

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Zorbalık; daha güçlü kişi ya da kişiler tarafından daha az güçlü kişiye uygulanan, tekrar eden psikolojik ya da fiziksel güç şeklinde nitelendirilebilir.

Akran Zorbalığı; bir ya da daha fazla öğrencinin başka bir öğrenciye baskı uygulayarak zarar vermek amacıyla bilinçli/kasıtlı bir biçimde olumsuz eylemde bulunmasıdır.



ZORBALIK BIÇİMLERİ

Fiziksel Zorbalık

Vurma, itme, çekme, çelme takma, düşürme, canını acıtma... vb. davranışlardır.



Sosyal Zorbalık

Gruba dahil etmeme, oyuna almama, dışlama gibi davranışlardır...



Siber Zorbalık

Sosyal medya üzerinden tehdit etme, lakap takma, küçük düşürme, utandırma , aşağılama... vb. davranışlardır.



Sözel Zorbalık

Lakap takma, alay etme, incitme, hakaret etme gibi sözel davranışlara verilen addır.





Fiziksel Zorbalık:



- Sa çekme,
- Kulak çekme,
- İtme,
- Vurma,
- Fiziksel kötü şakalar,
- Tokat atma
- Eşyaları izinsiz kullanma.

Fiziksel Zorbalık:

- Başkalarının eşyalarına zarar vermek.

Fiziksel Zorbalık:

- Parasını almak veya zorla bir şeyler ismarlatmak.

Duygusal Zorbalık:

- Görmezlikten gelme,
- Sırtını dönme,, *Dedikodu yapmak ve yaymak*
- Oyun ya da diğer etkinliklere almama,
- Gruba almayarak yalnızlığa terk etme,
- Gruptan atarak cezalandırma,,
- Diğer öğrencilerle konuşmasını ve arkadaşlık kurmasını engelleme,
- Aşağılayıcı bir şekilde gülme.

Duygusal Zorbalık:

Arkadaşlarını mağdura karşı kışkırtarak aralarının bozulmasına çalışma,



Siber Zorbalık:

- Tehdit mesajları yollamak, hakarete varan ifadeler kullanmak,
 - Sosyal medyada bir başkasının rahatsızlık verici görüntülerini yayınlamak,
 - Bir başkasının özel ya da mahrem bilgilerini sızdırmak,
 - Anonim hesaplardan taciz etmek, rahatsızlık vermek,
 - Bir başkasının hesaplarını ele geçirmek bu hesaplardan uygunsuz yayınlar yapmak,
 - Bir kimseyi ısrarla takip etmek,
 - Bir kimsenin paylaşımlarına kasıtlı olarak sürekli olumsuz yorumlar yapmak,
 - Kurbanın internette bazı yerlere ulaşımının engellenmek.
- Örneğin kurbanın bir oyuna, sohbet odasına ya da bir sosyal ağ grubuna girmesinin engellenmesi dışlama kapsamında değerlendirilebilir.

Siber Zorbalık:

Bir başkası hakkında yalan ya da uydurma haberler yaratmak ve bunları yaymak,





Sözel Zorbalık:



- Küfür etme,
- Hakaret etme,
- İncitme,
- Kaba ve çirkin sözler söyleme,
- Utandırma,
- Küçük düşürme,
- Alay etme,

Sözel Zorbalık:

- Alay etme,
- Dalga geçme,
- Lakap takma

Sözel Zorbalık:

- Aşağılayıcı bir şekilde gülme.

Akran zorbalığı, bir çocuğun diğer bir çocuğa sürekli ve kasıtlı olarak fiziksel, sözel veya duygusal zarar vermesidir. Zorbalık; dövme, alay etme, dışlama, tehdit etme gibi davranışlarla kendini gösterebilir.



AKRAN ZORBALIĞINA KARŞI ÇOCUĞUNUZU KORUYUN!

Bu broşür taslağı, velilere zorbalıkla ilgili temel bilgileri sunmayı ve onlara çocuklarını bu tür durumlara karşı nasıl koruyabilecekleri konusunda rehberlik etmeyi amaçlar.

ZORBALIĞIN TÜRLERİ

Fiziksel Zorbalık: Vurma, itme, eşyalarını alma veya zarar verme.

Sözel Zorbalık: Alay etme, isim takma, tehdit etme.

