



ALMANYA REHBERLİK BÜLTENİ



berlinem.meb.gov.tr

karlsruhe.meb.gov.tr

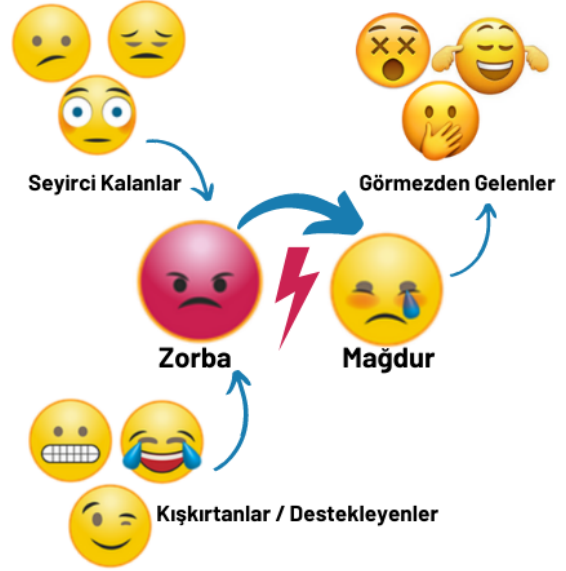
SUNUŞ

Değerli Veliler,
Sevgili Öğrenciler,

Berlin Eğitim Müşavirliği ve Karlsruhe Eğitim Ataşeliği'nin koordinasyonu ile uzman öğretmenlerden oluşan yayın kurumumuz tarafından hazırlanan Almanya Rehberlik Bülteni'nin 2021 yılı ikinci sayısını takdim ediyoruz. Bu sayıda mobbing (psikolojik taciz, psikolojik şiddet) konusu ele alınmaktadır.

Bu sayının hazırlanmasında emeği geçen öğretmenlerimize teşekkür eder, bültenin veli, öğrenci ve konuya ilgi duyan tüm vatandaşlarımıza faydalı olması dileğiyle keyifli okumalar dileriz.

Prof. Dr. Cemal Yıldız
Yayın Kurulu Başkanı



BU SAYIDA

Mobbing, Diğer Adıyla Sistemik Psikolojik Taciz **SAYFA 2**

Belirtileri **SAYFA 3**

Etkileri **SAYFA 3**

Nasıl Baş Edilebilir? **SAYFA 5**



MOBBİNG, DİĞER ADIYLA SİSTEMATİK PSİKOLOJİK TACİZ

Uluslararası literatürde sistematik duygusal, psikolojik taciz, psikolojik şiddet olarak açıklanan mobbing kavramı Türk Dil Kurumu tarafından "Bezdiri" olarak adlandırılmaktadır. Mobbing bir kişinin veya bir grubun istenmeyen kişi olarak ilan ettikleri başka birini dışlaması, itaat etmeye zorlaması ve baskı, kuşatma, psikolojik taciz, aşağılama, tehdit, yıldırma şeklinde gerçekleşen duygusal bir saldırıdır. Mobbinge uğrayan kişiler gördükleri zararın büyüklüğü ve etkisi ile günlük işlerini yapamaz duruma gelmektedirler.



"Mobbingde tacizi yapan kişi ile mağdur olan kişi arasında bir güç eşitsizliği bulunmaktadır. Kurban konumundaki kişi sürekli kaybeden taraftır."

Mobbingden bahsedebilmemiz için yaşanan çatışmanın, baskının, psikolojik tacizin yani rahatsız edici davranışların kasıtlı, sürekli ve sistemli olması, kurbanı sindirme amacı taşıması gerekmektedir. Anlık, stresten kaynaklanan sorunlar kastedilmemektedir. Uzmanlar bir çatışmanın mobbing olarak adlandırılabilmesi için, rahatsız edici davranışların en az altı aylık bir süredir devam ediyor olması gerektiğini belirtmektedir.

Mobbing uygulayan kişiye **zorba**, mobbinge maruz kalan kişiye ise **mağdur/kurban** denir. Mobbing okulda, işyerinde, internette, evde karşımıza çıkabilir.



