelli terapötik yaklaşım" modeliyle çocuklar, öğretmenler ve ailelerle çalıştım. Çalışma alanlarım arasında Bilişsel Gelişim, Çocukluk Çağı Travmaları, Oyun Terapisi, Aile Eğitimi konuları bulunmaktadır.

> Gençler, zorbalığın bir güç göstergisi olmadığını aksine hem mağduru hem de zorbayı olumsuz etkileyen bir davranış olduğunu nasıl fark edebilir?

Gençlerin zorbalığı bir güç göstergisi olarak görmemelerini sağlamak, aslında onların empati, duygusal farkındalık ve sağlıklı ilişkiler kurma becerilerini geliştirmekle mümkündür. Zorbalık, kısa vadede kişiye güç duygusu verse de hem mağduru hem de zorbayı uzun vadede olumsuz şekilde etkileyen bir davranıştır. Bu farkındalığı kazandırmak için gençlere bütüncül bir bakış açısıyla yaklaşmak önem taşımaktadır. İlk adımda gençlerle zorbalığın kısa ve uzun vadeli etkilerini paylaşmak. Gençlerin zorbalığı sadece anlık bir güç göstergisi olarak görmesini engellemek için, zorbalığın uzun vadeli olumsuz etkilerini anlatmak, göstermek gerekir. Zorbalık, mağdurda özgüven kaybı, depresyon, anksiyete gibi psikolojik sorunlara yol açabilir. Zorbalık yapan kişi ise, aslında içsel bir boşluk ve yalnızlık hissiyle karşılaşır. Zorbalığın hem mağdurunu hem de zorbayı olumsuz yönde etkileyen bir davranış olduğunu gençlere göstermek, onların bakış açılarını değiştirebilir. İkinci olarak ailelerin de dahil olduğu empati ve duygusal farkındalık eğitimlerinin verilmesi son derece önemlidir. Çünkü çoğunlukla zorbalık, empati eksikliğiyle ilişkilidir. Gençlere, başkalarının duygularına duyarlı olmayı öğretmek, zorbalığın etkilerini anlamalarına yardımcı olur. Zorbalık yapan bir kişinin, mağdurun duygusal acısını anlaması sağlanarak empati kazandırılabilir. Gençlerin zorbalığı doğru bir şekilde anlaması, bu davranışın sadece bir güç göstergisi olmadığını fark etmelerine yardımcı olacaktır. Ardından Zorbalığı Tanımayı ve Önlemeyi, aynı zamanda zorbalığa karşı alternatif davranışların öğretilmesi önem taşır. Gençler, zorbalığı sadece fiziksel şiddetle sınırlı olarak görmemelidir. Zorbalık, alay etmek, dışlamak, küçümsemek ve duygusal manipülasyon gibi birçok farklı biçimde karşımıza çıkabilir. Gençlere, zorbalığın her türüsünü tanımayı öğretmek, bu davranışların nasıl olumsuz etkiler yarattığını anlamalarını sağlar. Gençlere, başkalarına zarar vermek yerine, güçlü ve sağlıklı ilişkiler kurarak kendilerini ifade etmenin yolları öğretilmelidir, gösterilmelidir. Zorbalık yaparak güç elde etmenin kısa vadeli bir çözüm olduğunu, ancak gerçek gücün saygılı ve empatik ilişkilerde yattığını anlatmak önemlidir. Güçlü bir insan, başkalarına zarar vermek yerine onları anlamaya çalışır ve birlikte çözümler arar. Bütün bunları gerçekleştirirken gençler, olumlu rol modellerine ve gerçek öykülere ihtiyaç duyarlar. Zorbalığı sonlandırmak için başarılı rol modelleri ve gerçek yaşam hikâyeleri, gençlere ilham verebilir. Zorbalık yaparak kazanılan geçici gücün yerine, empati, yardımlaşma ve dostane ilişkilerle kazanılan gerçek saygıyı anlatan örnekler gençlerin bakış açılarını değiştirebilir. Gençlere zorbalığa uğrayan kişilere nasıl destek olabileceklerini öğretmek, toplumsal sorumluluk