Sosyal Zorbalık: Dedikodu yayma, gruptan dışlama, izolasyon.

Siber Zorbalık: İnternet üzerinden mesajlarla veya sosyal medyada rahatsız etme, küçük düşürme.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA UĞRUYorsa...

BELİRTİLERİ FARK EDİN: ÇOCUĞUNUZDA ANİDEN OKULA GİTMEK İSTEMEME, SIK SIK BAŞ AĞRISI VEYA KARIN AĞRISI ŞİKAYETLERİ, UYKU SORUNLARI, MUTSUZLUK GİBİ BELİRTİLER GÖZLEMLİYORSANIZ, ZORBALIĞA UĞRUYOR OLABİLİR.

DİNLEYİN VE DESTEKLEYİN: ÇOCUĞUNUZ SİZE BİR ZORBALIK OLAYI ANLATTIĞINDA, ONU SAKİN BİR ŞEKİLDE DİNLEYİN VE ONA İNANDIĞINIZI GÖSTERİN. SORUNLARI BİRLİKTE ÇÖZEBİLECEĞİNİZİ HİSSETTİRİN.

OKULLA İLETİŞİME GEÇİN: ZORBALIĞI OKUL YÖNETİMİYLE PAYLAŞIN VE ÇOCUĞUNUZUN GÜVENLİĞİNİ SAĞLAMAK İÇİN BİRLİKTE HAREKET EDİN.

EBEVEYNLER OLARAK NE YAPABİLİRİZ??

Örnek Olun: Çocuklar, anne babalarının davranışlarını örnek alırlar. Başkalarına karşı saygılı ve nazik davranarak çocuğunuza iyi bir model olun.

Açık İletişim Kurun: Çocuğunuzla düzenli olarak konuşun, gününün nasıl geçtiğini sorun. Onun duygularına ve yaşadıklarına ilgi gösterin.

Güvenli Bir Ortam Yaratın: Evde çocuğunuzun kendisini güvende ve değerli hissetmesini sağlayın. Bu, dış dünyada karşılaştığı zorluklarla başa çıkmasına yardımcı olacaktır.

Empatiyi Öğretin: Çocuğunuza başkalarının duygularını anlamayı ve onların yerine kendisini koymayı öğretin.

Olumlu Davranışları Teşvik Edin: Çocuğunuzun arkadaşlarına karşı nazik ve saygılı davranışlar sergilemesi için onu cesaretlendirin.

Zorbalık Davranışlarını Cezalandırın: Eğer çocuğunuz zorbalık yapıyorsa, bu davranışın kabul edilemez olduğunu net bir şekilde belirtin ve ona alternatif çözüm yolları gösterin.

Daha fazla bilgi için okul rehberlik servisi ile iletişime geçin.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA UĞRUYORSA;

Bazen çocuklar zorbalığa maruz kaldıklarında bunu dile getirmek, onlar için utanç verici olabilir. Bu sebepten dolayı çocuk uğradığı akran zorbalığını ailesine anlatmıyor ve bunu gizliyor olabilir . Bunun için;

1.AÇIK VE SÜREKLİ İLETİŞİM KURUN:

Çocuğunuzla günlük olarak iletişim kurun ve onun gününün nasıl geçtiğini, neler hissettiğini öğrenmeye çalışın. Zorbalık gibi zor konuları konuşmak için rahat bir ortam yaratın.

2.DİNLEYİN VE GÖZLEMLEYİN:

Çocuğunuzun davranışlarındaki değişiklikleri dikkatle gözlemleyin ve onunla açık bir iletişim kurun. Onun size güvenle açılabilmesi için empatik bir yaklaşımla onu dinleyin. Zorbalık belirtilerini ciddiye alın ve durumu küçümsemeyin.

3.ZORBALIKLA İLGİLİ BİLİNÇLENİN:

Akran zorbalığı hakkında kitaplar okuyun, çevrimiçi kaynaklardan bilgi edinin ve okullarda düzenlenen seminerlere katılın. Bilgi sahibi olmak, zorbalığı tanımanızı ve çocuğunuza daha iyi destek olmanızı sağlar.

4.ALTERNATİF ÇÖZÜMLER SUNUN:

Zorbalık durumlarında çocuğunuza nasıl tepki verebileceği konusunda rehberlik edin. Örneğin, zorba bir duruma maruz kaldığında hemen öğretmene veya güvenilir bir yetişkine başvurması gerektiğini öğretin.

