

“Zorbalık sadece zorbalığa maruz kalan kişiye değil, aynı zamanda izleyicilere ve hatta zorbalığı yapanlara da zarar verir.”

ZORBALIĞA TANIK OLDUĞUNUZDA

- Zorbalık yapan kişiyi uyarabilir ve ona “Dur!” diyebilirsiniz.
- Zorbaliğa maruz kalan arkadaşınıza destek verebilirsiniz.
- Güvendiğiniz bir yetişkine durumu anlatarak yardım isteyebilirsiniz.
- Ne olursa olsun sessiz kalmayın!
- Gülümseyerek de olsa zorbaya güç vermeyin.

ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINIZDA

- Zorbalık yapana yüksek sesle “HAYIR!” diyerek rahatsızlığınızı net bir biçimde ifade edin.
- Zorbalık yapanın söyledikleri ya da yaptıkları karşısında kendi kendine “Ben kendimi tanıyorum. O ne söylerse söylesin, ben yine de iyi biriyim.” gibi olumlu mesajlar verin.
- Güvendiğiniz bir yetişkine mutlaka haber verin ve ondan yardım isteyin.
- Zorbalıkla karşılaştığınızda ortamı terk edin.

ZORBA DAVRANIŞ GÖSTERMEMEK İÇİN

- Sinirlendiğinizde karşınızdaki kişiden uzaklaşmaya çalışın, bu durumu daha sonra konuşun.
- Arkadaşlarımızın hepsi sizinle aynı şekilde olmak ya da sizin istediğiniz gibi görünmek zorunda değil, onları olduğu gibi kabul edebilirsiniz.
- Başkalarının duygularına önem vermek zayıflık değildir.
- Öfkeli ve bilerek zarar verici davranışlar sergilemek de güçlü olmak demek değildir!

Zorbaliğa maruz kalıyorsanız, zorbaliğa tanık oluyorsanız veya zorbalık davranışlarını sergiliyorsanız, yardım almak için rehberlik servisi ya da güvendiğiniz bir yetişkin ile konuşabilirsiniz.

KAYNAKLAR

AKRAN ZORBALIĞINA MARUZ KALAN ÖĞRENCİLERE YÖNELİK ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ GELİŞTİRME PSİKOEĞİTİM PROGRAMI, MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI, MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

SİBER ZORBALIK PSİKOEĞİTİM PROGRAMLARI, MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

AKRAN ZORBALIĞI YAPAN ÖĞRENCİLERE YÖNELİK ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ GELİŞTİRME PSİKOEĞİTİM PROGRAMI, MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



AKRAN ZORBALIĞI



**BURSA
İL MİLLÎ EĞİTİM
MÜDÜRLÜĞÜ**



Zorbalık Türleri



- ✿ Fiziksel zorbalık
- ✿ Sözel zorbalık
- ✿ İlişkisel zorbalık
- ✿ Siber zorbalık

Akran Zorbalığı Nedir?

•Daha güçlü olan bir veya birkaç öğrenci tarafından bir başka öğrenciye yönelik zarar verme amacıyla yapılan davranışlardır.

Üç Temel Özelliği

- Zorbalığı yapanla zorbalığa maruz kalan kişi arasında güç dengesizliği vardır.
- Tekrarlanan, süreklilik gösteren davranışlardır.
- Davranış zarar verme niyetiyle kasıtlı olarak yapılır.

FİZİKSEL ZORBALIK

Fiziksel güç kullanılarak yapılan davranışları içerir. Vurmak, tokat atmak, dövmek, tekmelemek, itmek-çekmek, saçını çekmek, çelme takmak, tükürmek, eşyalara zorla el koymak, para ya da eşya çalmak, zorla bir şeyler ısmarlatmak, defter ya da kitapları karalamak, eşyalarını izinsiz kullanmak fiziksel zorbalık örnekleridir.

SÖZEL ZORBALIK

Sözel ifadeler içeren davranışlardan oluşur. Küfür etmek, dalga geçmek, lakap takmak, bedensel özelliklerle dalga geçmek, dış görünüşüyle alay etmek, konuşma şekliyle dalga geçmek, küçük düşürmek, hakaret etmek, tehdit etmek sözel zorbalık örnekleridir.

İLİŞKİSEL ZORBALIK

Bireyin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışlardır. Dedikodu yapmak, asılsız söylentiler yaymak, sırlarını ortaya çıkarmak, dışlamak, toplum içinde utandırmak veya küçük düşürmek, küsmek, kıskandırmak, taklit etmek, tehdit etmek ilişkisel zorbalık örnekleridir.

SİBER ZORBALIK

Siber zorbalık, teknolojik aletler kullanılarak yapılan akran zorbalığı türüdür. Sosyal medyada birinin hakkında yalanlar yaymak veya özel video ya da fotoğraflarını yayınlamak, mesajlaşırken incitici veya tehdit edici mesajlar göndermek, başka birinin adına hesaplar açarak diğer insanları kandırmak, onları bu hesapla tehdit etmek siber zorbalık örnekleridir.

Zorbalıkta üç rol vardır.

- Zorbalık yapan kişi
- Zorbalığa maruz kalan kişi
- İzleyici(ler) kişi veya kişiler