bilincini geliştirir. Zorbalığa uğrayan kişiye yanında durarak ve uygun bir biçimde zorba davranışı kınayarak güçlü bir mesaj verilebilir. Zorbalık sadece mağdura değil, zorba kişiye de zarar veriyor. Gençlerin zorbalığı bir güç gösterisi olarak görmelerinin önüne geçmek zaman alabilir, ancak bu farkındalık kazanıldığında, gençler hem kendi ilişkilerini hem de başkalarının ilişkilerini daha sağlıklı bir şekilde yönetebilirler. Zorbalığın ne mağdura ne de zorba kişiye uzun vadede fayda sağlamadığını anlattığımızda, gençler güçlü ve sağlıklı ilişkilerin önemini daha iyi kavrayacaktır. Elbette bütün bu sorumluluğu gençlerimize yükleyemeyiz, bu hepimizin sorumluluğu, zorbalığa karşı toplumsal bir farkındalık oluşturmak ve okul kültürünü değiştirmek de çok önemlidir. Zorbalığın kabul edilmediği, saygı ve hoşgörünün esas alındığı bir ortam yaratılması için hepimizin üzerine düşen görevler var...

➤ **Empati kurmalarını sağlamak adına, zorbalığa maruz kalan birinin yaşadığı duygusal ve psikolojik etkileri gençlere nasıl anlatabiliriz?**

Akran zorbalığının psikolojik etkileri üzerine yapılan araştırmalar, zorbalığı azaltmak ve önlemek amacıyla, özellikle empati ve hoşgörü gibi faktörlerin önemini vurgulamaktadır. Zorba bireylerin, başkalarının duygusal durumlarını anlama ve paylaşma konusunda bozulmuş yetenekleri olduğu görülmektedir. Empati, bir kişinin başkalarının duygusal durumlarını anlama ve onlarla bu duyguyu paylaşma becerisi olarak tanımlanır ve genellikle yüksek empati düzeyine sahip bireyler, zorbalığa karşı daha dirençli olabilirken, düşük empati düzeyine sahip bireyler zorbalık yapmaya daha yatkın olurlar. Çeşitli araştırmalar, zorba bireylerin genellikle zorbalık yapmayan akranlarına göre daha düşük empati düzeylerine sahip olduğunu ve bu düşük empati düzeyinin saldırganlıkla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Empati, duygusal empati (başkalarının duygularını hissetme) ve bilişsel empati (başkalarının duygularını anlama) olmak üzere iki boyutta değerlendirilebilir. Zorbalık yapan bireylerin, başkalarının duygularını anlamakta ve diğerlerinin kendileri hakkında ne düşündüklerini fark etmekte zorlandıkları gözlemlenmiştir. Bu da onların zorbalık davranışlarını sürdürmelerine neden olabilecek psikolojik bir eksiklik. Öte yandan, empati düzeyi yüksek bireylerin başkalarının duygusal tepkilerini daha iyi anlayabildikleri ve bu nedenle gelecekte zorbalık yapma olasılıklarının daha düşük olduğu belirtilmektedir. Bu da, empati eğilimlerinin artırılmasının zorbalığı engellemek bakımından etkili bir strateji olabileceğini gösteriyor. Bir diğer önemli faktör ise hoşgördür. Hoşgörü, karşılıklı anlayış ve saygı çerçevesinde insanlarla iletişim kurmayı ifade eder. Zorba bireyler, kendilerini ve başkalarını anlamada zorluk çekerken, hoşgörü seviyeleri de düşük olabilir. Bu eksiklik, onlara sınırlı problem çözme becerileri ve düşük dürtü kontrolü gibi özellikler kazandırır, bu da daha fazla zorbalık davranışına yol açabilir. Hoşgörü düzeyi yüksek olan bireyler saldırgan olmadığı gibi, daha yapıcı bir sosyal davranış sergileyebilirler. Araştırmalar, hoşgörü ve empati düzeylerinin yüksek olduğu gruplarda zorbalık ve şiddet davranışlarının daha az görüldüğünü ya da hiç görülmediğini ortaya koymuştur. Ergenlik dönemi, bireylerin kimliklerini oluşturdukları ve sosyal ilişkilerini şekillendirdikleri kritik bir dönemdir; bu dönemde empati ve hoşgörü gibi değerlerin güçlendirilmesi, zorbalık davranışlarının azaltılmasına büyük katkı sağlayabilir. Gençlere, zorbalığın sadece fiziksel değil, aynı zamanda duygusal ve psikolojik etkilerinin de çok derin olduğunu göstermek gerekir. Bu etkileri anlamalarına yardımcı olmak için, gerçek hayat örnekleri ve hikâyeler kullanmak etkili olabilir. Örneğin, zorbalığa uğrayan bir öğrencinin, sürekli alay edilme veya dışlanma nedeniyle özgüven kaybı yaşadığını, bu durumun depresyon, anksiyete ve yalnızlık gibi psikolojik sorunlara yol açabileceğini anlatabiliriz. Ayrıca, zorbalığın sadece kurbanı etkilemekle kalmayıp, çevresindeki kişilerin de ruh halini bozabileceği üzerinde durulabilir. Zorbalığa uğrayan birinin, kendisini güvensiz hissetmesi ve okulda her an tehdit altında hissetmesi, ayrıca onların derslere odaklanmalarını zorlaştırabilir ve sosyal ilişkilerinde güven sorunları yaşamalarına yol açabilir. Gençlerin bu duyguları daha iyi anlaması için, empati ve hoşgörü gelişimi üzerine duygusal ve sosyal becerilerin öğretilmesi konularında okulların rehber ve psikolojik danışmanları öğrencilere yönelik atölyeler ve seminerler düzenleyebilirler. Süreç içerisinde ebeveynlerin zorbalık olayları konusunda farkındalıklarını artırmaya ilişkin aile eğitimleri yapılabilir. Bu,

