

## **AKRAN ZORBALIĞI:**

Zorbalık, bir ya da birden çok öğrencinin kendisinden daha güçsüz öğrencileri kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesi, bu duruma maruz kalan öğrencinin de kendisini koruyamayacak durumda olma halidir.

### **ZORBALIK TÜRLERİ**

#### **1-Fiziksel**

- Vurmak,tekme atmak
- Başkasının eşyalarına zarar vermek
- Özel olan yerlerine dokunmak
- Saç çekmek

#### **2-Duygusal**

- Oyundan dışlamak
- Hakkında kötü konuşmak
- Arkadaş grubuna almamak

#### **3-Sözel**

- Hakaret etmek
- Alaycı isim takmak
- Aşağılamak
- Kötü söz söylemek

#### **4-Sanal**

- Kötü görüntüleri internette paylaşmak
- Kişiye özel sırların internette paylaşılması



### **Zorbaların Özellikleri:**

- Saldırgan ve dürtüsel bir yapıya sahiptirler.
- Baskı kurma istekleri vardır.
- Fiziksel anlamda kurbanlarından daha güçlüdürler.
- Empati kurma yetenekleri gelişmemiştir.
- Aile ilişkileri iyi değildir ve mutsuzdurlar.
- Genellikle akademik başarıları düşüktür ve okul kurallarına uymazlar.

### **Mağdurların Özellikleri:**

- Fiziksel olarak zayıftırlar.
- Kendilerine güvenleri düşüktür.
- Diğer çocuklara göre daha duyarlı ve hassastırlar.
- Utangaç ve içine kapanıkırlar.
- Farklı özelliklere sahip olabilirler (kekemelik, gözlük kullanma, diş aparatı, kilo fazlalığı, engelli olma vb.)

### **Çocuğunuzun Zorbalığa Maruz Kaldığını Anlamak İçin İpuçları:**

- Okula gitmek istemiyorsa
- Eşyaları sıklıkla kayboluyor veya zarar görüyorsa
- Yemek ve uyku düzeni bozulmuşsa
- Açıklayamadığı yara izleri varsa
- Sıklıkla duygu değişimleri yaşıyorsa
- Harçlığını sürekli kaybetmesi

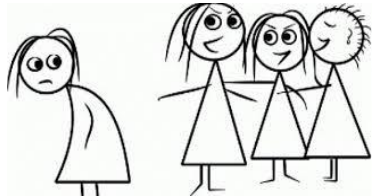
### **Zorbalığa Uğrayan Çocuk:**

- Depresyona girebilir.
- Devamsızlığı artabilir ya da ders başarısı düşebilir.
- Arkadaşlarından soyutlanıp, yalnız kalabilir.
- Kendine ve çevresine olan güvenini kaybedebilir.
- İntihar düşüncesi ve girişimi yaşanabilir.



**Zorbalığa maruz kalan çocuklarımıza ne öğretebiliriz:**

1. "Zorbalık nedir"i öğretebiliriz.
2. Birisi sana ya da bir arkadaşına zorbalık yaparsa ;
  - **Konuşmaya Çalış:** Bana niye kötü davranıyorsun? Ben sana ne yaptım?
  - **Karşı Çık:** Yaptığın şeyden hoşlanmıyorum, hemen dur (çocuklarımıza karşısındakinin gözlerinin içine bakarak en sert ses tonu ile hayır demeyi öğretmek)
  - **Şaka yapmayı dene:** Komik bir şey söylemeye ya da dalga geçilen konuyu alaya almayı denemek bazen iyi sonuçlar verebilir.
  - **Zorbanın yanından uzaklaş:** Sana kötü davranan birinin yanında durmak zorunda değilsin. Birisine kötü davrandığını gördüğün birinin yanından da uzaklaş. Onunla arkadaşlık etme.
  - **Arkadaşlarıyla birlik ol:** Arkadaşlarından destek almayı dene ve asla bir zorbaya susarak da olsa destek verme.
  - **Mutlaka bir büyüğüne anlat:** Sana yapılıyor olması şart değil, bir zorbalıkla karşılaştığında mutlaka büyüğüne olanları anlat.



### **AİLELER OLARAK NELER YAPABİLİRİZ?**

1. Bizler çocuklarımızla olumlu ilişkiler kurarak doğru rol modeller olmalıyız.
2. Çocuklarımıza kaliteli zaman ayırmalı, arkadaşlarıyla ilgili bilgi sahibi olmaya çalışmalıyız.
3. 'Arkadaşlar arasında olur böyle şeyler' veya 'Geçer gider' gibi ifadeler kullanmamalıyız.
4. Çocuğumuza her ne olursa sorunları şiddetle çözmenin doğru olmadığını anlatmalıyız.
5. Zorbalığa karşı seyirci kalmanın da susmanın da zorbalık olduğunu anlatmalıyız.
6. Problemleri çözerken barışçıl yöntemler izlemesi için ona destek olmalıyız.
7. Çocuğumuza merhamet, empati, arkadaşlık vb. duyguların öneminden söz etmeliyiz.
8. Çocuğu zorbalığa karışan aile gerekirse psikolojik destek almalıdır.
9. Gözetim altında bilgisayar,tablet ve telefon kullanmalarını sağlamalıyız.

**KİMSE  
BENİM ÇOCUĞUM YAPMAZ  
BENİM ÇOCUĞUMUN BAŞINA GELMEZ  
DEMESİN !**

**Hazırlayan Komisyon Üyeleri**  
Esra İNAÇ-Nurten YILMAZ-Burcu ŞENOĞLU

## **ÇARŞAMBA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**

**Akran Zorbalığı Komisyon Çalışması**

# **AKRAN ZORBALIĞI**



**ZORBALIĞI KİMSE HAKETMEZ !**



**EKİM 2017**