

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran zorbalığı, bir ya da birkaç öğrencinin bir başka öğrenciye karşı yaptığı saldırgan davranışlar olarak tanımlanmaktadır.

Bir davranışın akran zorbalığı olarak değerlendirilebilmesi için;



- * Davranışın karşı tarafı bilinçli ve kasıtlı bir şekilde incitme niyeti taşıması,
- * Saldırgan davranışın aynı kişiye tekrarlayıcı ve sürekli bir şekilde uygulanması
- * Saldırgan ve mağdur öğrenci arasında fiziksel ve/veya psikolojik olarak güç dengesizliğinin bulunması gereklidir.

ZORBALIK TÜRLERİ

- **Fiziksel zorbalık:** Vurmak, tekme atmak, tırmalamak vb.,
- **Sözel zorbalık:** İsim takmak, alay etmek, söylenti çıkarmak,
- **Sosyal zorbalık:** Dışlama, görmezden gelme,

- **Siber zorbalık:** İnternet/mesaj yolu ile dedikodu yaymak

ZORBALAR NELER YAPAR ?

- ◆ Zorbalar sizi ya da başkalarını korkutmaya çalışırlar.
- ◆ Bazen sizi itip kakarlar, canınızı acıtırlar, size lakap takarlar ya da sizin bir şeylerinizi izinsiz alırlar,eşyalarınıza zarar verirler.
- ◆ Olayları ve arkadaşlarını kontrol etme gereksinimi duyarlar.
- ◆ Mağdurlara karşı genellikle empati kuramazlar.

MAĞDURLAR NELER YAŞAR ?



- * Benlik saygısını yitirirler ve bunu geri kazanmak yıllarca sürebilir.
- * Devamsızlığı artabilir ya da okulu terk edebilir.
- * Depresyona girebilirler.
- * Hincını başka çocuklardan çıkarabilir.
- * Arkadaşlarından soyutlanabilir ve yalnız kalabilir.
- * Kendine ve diğerlerine olan güvenini yitirebilir.

AKRAN ZORBALIĞI VE BAŞ ETME YOLLARI



**YAVUZ SULTAN SELİM
ANADOLU LİSESİ
REHBERLİK SERVİSİ**

**ÖZGE YILDIRIM
OKUL PSİKOLOJİK DANIŞMANI VE
REHBERLİK ÖĞRETMENİ**

ZORBALIĞA SEYİRCİ KALANLAR NELER YAPAR?

- * Zorbalık olaylarının %85'inde akranlar seyirci durumundadır.
- * Zorbalardan farkları "Suçluluk" duymalarıdır.
- * Kendilerini savunmak için sürekli tetik içinde bekleyebilirler.
- * Kendilerini güvende hissetmeyebilirler.

ZORBALIĞA KARŞI NELER YAPILABİLİR ?



- ❖ Her şeyden önce bu davranışların sizin hatanız olmadığı ve bunların sadece sizin başınıza gelmediğini aklınızdan çıkarmayın.
- ❖ Güvendiğiniz birisine neler yaşadığınızı anlatın. Bu rehber öğretmeniniz, anneniz, babanız, öğretmeniniz, müdürünüz olabilir.
- ❖ Yardım alana kadar pes etmeyin.
- ❖ Beden duruşunuzu değiştirin.

- ❖ Sırtınız ve başınızı dik tutun.
- ❖ Korktuğunuzu, alt üst olduğunuzu karşıdaki kişiye belli etmemeye çalışın.
- ❖ Eğer zorbalık yapan çocuk korktuğunuzu anlarsa daha da üstünüze gelebilir.
- ❖ Eğer sözlü olarak sizi taciz ediyorsa hiç cevap vermeyin, kafanızı çevirin ya da uzaklaşın. Bir müddet sonra sıkılıp, bırakacaktır.



- ❖ Eğer fiziksel güç ya da şiddet kullanmaya kalktıysa hemen oradan uzaklaşmaya çalışın ve güvenli bir yere gidin.
- ❖ Zorbalık davranışları genellikle تنها yerlerde olur. Öğretmenlerin sizi göremeyecekleri, yardım isteyemeyeceğiniz yerlerde yalnız gezmeyin.
- ❖ Sizi koruyabilecek bir arkadaş grubu edinmeye çalışın.
- ❖ Zorbanın "kimseye söyleme "tehditlerine asla kulak asmamalıyım. Şiddete başvurmamalıyım. bu durum o kişi ya da kişilerin isteğini yerine getirmek olacaktır."

- ❖ Arkadaşlarınızla birlikte zorbalık yapan çocuğu nazikçe uyarın ve bu davranışların karşıdaki kişiyi çok incitebileceğini söyleyin.
- ❖ Böyle davranışlara şahit olduğunuzda zorbalık yapan çocuğu cesaretlendirecek davranışlarda bulunmayın.
- ❖ Yaptıklarına gülmeyin, tezahürat yapmayın, alkışlamayın.
- ❖ Böyle bir durumda hemen öğretmenlerinizden birine haber verin.
- ❖ Zorbaliğa maruz kalan kişiyle arkadaş olun, onu grubunuza alın.
- ❖ Zorbalık yapan çocuklarla da arkadaş olabilir; ona doğru davranışlarda bulunmayı öğretebilirsiniz