onlara zorbalığın etkilerini yaşatmasa da, bu tür davranışların ne kadar zararlı olduğunu fark ettirebilir. Ayrıca, zorbalığın mağdur üzerindeki etkilerinin uzun vadeli olabileceğini ve kişinin kendisini değersiz hissetmeye başlamasıyla sosyal yalnızlaşmaya girebileceğini vurgulamak, zorbalığa karşı duyarlılıklarını artırabilir. Son olarak, bu etkileri anlatırken genellikle zorbalığa uğrayan kişilerin yaşadığı acıların yalnızca bir "kurbanlık" hikâyesi olmadığını, aynı zamanda onlara yardım etmenin ne kadar önemli olduğunu da vurgulamak gerekir. Böylece gençler, zorbalığı sadece mağdurların bir sorunu olarak değil, toplumsal bir sorun olarak görmeye başlarlar ve bu konuda daha duyarlı bir tutum geliştirebilirler.

➤ **Gençlerin zorbalık yapmadan önce durup düşünmelerini sağlayacak hangi yöntemler etkili olabilir? Onlara kendilerini kontrol etmeyi nasıl öğretebiliriz? Öğretebilir miyiz?**

Gençlerin zorbalık yapmadan önce durup düşünmelerini sağlamak, aslında onların empati, öz denetim ve sorumluluk duygularını geliştirmeleriyle doğrudan ilgili. Bu süreç, elbette öğretilebilir ve üzerinde çalışılabilir. Özellikle ergenlik dönemindeki gençler, duygusal ve sosyal gelişim açısından çok hassas oldukları için, onlara kendilerini kontrol etmeyi öğretmek, bir davranış değiştirme sürecini gerektirir. Bunun için birkaç farklı yöntem etkili olabilir. İlk olarak, **düşünme ve duraklama teknikleri** çok önemli. Gençlere, zorbalık yapmayı düşündüklerinde bir an durup ne yapacaklarını gözden geçirmelerini öğretmek, çok etkili olabilir. Bu, basit bir "bir saniye dur, ne yapıyorum?" sorusu olabilir. Bu duraklama anı, bir davranışın duygusal sonuçlarını düşünmek için onlara fırsat tanır. Gençlere bu tür tekniklerin nasıl uygulanacağını öğretmek, onların hem kendilerini hem de başkalarını daha iyi anlamalarına yardımcı olabilir. **Empati geliştirme çalışmaları** da bu sırada çok değerli olacaktır. Gençlerin, zorbalık yapmadan önce, başkalarının ne hissettiğini anlamalarını sağlamak gerekiyor. Onlara, zorbalığa uğrayan birinin yerine kendilerini koymalarını ve bu durumda nasıl hissedeceklerini düşünmelerini sağlamak, onların daha fazla empati kurmalarına yardımcı olur. Yine, onlara "Bir arkadaşın sana böyle bir şey söyleseydi, kendini nasıl hissederdin?" gibi sorularla, zorbalığın duygusal etkilerini hissetmelerini sağlayabiliriz. Ayrıca, **öz denetim becerilerini geliştirmek** de çok önemli. Gençlerin duygusal anlarında kendilerini kontrol etmeyi öğrenmeleri, zorbalık yapmalarını engellemede etkili olabilir. Özellikle, kızgınlık ya da öfke gibi duyguları yönetebilmeleri için onlara nefes alma teknikleri, meditasyon ve rahatlama egzersizleri gibi yöntemleri öğretmek faydalı olabilir. Bu tür teknikler, anlık öfke patlamalarını ve impulsif davranışları (mantıklı ya da uyumsal olup olmadığına bakmaksızın, sonuçları göz önüne alınmadan, düşünülmeden yapılan, sağduyudan uzak davranış) kontrol altına almalarına yardımcı olabilir. **Alternatif davranışlar önerme** de önemli bir yöntemdir. Gençlere, zorbalık yerine kullanabilecekleri alternatif yollar sunmak, onların sağlıklı iletişim kurma becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur. Örneğin, bir sorunu fiziksel ya da sözlü şiddet yerine yapıcı bir şekilde ifade etmelerini öğretebiliriz. Kendi duygularını anlatmayı, bir olaya farklı açılardan bakmayı öğretmek, zorbalığın önüne geçmede önemli bir adım olabilir. Sonuç olarak, bu becerilerin hepsi öğretilebilir ve ergenler üzerinde çalışarak geliştirebilir. Bir yandan empati ve öz denetimi güçlendirirken, diğer yandan daha sağlıklı iletişim yolları ve duygusal farkındalık kazandırmak, gençlerin zorbalık yapmadan önce durup düşünmelerini sağlayacak ve bu tür davranışları azaltacaktır.

