

SİBER ZORBALIK

ARALIK 2023

Değerli velilerimiz,
Bu ayki konumuz SİBER ZORBALIK.
Zorbalık maalesef okul çağı çocuklarda çok yaygın. Ancak bunu önlemenin yolları elbette var. Nasıl önleriz demeden önce "Zorbalık ve Siber Zorbalık nedir ne değildir" ona bir bakalım.

Zorbalık, fiziksel veya sözlü olabilen, bir kişi ya da grup tarafından uygulanan ve çoğunlukla kişilerin kendilerine göre güçsüz ya da zayıf kişileri hedef aldığı yüz yüze, tekrarlanan, saldırgan davranışlardır.

Siber zorbalık, dijital teknolojilerin kullanımıyla sosyal medyada, mesajlaşma platformlarında, oyun platformlarında kişiyi korkutmayı, kızdırmayı veya utandırmayı amaçlayan, tekrarlayan zorba davranışlardır.



Zorbalığın «Siberini» Nasıl Tanırız ?

- Elektronik cihazlar ve teknolojinin kullanılması
- Zarar verme/incitme isteği
- Güç dengesinde eşitsizlik
- Tekrarlayıcı olması
- Anonim kişi ya da kişilerden gelmesi
- Açık ve görülebilir olması veya gizli bir şekilde gerçekleşebilmesi



Siber Zorbalık Türleri



Siber Zorbalık



Siber zorbalık konusunun örnekleri şunlar olabilir:

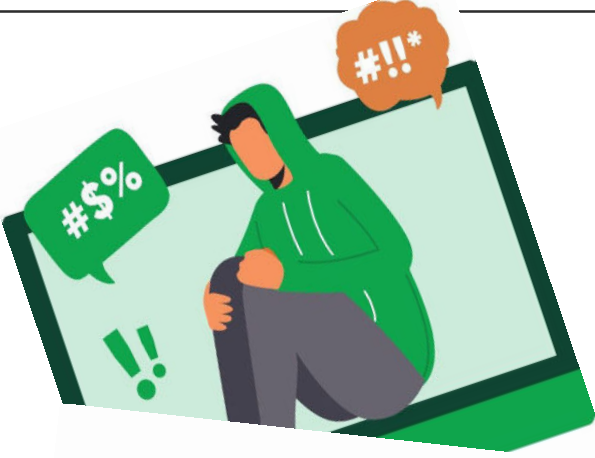
- Sosyal medyada birinin hakkında yalanlar yaymak veya utanç verici fotoğraflarını yayınlamak
- Mesajlaşma platformları aracılığıyla incitici mesajlar veya tehditler göndermek
- Birinin kimliğine bürünmek veya onun adına başkalarına mesajlar göndermek

Çocuğunuz Siber Zorba Olabilir mi?

- Daha önce zorba davranışları olduysa veya bizzat kendisi zorbalığa uğradıysa,
- Teknolojik cihazlar ile geçirdiği zaman ve aktiviteler ile ilgili konuşmalardan kaçınıyorsa,
- Birden çok çevrim içi hesap kullandığını veya hesaplarını sık sık değiştirdiğini fark ettiyseniz,
- Siz veya başkaları yakındayken teknolojik cihazların ekranlarını saklıyor, değiştiriyor veya kapatıyorsa,
- Dürtüsellik ve şiddete meyillilik ya da tepkisizlik ve içe kapanma gibi davranışsal değişiklikler gösterdiyse,
- Erişimi kısıtlandığında ya da reddedildiğinde üzülyorsa veya öfkeleniyorsa çocuğunuzla siber zorbalık ile ilgili konuşmanız gerekiyor olabilir.



Çocuğunuz Siber Zorbalığa Uğruyor Olabilir mi?



Çocuğunuz sizinle direkt olarak bu konu ile ilgili konuşmayabilir. Bu yüzden internette zorbalığa uğradığına dair olası işaretlerin farkında olmanız sizin için oldukça önemlidir.

oDaha önce kullanmaktan memnun olmasına rağmen, aniden bilgisayarı ya da cep telefonunu kullanmayı bırakması,

oBilgisayarını ya da cep telefonunu sizin görebileceğiniz bir yerde kullanmak istememesi,

oAnlık mesaj, fotoğraf veya e-posta bildirimi aldığı anda gergin veya huzursuz olması,

o"Okulda çok mutsuzum" veya "Hiç arkadaşım yok" gibi söylemlerinde artış olması,

Okula gitmek istememesi ya da giderken mutsuz veya huzursuz görünmesi gibi belirtiler çocuğunuzun siber zorbalığa uğradığının belirtileri olabilir

Ebeveynler Siber Zorbalığı Önlemek için Neler Yapabilir?

