

SİBER ZORBALIK NEDİR? ÖĞRENCİLERİ KORUMAK İÇİN NELER YAPMALIYIZ?

Siber zorbalık, sosyal medya, e-posta, mesajlaşma uygulamaları, kısa mesajlar, forumlar, oyunlar gibi bilgi paylaşımına izin veren çevrim içi ortamlarda yaygın hale gelen ve büyüyen bir sosyal sorundur. Siber zorbalık, bir kişiyi veya hedefi taciz etmek, tehdit etmek, işkence etmek veya aşağılamak için teknolojinin kullanılmasıdır. Kötü niyetli metinler gönderme, bir kişi hakkında çevrim içi yanlış bilgi yayınlama veya utanç verici fotoğraflar, videolar paylaşma siber zorbalık örnekleridir.

Siber zorbalığa maruz kalmak, gençlerin ve çocukların hayatında önemli bir stres kaynağıdır. Siber zorbalık, çocukların ve gençlerin duygularının incinmesine, utanmalarına ve hatta bazen korkmalarına neden olur.

Bir çocuk internete girdikten sonra öfke veya kaygı duygularını yaşıyorsa siber zorbalığa maruz kaldığının işaretlerinden biri olabilir.

Siber Zorbalığı Önlemek Neden Önemli

Siber zorbalığa maruz kalan çocuklarda, yaşadıkları strese bağlı olarak karın ağrısı, baş ağrısı, cilt problemleri gibi fiziksel rahatsızlıklar oluşabilir. Uyku ve yemek yeme alışkanlıklarında da bozukluklar görülebilir. Ayrıca ders notlarında da fark edilir bir düşüş gözlenebilir. Siber zorbalık, çocukların vakitlerini ve enerjilerini tükettiği için onların ders esnasında odaklanma konusunda sorun yaşamalarına da neden oluyor.

Ne yazık ki birçok çocuk internet uygulamalarını ve sosyal medya kanallarını kullanarak birbirlerini rahatsız edici mesajlar ve paylaşımlarla taciz ediyor. Siber zorbalığı önlemek için farkındalık ve tepki oluşturmak önemlidir. Çocukların çevrim içi ortamda ne yaptıklarını takip ederek onların, siber zorbalık ve çevrim içi diğer tehlikeli kullanıcılar tarafından tehdit edildiğinde nasıl davranacaklarını öğrenmelerine yardımcı olmak oldukça önemlidir.

Siber Zorbalık Nasıl Önlenir?

Yüz yüze zorbalığı tamamen önlemek imkansız olduğu gibi, siber zorbalığı da tamamen önlemek imkansızdır. Ancak ortaya çıkma olasılığını azaltmak ve siber zorbalık karşısında nasıl tepki verileceğini öğretmek için kullanabileceğimiz bazı stratejiler geliştirebiliriz. Siber zorbalığın ne olduğunu, bunu deneyimlemeyle ilgili riskleri, sosyal medyayı güvenli ve sorumlu bir şekilde nasıl kullanmaları gerektiği konusunda çocuklarla konuşmak ve bilgilendirmek çocukların farkındalık kazanmaları açısından oldukça önemlidir.

Siber Zorbalığı Önlemek için Ebeveynler Ne Yapmalı?

1. Çocuğunuzu Siber Zorbalığın Ne Olduğu ve Onu Nasıl Tanıyacağı Konusunda Bilgilendirin:

Çocuklar genellikle siber zorbalığın yetişkinlere göre daha az farkındadır. Çocuklarınıza siber zorbalık hakkında bilgi verin. Onların siber zorbalık hakkında ne bildiklerini öğrenmek için sorular sorun. “Siber zorbalık nedir? Zorbalığa uğrayan birini tanıyor musun? Siber zorbalıkla karşılaşırsan ne yapman gerekir?” gibi soruları sorarak çocuğunuzun bu duruma ne kadar dahil olduğunu anlayabilirsiniz.

2. Çocuğunuzla Güvenli Bir İletişim Ortamı Oluşturun:

Çocuğunuza yardım etmenin en iyi yolu, güvenli bir iletişim ortamı oluşturmaktır. Siber zorbalığa maruz kaldıkları zaman sizinle tartışmayacaklarını bildikleri, sizi onu anlayan bir kaynak ve destek sistemi olarak gördükleri iletişim ortamı, onlar için güvenli bir yol olacaktır.

3. Hesapları ve Cihazları Koruyun:

Siber zorbalığı ve benzer davranışları önlemek için, çocuğunuzun her çevrim içi her ortamda şifre kullanması önemlidir. Güçlü parolalar, hesaplarını ve cihazlarını korumanın etkili yollarından biridir.

Çocuğunuzu, şifrelerini en yakın arkadaşı dahil hiç kimseyle paylaşmaması gerektiği konusunda uyarın.

4. Gizlilik Araçlarını ve Ayarlarını Kullanın:

Çocuğunuzla birlikte her hesabı gözden geçirin ve gizlilik ayarlarını en güvenli ayarlar şeklinde düzenlemelerine yardımcı olun. Bu, hesapları gizli yaparak insanların onları etiketlemesini engelleyebilir. Ayrıca başkalarının çocuğunuza ait fotoğrafları paylaşmadan önce çocuğunuzdan izin almalarını sağlayabilirsiniz.

5. Kişisel Öğeleri Gizli Tutun:

Çocuklara, çevrim içi ortamda insanların her zaman iddia ettikleri kişiler olmayabileceğini, sahte hesaplar ve başkalarına ait resimler kullanarak kendilerini farklı tanıtabileceklerini anlatmalısınız. Çocuklar asla adreslerini, cep telefonu numaralarını veya e-postalarını çevrim içi olarak paylaşmamalıdır. Özel bilgilerini olabildiğince güvende tutmaları gerekir.