➤ **Zorbalığa karışan gençlerin farkında olmadan arkadaş çevrelerinde nasıl bir kültür oluşturduklarını anlamalarını sağlamak için nasıl bir farkındalık çalışması yapılabilir?**

Zorbalığa karışan gençlerin, aslında kendi davranışlarının sadece bireysel değil, çevrelerindeki arkadaş grubunu ve okul kültürünü nasıl etkilediğini anlamaları çok önemli. Gençlerin, zorbalık gibi olumsuz davranışların sadece kişisel bir sorun değil, grup dinamiklerini de etkileyen bir durum olduğunu fark etmelerini sağlamak için bir dizi farkındalık çalışması yapılabilir. Bu tür çalışmalar, onların toplumsal sorumluluk bilincini artırarak, hem kendi davranışlarını hem de çevrelerini daha dikkatli gözlemlemelerine

yardımcı olabilir. İlk olarak, **grup içi etkileşimlere odaklanarak** bir farkındalık oluşturmak önemli. Zorbalık yapan bir kişi, yalnızca mağduru değil, grup içindeki herkesin davranışlarını ve tutumlarını da etkileyebilir. Bir grup genç, birbirlerine karşı hoşgörölü ve saygılı olduklarında, doğal olarak olumlu bir sosyal ortam yaratırlar. Ancak zorbalıkla ilişkilenen bir kültür, grup içinde korku, dışlanma ve olumsuz duygulara yol açar. Gençlere, zorbalık yaptıklarında bu tür bir negatif kültürün nasıl oluştuğunu ve grup dinamiklerini bozan bir etki yarattığını anlatmak çok etkili olabilir. **Rol oynama çalışmaları** veya **grup içi senaryo analizleri** gibi etkinliklerle, gençlerin bu durumu bizzat deneyimlemelerini sağlamak faydalı olabilir. Örneğin, gençlere zorbalığa karışan bir grup ve onlara tanık olan diğer bireylerin nasıl hissettiği ile ilgili senaryolar verilebilir. Grup üyeleri, zorbalığa uğrayan kişiyle aynı durumda olmayı veya zorbalığa tanıklık etmeyi deneyimleyerek, bu davranışların sosyal çevrelerini nasıl şekillendirdiğini daha iyi anlayabilirler. Bu tür çalışmalarda, zorbalığın sadece mağduru değil, tüm grup dinamiklerini olumsuz etkilediğini anlamalarını sağlamak önemli. **Vaka çalışmaları** da etkili olabilir. Gerçek hayat örnekleri ve hikâyelerle, zorbalığa karışan gençlerin nasıl bir çevre yarattığı ve bunun hem kurban hem de zorba üzerinde uzun vadeli etkileri anlatılabilir. Örneğin, bir zorbalık olayının sonucunda bir grup öğrencinin nasıl sosyal bağlarını kaybettiklerini, güven sorunları yaşadıklarını ve okulda huzursuz bir ortam oluşturduklarını anlatmak, gençlerin bu davranışların sonuçları hakkında somut bir farkındalık geliştirmelerine yardımcı olabilir. Ayrıca, **liderlik ve sorumluluk duygusu** aşlamak da çok önemli. Gençlere, grubun içinde olumlu bir kültür oluşturmanın ve diğerlerine örnek olmanın ne kadar değerli olduğunu anlatmak, onların sorumluluk duygularını güçlendirebilir. Bu şekilde, grup içindeki sosyal dinamiklere dair farkındalıklarını artırarak, kendilerine ve başkalarına zarar vermeyen bir kültürün nasıl yaratılabileceğini gösterebiliriz. Sonuç olarak, zorbalığa karışan gençlerin, sadece bireysel olarak değil, sosyal çevreleri üzerinde de derin etkiler yaratabileceklerini fark etmeleri için, empati, grup dinamikleri ve sosyal sorumluluk üzerine çeşitli farkındalık çalışmaları yapılabilir. Bu tür çalışmalar, onların daha sağlıklı ve yapıcı bir sosyal ortam oluşturabilme becerilerini geliştirebilir.