5.POZİTİF SOSYAL ETKİNLİKLERE KATILIMI TEŞVİK EDİN:

Çocuğunuzun, spor kulüpleri, sanat grupları ya da gönüllü projeler gibi sosyal etkinliklere katılmaya teşvik edin. Bu tür etkinlikler, çocuğunuzun özgüvenini artırabilir ve sağlıklı arkadaşlıklar kurmasını sağlayabilir.

6.POZİTİF ROL MODELİ OLUN:

Çocuğunuza empati, saygı ve hoşgörü gibi değerleri öğretmek, zorbalığa karşı duruşunu güçlendirir. Aile içinde bu değerlere önem verdiğinizizi gösterin ve çocuğunuzun da bu değerleri benimsemesini teşvik edin.

7.OKUL İLE DÜZENLİ İLETİŞİMDE KALIN:

Okul yönetimi ve öğretmenlerle düzenli olarak iletişimde kalarak, çocuğunuzun durumu hakkında bilgi alın.

ZORBALIĞA SIFIR TOLERANS!

**Vücutunda
açıklanamayan
morluklar, çizikler,
yaralar gibi
fiziksel izler**

**Okula
gitmemek
veya okul
etkinliklerine
katılmamak**

**İnternette veya
telefonda vakit
geçirdikten sonra
sıkıntıya girmek
(makul bir açıklama
olmaksızın)**

**ÇOCUĞUMUN ZORBALIĞA
UĞRAYIP UĞRAMADIĞINDAN
EMİN DEĞİLİM. HANGİ
İŞARETLERE DİKKAT
ETMELİYİM**



**BAŞ AĞRISI, MİDE AĞRISI VEYA
DİĞER FİZİKSEL
RAHATSIZLIKLARDAN
ŞİKAYETÇİ OLMAK**



**! SALDIRGAN OLMAK VEYA
ÖFKE PATLAMALARI
YAŞAMAK**

**YETİŞKİNLERİN
YAKININDA KALMAYA
ÇALIŞMAK
UYUYAMAMAK VE
KABUSLAR GÖRMEK**

DÜŞÜK AKADEMİK PERFORMANS

**OKULA
DEVAMSIZLIK**

Sık sık para istemek

**Giysilerin, elektronik
eşyaların veya diğer
kişisel eşyaların
kaybolması veya
imha edilmesi**

**ARKADAŞLARINDAN
UZAKLAŞMAK VEYA
SOSYAL ORTAMLARDAN
KAÇINMAK**



**OKULDA VEYA OKUL
DIŞINDA AZ SAYIDA
ARKADAŞA SAHİP
OLMAK**

**ENDİŞELİ, GERGİN
VEYA AŞIRI TETİKTE
OLMAK**

DOĐRU BİLİMEN YANLIŞLAR!



YANLIŞ

Zorbalık gençliğin doğal bir sürecidir, çocukları güçlendirir.

Zorbalık kendi haline bırakılırsa zamanla biter.

Sadece erkek çocuklar zorbalık yapar.



DOĐRU

Zorbalık doğal bir süreç değildir, karakter güçlendirmesiyle ilgisi yoktur. Zorbalığa maruz kalan çocuk sosyal ve duygusal açıdan zarar görür.

Zorbalığı görmezden gelmek zorba davranışlarda bulunan kişiyi cesaretlendirir; zorbalık dozunu artırmasına neden olabilir.

Kız çocuklar da oğlan çocuklar da zorbalık yapar. Araştırmalar oğlanların daha çok fiziksel zorbalık yaptığını, kızların ise ağırlıklı olarak duygusal ve sosyal zorbalık yaptığını ortaya koymaktadır.

DOĐRU BİLİMEN YANLIŞLAR!



YANLIŞ

Fiziksel zorbalık dışında diğer zorbalık türleri o kadar da önemli değildir.

Zorbalıktan şikayet eden öğrenciler ana kuzusudur.



DOĐRU

Tüm zorbalık türleri çocuğun gelişimini olumsuz etkiler.

Zorbalıktan şikayet eden öğrenci kendisini koruyan ve savunan öğrencidir.



ZORBALIĀ

SIFIR

TOLERANS!