6. Konum Paylaşımını Yönetin:

Mobil cihazlar, kullanıcıların konumlarını arkadaşlarıyla paylaşmalarına izin verir. Konumlarını insanlarla paylaşırlarsa bu, yabancı kişilerin de çocuğunuzun her zaman nerede olduğunu bilecekleri anlamına gelir. Bu nedenle, çocuğunuza konumunu kimlerle paylaşıp kimlerle paylaşmayacağı konusunda bilgi vermek önemlidir.

7. Çevrim içi Etkinlikleri Takip Edin:

Çocuğunuzun çevrim içi ortamda, ne zaman, kiminle, ne yaptığını bilmek için telefon izleme uygulamalarını yükleyebilirsiniz. Bu uygulamalar; ebeveynlere, sosyal medya etkinliğinin izlenmesi, tüm metin mesajlarının görüntülenmesi, arama günlüklerine erişim izni verir. Çocuğunuzun telefonunu bu uygulamalar sayesinde uzaktan kontrol edebilirsiniz.

8. Paylaşım Göndermeden Önce Düşünmeyi Öğretin :

Siber zorbalara, çocuğunuzun gönderdiklerini alıp bir şekilde onlara karşı kullanırlar. Bu nedenle, çocuğunuzun gönderi yayınlamadan önce düşünmeye zaman ayırması için teşvik etmek faydalı olabilir. Ayrıca çocuklara itibarını tehlikeye atabilecek hiçbir şey yayınlamaması gerektiğini açıklamalısınız. İnsanların bizi çevrim içi ortamda nasıl gördüğümüze göre yargıladığını anlatmalı, paylaşımlarını tekrar düşünerek ve gözden geçirerek yapmaları gerektiğini söylemelisiniz.

Çocuklara, sosyal medyayı ve diğer çevrim içi araçları kullanmanın bir hak değil, sorumlu bir şekilde kullanamazlarsa ellerinden alınabilecek bir ayrıcalık olduğunu anlatmalısınız.

9. Sosyal Medya Denetimi Yapın :

Yaklaşık her ay, çocuğunuzla beraber onun sosyal medya hesaplarını inceleyin. Birlikte, hangi gönderilerin hesaplarından silinmesi gerekebileceğini belirleyin. Bu egzersiz onların ilerideki yaşamlarında okul ve iş başvurularında oldukça önemlidir.

Çoğu zaman, üniversite hayatlarında ve işe alım süreçlerinde yetkili uzmanlar başvuru sahibinin, kişiliği ve karakteri hakkında bir fikir edinmek için sosyal medya hesaplarına bakarlar. Çocuğunuzun gönderilerinin ve fotoğraflarının başkalarının faydalanmasını istediğiniz mesajı gönderdiğinizden emin olun.

10. Ortak Cihazları Kullanırken Oturumu Kapatmayı Unutmayın :

Çocuğunuza, okulda veya halka açık ortak kullanılan bilgisayarlar kullandıklarında, kullandıkları tüm hesaplardan çıkış yapmaları gerektiğini hatırlatın. Böyle bir durumda sadece sekmeyi kapatmak yeterli değildir. Başka biri, işlem tamamlandıktan hemen sonra bilgisayara girerse çocuğunuzun hesabına girerek şifreleri değiştirebilir ve hesabın kontrolünü ele geçirebilirler. Kontrolü ele geçirdikten sonra, çocuğunuzun kötü gösteren sahte gönderiler ve yorumlar yaparak çocuğunuzun kimliğine bürünebilirler.

11. Siber Zorbalara Yanıt Vermeyin:

Çocuğunuz eğer siber zorbalık yaşarsa siber zorbayla hiçbir şekilde tartışmamalı ve cevap vermemelidir. Siber zorbalılar duygusal bir tepki ararlar ancak cevap verilmediğinde tek taraflı iletişimde kalırlar. Bu durum karşısında çocuklarınıza tacizin ekran görüntülerini alıp kanıt

olarak kaydetmeleri gerektiğini anlatın. Bir siber zorbayı yetkili kurumlara bildirirken bu belgelere ihtiyaç duyulabilir.

12. Siber Zorbaları Bildirin :

Çocuklarınıza siber zorbalığa tanık olduğunda mutlaka size bildirmesi gerektiğini söyleyin. Bu sadece size neler olduğunu söylemeyi değil, aynı zamanda sosyal medya platformunun, internet servis sağlayıcısının ve gerekli kurumların bilgilendirilmesi için de önemlidir. Tacize son vermek için yetkili kurumlara başvurmanız bile gerekebilir.

Siber zorbayla karşılaştığınızda, zorbanın hesabını engellemek uygun bir adım olacaktır. Bunu yapmak, siber zorbalının farklı bir hesap kullanarak zorbalık yapmasını engellemez fakat onları yavaşlatır.

Çocuklarınız başkası için yapılan bir siber zorbalığa tanık olursa bu zorbalığa katılmaktan kaçınmalı ve bunun yerine mağdur olan kişiye destek olmalıdır. Bunun etkili yolu çevrim içi olarak tanık olduğu zorbalığı sorumlu bir yetişkine bildirmektir.

Unutmamak gerekir ki asıl mesele teknoloji ve internet değildir. Asıl sorun onu başkalarına zarar vermek için kullananlardır. Bu nedenle, teknolojiyi çocukların elinden almak veya internet erişimini engellemek sorunu çözmeyecektir. Bunun yerine, onlara güvenli ve sorumlu bir şekilde teknolojiyi nasıl kullanabileceklerini öğreterek ileriki yaşamları için onlara faydalı olacak farkındalıkları kazandırabiliriz.