➤ **Gençler, zorbalık yapan arkadaşlarını bu davranıştan vazgeçirmeye nasıl teşvik edebilir? Zorbalığa karşı durmak için hangi adımları atabilirler?**

Zorbalığa karışan gençlerin, kendi davranışlarının sadece kendilerini değil, aynı zamanda grup dinamiklerini ve okul kültürünü nasıl etkilediğini anlamaları çok önemlidir. Zorbalık, grup içindeki ilişkileri bozarak korku ve dışlanma gibi olumsuz bir atmosfer yaratabilir. Gençlere zorbalığın sadece bireysel bir sorun olmadığını, tüm grubu etkileyen bir durum olduğunu anlatmak için farkındalık çalışmaları yapılmalıdır. Bu çalışmalarda, grup içindeki etkileşimlere dikkat çekmek önemlidir. Zorbalık yapan kişi, yalnızca hedef aldığı kişiyi değil, tüm grubu etkiler. **Rol oynama çalışmaları** gibi etkinlikler, gençlerin zorbalığın etkilerini deneyimlemelerini sağlar ve grup dinamiklerini nasıl değiştirdiğini gösterir. Ayrıca, **gerçek hayat örnekleri** üzerinden zorbalığın toplumsal etkileri anlatılabilir, bu da gençlere davranışlarının uzun vadeli sonuçlarını anlamaları konusunda yardımcı olabilir.

Liderlik ve sorumluluk duygusu aşlamak da faydalıdır. Gençler, grup içinde olumlu bir kültür oluşturmanın önemini kavrayarak, daha sağlıklı ilişkiler kurabilirler. **Açık diyaloglar** ve **empati geliştirme egzersizleri** ile gençlerin zorbalığın etkilerini anlamaları ve empati kurmaları sağlanabilir. Ayrıca, **grup içi yansıtıcı çalışmalar** ve **sosyal sorumluluk** duygusunu geliştirmek, onların davranışlarının grup üzerindeki etkisini fark etmelerine yardımcı olabilir. Sonuç olarak, zorbalığa karışan gençlere, davranışlarının grup kültürünü nasıl dönüştürdüğünü ve toplumsal bir sorun yarattığını fark ettirerek, daha sağlıklı ve yapıcı bir sosyal ortam oluşturmaları sağlanabilir.

➤ **“Zorbalık okulda değil ailede başlar” sözünü kendi perspektifinizden açıkla mısınız? Zorbalığın kökenleri ailede mi şekillenir? Bu konuda düşünceleriniz nelerdir?**