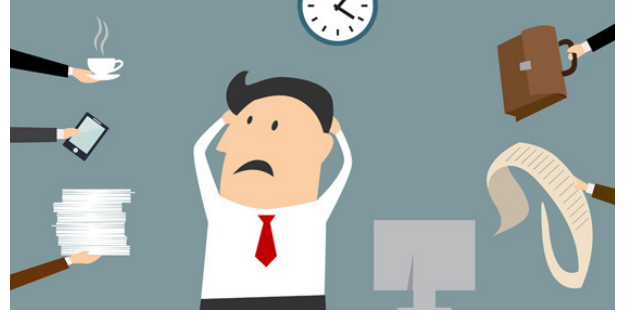
BELİRTİLERİ

Zorbalar mağdur rolündeki kişilerin kendini göstermesini engellemeye çalışırlar. Bunun için sözünü kesmek, yüksek sesle azarlamak, sürekli olumsuz yönde eleştirmek gibi davranışlar sergilerler.



Zorbalar mağdur rolündeki kişilerin sosyal ilişkilerine zarar vermeye çalışırlar.

Örneğin; ortamda o yokmuş gibi davranırlar, diğer bireylerle sosyal ilişkilerini engellemeye yönelik davranışlar sergilerler. Zorbalar mağdurun itibarına yönelik saldırılarda bulunabilirler. Asılsız, hoş olmayan söylentiler çıkarırlar, imalarda bulunurlar.



Zorbalar mağdurun mesleki durumuna saldırıda bulunabilirler. Örneğin; gereksiz işlerin verilmesi, sürekli yerinin değiştirilmesi vb.

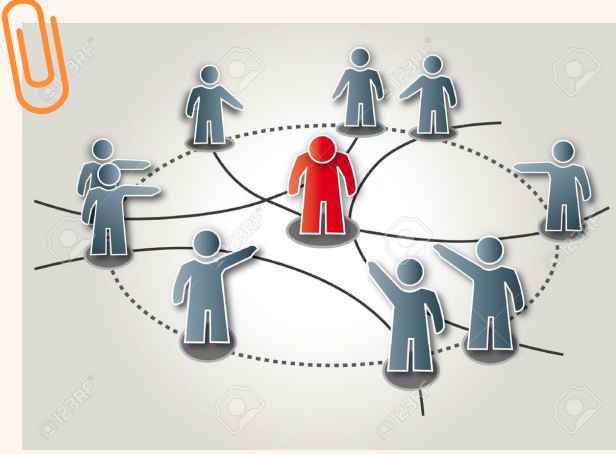
Zorbalar mağdurun kişisel sağlığına doğrudan saldırıda bulunabilirler. Fiziksel şiddet, tehdit, cinsel taciz vb. Zorbalar mağdurun kişiliğine yönelik saldırıda bulunabilirler. Dil, inanç, etnik yapı, fiziksel özelliklerinin alay konusu yapılması vb.

ETKİLERİ

Modern yaşamın getirdiği temel problemlerden biri haline gelen mobbingin etki alanı oldukça geniştir. Bireyler böyle bir problemi yaşamakta ancak yaşadığı şeyleri tanımlama, anlamlandırma ve çözüm bulma konusunda adım atamamaktadır.



Mobbing bireyin saygısız ve rahatsız edici bir davranışın hedefi olmasıyla başlayıp mağdurun sorunun kaynağı, problemleri biri ya da akıl hastası olarak damgalanmasıyla devam etmektedir.



Zorbaların davranışları ya da gizlice yaptıkları taktikler kişilerin performansları ve dayanma güçlerini yok edip, mağdur kişinin öğrenciyse okulu bırakmasına ya da okulunu değiştirmesine, çalışıyorsa işten ayrılmasına, istifa etmesine neden olabilir.

Bunun yanında okula / işe gideceği ya da zorba ile karşılaşma ihtimali olduğu zamanlarda karın ağrısı, baş ağrısı, kusma, terleme ve benzeri psikosomatik rahatsızlıklar da ortaya çıkabilir.



" Mobbinge maruz kalan kişilerde sıklıkla uykusuzluk, depresif ruh hali, konsantrasyon ve dikkat bozukluğu, sosyal izolasyon, kendini küçümseme, kendini değersiz ve işe yaramaz hissetme, umutsuzluk, çaresizlik, öfke, huzursuzluk gibi psikolojik belirtiler görülebilir."

Uzun sürede yavaş yavaş gelişen bu şiddetten yani mobbing sürecinden aynı zamanda mağdurun yakın çevresindeki diğer kişiler de olumsuz etkilenir.



NASIL BAŞ EDİLEBİLİR?

• **Sınır koymak:** Mümkün olan en erken zamanda mobbinge maruz kalan kişinin zorba ile taciz edici söz ve davranışlarını durdurması konusunda açıkça konuşması faydalı olacaktır. Mağdur kişi zorba ile kendisi konuşamıyorsa bir başkasının yardımını talep edebilir. Konuşma esnasında bu kişi orada bulunur, bir arabulucu gibi davranır, konuşulanlara tanık olur ve dengeleyici rolü üstlenir.