Hayatlarının diğer yönlerinde olduğu gibi çocuklarınızın çevrim içi dünyasına da ilgi gösterin, kullandığı teknolojileri araştırın. Çocuklarınız, içine doğdukları bu teknoloji çağını size anlatan ve gösteren öğretmenleriniz olabilir.

Makul sınırlar belirleyin. Kuralları mutlaka birlikte oluşturun.

Çocuklarınızın zorbalığa uğradığından şüpheleniyorsanız onlarla konuşun. Size her şeyi söyleyebileceklerinden ve onlara yardım edeceğinizden emin olmalarını sağlamalısınız.

Fiziksel dünyadaki arkadaşları hakkında soracağınız soruları çevrim içi arkadaşları için de sorun ve onları tanıyın.

Çocuklarınıza onları sevdiğinizi gösterin. Zorbalığa uğrayan çocuklar, depresyon, anksiyete, azalan öz saygı gibi çeşitli sorunlar açısından risk altındadır. Çocuklarınıza değerli olduklarını ve sorunun zorbalarda olduğunu hatırlatın.

Okulunuzda veya bölgenizde zorbalığı önleme çalışmalarına katılın. Çocuklara siber zorbalığı nasıl tanıyacakları ve önleyecekleri konusunda bilgi ve farkındalık sağlamak için verilebilecek eğitimleri teşvik edin.

İnterneti Güvenli Kullanım İçin İpuçları



İnternette veya sosyal medya hesaplarınızda kişisel bilgilerinizi paylaşmamaya özen gösterin.



Kırıcı yorumları, mesajları ve fotoğrafları bildirebilir ve bunların kaldırılmasını isteyebilirsiniz.



Hiçbir sosyal medya uygulaması, insanlara onları engellediğinizde, kısıtladığınızda veya şikayet ettiğinizde bildirim göndermez ve haberdar etmez.



Kullandığınız şifrelerin sadece sizin anlayabileceğiniz, tahmin edilmesi zor ve güçlü şifreler olabilmeleri için sayı, harf ve sembolleri birlikte kullanınız. Bilgilerinizin güvenliği için belirli aralıklarla tüm şifrelerinizi değiştirmeye çalışınız.



Akıllı telefonunuza indirdiğiniz uygulamaları onaylamadan önce telefonunuzdaki hangi kişisel bilgilere ve uygulamalara erişim istediğini kontrol ediniz.



Akıllı telefonlarınızda bulunan uygulama marketlerinin izin vermediği, güvenli olmayan uygulamaları indirmeyiniz.



Kullanılan teknolojik cihazlardaki (akıllı telefon, tablet, vb.) ve bu cihazlarda kullanılan uygulamalardaki gizlilik ayarlarını kontrol edin. Gizlilik politikaları güncellendiğinde, onay vermeden önce göz atmak, uygulamanın ne tür bilgilere ulaşacağını bilmek açısından faydalı olabilir.



Ücretsiz uygulamaların (sosyal medya platformları dahil) size bu hizmetleri bilgileriniz karşılığında sağladığını unutmayın.



Başka birinin hazırladığı içeriği paylaşmadan önce, bu içeriğin kaynağının ne olduğunu, kimin hazırladığını, nerede ve ne zaman hazırladığını araştırın. Paylaştığınız içerik gerçek olmayabilir.



Artık kullanmadığınız hesaplarınızı silin veya devre dışı bırakın. Eğer öylece bırakırsanız haberiniz bile olmadan ele geçirilmesi olasılığı vardır.

Değerli veliler,

Eğitimci olarak bizler gibi sizlerin de çocuklarımızın, zorbalığa uğramasını ya da zorbalık yapmasını istemediğinizi biliyoruz.

Sosyal medya üzerindeki takipçi sayılarının yüksek olmasının okul çağındaki çocuklar üzerinde büyük etkisi var. Sosyal medya hesaplarındaki takipçiler SİBER ZORBALIK söz konusu olduğunda izleyici konumunda oluyorlar. Zorba davranışların izleyicisinin çok olmasının ise bu davranışların devam etmesine ve hatta dozunun artmasına sebep olduğunu biliyoruz.

Bu sebeple siber zorbalığı önlemek için öğrencilerimizin takip ettiği sitelerin, sosyal medya hesaplarının neler olduğuna dikkat etmeniz; zorbalık yapıldığı bilinen sayfaların takip edilmesinin önüne geçmeniz gerekiyor.

Lütfen zorbalık yaptığı bilinen sayfaları çocuklarınızın takip etmesine engel olunuz. Bu tür sayfa ve gruplara dahil olmalarının, whatsapp ve benzeri iletişim yöntemleri ile başka öğrencilere zorbalık yapmalarının önüne geçiniz.

Bu tür istenmeyen davranışları sonlandırmamız ancak siz velilerimizin bu konudaki duyarlılığı ile gerçekleşebilir.

Kaynakça

<https://tbm.org.tr>

CAPİTOL ORTAOKULU

REHBERLİK SERVİSİ