"Zorbalık okulda değil ailede başlar" sözü, bağlanma teorisi ve psikolojik gelişim perspektifinden değerlendirildiğinde, çocuğun ailedeki duygusal bağlarının sosyal gelişim üzerindeki belirleyici rolünü vurgular. Aile, çocuğun ilk sosyal çevresi olarak, bağlanma stillerinin şekillendiği ve bu stilin daha sonraki yıllarda başkalarıyla olan ilişkilerini nasıl yönlendireceğini belirleyen temel bir ortamdır. Çocuğun bakım verenleriyle kurduğu bağ, onun daha sonraki yıllarda sosyal ortamlarda nasıl davrandığını ve zorbalık gibi olumsuz davranışların gelişip gelişmeyeceğini etkileyen bir temeli oluşturur. Bağlanma teorisi çerçevesinde, bir çocuğun güvenli bir bağlanma stiline sahip olması, onun kendini güvende hissetmesini sağlar ve dünyayı da güvenli bir yer olarak algılamasına yardımcı olur. Bu tür bir bağlanma stiline sahip çocuklar, duygusal ve sosyal açıdan sağlıklı ilişkilere sahip olurlar. Ancak, güvensiz bağlanma yaşayan çocuklar (örneğin, duygusal ihmal ya da aşırı kontrol edici ebeveyn tutumları) güven duygusunu yeterince geliştiremeyebilir, bu da onların başkalarına karşı duygusal kopukluklar yaşamalarına neden olabilir, empati geliştirmekte zorlanabilir ve bazen olumsuz tutumlar, saldırgan ya da zorba davranışlar geliştirmesine yol açabilir. Zorbalık, başkalarına zarar vermeyi, onları kontrol etmeyi ve güç elde etmeyi amaçlayan bir davranış biçimidir. Bağlanma teorisi, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin empatik yeteneklerinin daha yüksek olduğuna, dolayısıyla başkalarına zarar vermek yerine yardım etmeye daha eğilimli olduklarına işaret eder. Güvensiz bağlanma stiline sahip çocuklar ise sevgi ve kabul görmek için daha fazla mücadele edebilir ve bunu bazen başkalarını aşağılayarak veya manipüle ederek yapabilirler. Zorbalık, genellikle başkalarına zarar vermeyi, onları kontrol etmeyi ve güç elde etmeyi amaçlayan davranışlar olarak tanımlanır. Bağlanma teorisinde, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin empatik yeteneklerinin daha yüksek olduğu, dolayısıyla başkalarına zarar vermek yerine yardım etme eğiliminde oldukları vurgulanır. Oysa güvensiz bağlanma stiline sahip çocuklar, sevgi ve kabul görmek için daha fazla mücadele edebilir ve bunu bazen başkalarını aşağılayarak veya onları manipüle ederek yapmayı seçebilirler. Aile içindeki tutumlar ve ebeveynlik tarzları da zorbalık davranışlarının şekillenmesinde önemli bir rol oynar. Ailedeki bağlanma tarzı, zorbalığın temellerini şekillendiren bir faktör olabilir. Örneğin, aşırı otoriter, duygusal olarak ihmal edici ya da çocuğa sürekli eleştiri yönelten ebeveynler, çocuğun duygusal güvenliğini zedeler. Bu çocuklar, duygusal olarak kendilerini güvende hissetmedikleri için, sosyal ilişkilerde güç ve kontrol arayışına girebilirler. Ayrıca, evde şiddet, kavga ya da olumsuz rol modelleri görmek, çocukların zorbalık davranışlarını öğrenmesine ve kendi çevrelerine uygulamalarına yol açabilir. Ebeveynleri tarafından sevgi ve destek görmekte zorluk çeken bir çocuk, duygusal güvenliği ve sağlıklı ilişkileri öğrenmekte zorlanabilir. Bu çocuklar, kendilerini başkalarına karşı savunmasız hissettiklerinde, güç elde etmek ve kendilerini savunmak için zorbalığa başvurabilirler. Ayrıca, aile içindeki tutarsız davranışlar, çatışmalar veya aşırı otoriter tutumlar, çocuğun saldırgan ve zorba davranışlar sergilemesine neden olabilir. Bunun yanı sıra, ailede duygusal şiddet ya da ihmal yaşayan çocuklar, başkalarına karşı da benzer davranışlar sergileyebilir. Ailede sevgi, saygı ve hoşgöründen yoksun bir ortamda büyüyen bir çocuk, başkalarının duygularına karşı duyarsızlaşabilir, onları manipüle etmek ya da onlara zarar vermek gibi zorbalık davranışlarını normalleştirebilir. Sonuç olarak, zorbalığın kökenleri yalnızca okulda ya da dış dünyada değil, çok büyük ölçüde ailede şekillenir. Aile, bir çocuğun kişisel gelişiminde ve toplumsal ilişkilerde nasıl davranacağına dair temellerin atıldığı ilk yerdir. Bu nedenle, zorbalıkla mücadelede aile içindeki ilişkilerin sağlıklı olması ve duygusal destek sağlayan bir ortamın oluşturulması kritik öneme sahiptir.

Katkılarıyla