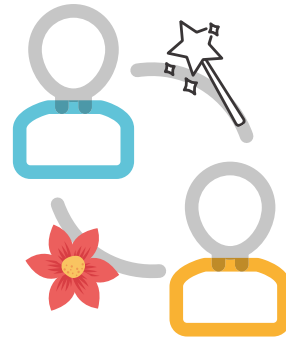


• **Mobbing günlüğü:** Mağdurun yaşadığı olayları, verilen anlamsız işleri, uygulamaları, bunların karşısında hissettiklerini yazılı olarak kaydetmesidir. Olayların nasıl başlayıp nasıl geliştiğini, kişinin üzerindeki etkilerini net bir şekilde anlamanın en güzel yöntemlerinden biridir. Eğer bu durum çözümlenemezse mobbing günlüğü mahkemelerde delil olarak değerlendirilebilmektedir.

• Kişiler, <https://konflikthotline-bw.de/startseite> adresinden mobbing hakkında bilgi sahibi olabilirler ve telefon ile ücretsiz danışmanlık hizmeti alabilirler.



• Mobbinge maruz kalan kişinin hem yardımcı olması hem de kanıt oluşturması bakımından gerekiyorsa tıbbi ve psikolojik yardım alması faydalı olabilir.



• Mağdurlar mobbingle ilgisi olmayan arkadaşları ile daha fazla iletişim ve ilişki kurabilirler.

• Mobbing iş yerindeki bir kişi tarafından uygulanıyorsa müdür, başka güven veren bir yönetici ya da sendika ile görüşülebilir.



- Mobbing okulda bir öğretmen tarafından yapılıyorsa okul idaresiyle, eğitim müdürlüğü ile görüşülebilir.
- Tüm aşamalar denendikten sonra hala bir çözüme kavuşmamışsa mahkemeye başvuru yapılabilir.

Kaynakça:

- Yazarın Seminer Notları
- Konflikthotline Baden Württemberg E.V., <https://konflikthotline-bw.de/beratung/haeufig-gestellte-fragen>
- Mobbing Mağdurlarının Hukuki Hakları -Av Sima Baktaş- <https://medium.com/@simabaktas/mobbing-ma%C4%9Fdurlarinin-hukuki-haklari-3d5404d3d87d>

Bu bülten, Türkiye Cumhuriyeti Berlin Eğitim Müşavirliği ve Karlsruhe Eğitim Ataşeliği koordinesinde Almanya'da görevli Psikolojik Danışma ve Rehberlik Hizmetleri Komisyonu tarafından hazırlanmıştır.

YAYIN KURULU

Başkan

Prof. Dr. Cemal YILDIZ
Berlin Eğitim Müşaviri

Başkan Vekili

Dr. Uğur ACAR
Karlsruhe Eğitim Ataşesi

Genel Sekreter

Ulaş ÖZKAHRAMAN - Berlin Eğitim Ataşeliği

Koordinatör

Hatice TURAN - Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Burcu İLERİ ÜNYELİ - Essen Eğitim Ataşeliği

İçerik Hazırlama

Bahrinur POLAT - Berlin Eğitim Ataşeliği
Diğdem TEMEL GÜNDÜZ - Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Gökçenur HAZINEDAR ERBORA - Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Günay YARDIMCI - Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Hatice AKKAN - Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
İlknur KARACAOĞLU - Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Leman AKSU - Karlsruhe Eğitim Ataşeliği
Selin BELEN - Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Sevgi MOĞULTAY KÜÇÜKSAKALLI - Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Dil ve Anlatım Kontrolü

Dilek ATAY GENÇ - Berlin Eğitim Ataşeliği
Sevinç GÜNEŞ - Berlin Eğitim Ataşeliği

Tasarım

Asaf Ekin YEŞİL - Münih Eğitim Ataşeliği
Derya YEŞİLYURT - Stuttgart Eğitim Ataşeliği
Lamia Büşra YEŞİL - Münih Eğitim Ataşeliği
Mustafa Yılmaz - Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

Sayı Sorumluları

İçerik: Hatice AKKAN
Dil ve Anlatım: Sevinç GÜNEŞ
Tasarım: Derya YEŞİLYURT

Yayın Sahibi

Berlin Eğitim Müşavirliği
Karlsruhe Eğitim Ataşeliği