

Zorbalığa maruz kalan açısından

- Zorbalık yapana yüksek sesle **"HAYIR!"** diyerek rahatsızlığınızı net bir biçimde ifade edin.
- Zorbalık yapanın söyledikleri ya da yaptıkları karşısında kendi kendine "Bu benim problemim değil. Ben kendimi tanıyorum. O ne söylerse söylesin ben yine de iyi biriyim." gibi olumlu mesajlar verin.
- Olayları gizleyerek zorba davranış yapan öğrencilere yardımcı olmayın. Çünkü gizlilik, zorbaların en güçlü silahıdır. Güvendiğiniz bir yetişkine mutlaka haber verin ve ondan yardım isteyin.
- Zorbayla karşılaştığınızda ortamı terk edin.

İzleyiciler açısından

- Zorbayı uyarabilir ve ona **"DUR!"** diyebilirsiniz.
- Zorbalığa uğrayan arkadaşınıza destek verebilirsiniz.
- Güvendiğiniz bir yetişkine durumu anlatarak yardım isteyebilirsiniz.
- Ne olursa olsun sessiz kalmayın!
- Gülümseyerek de olsa zorbaya güç vermeyin.



Aktekke Mah., Yalçın Cad., No:12/1
Merkez/Kastamonu
kastamonu.meb.gov.tr



Bu broşür Millî Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından yayımlanan Ortaöğretim Sınıf Rehberlik Etkinlikleri, Akran Zorbalığı Rehber Öğretmen/Psikolojik Danışmanlar İçin Kitapçık ve Akran Zorbalığı Farkındalık Programı (Lise) ndan yararlanılarak hazırlanmıştır.



KASTAMONU
İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ



AKRAN ZORBALIĞI

ÖĞRENCİ BİLGİLENDİRME
BROŞÜRÜ 2024

AKRAN ZORBALIĞI

Akran zorbalığı, daha güçlü konumda olan bir veya birkaç öğrenci tarafından bir başka öğrenciye yönelik olarak zarar verme amacıyla yapılan tekrarlayıcı davranışlardır.

• Fiziksel Zorbalık

Bir başkasına zarar vermek amacıyla itmek, tekmelemek, yumruk atmak, vurmak, tokat atmak, çelme takmak gibi davranışları içerir.

• Sözel Zorbalık

Başkalarına rahatsız edici isim takmak, alay etmek, küçük düşürmek, tehdit etmek, hakaret etmek, küfür etmek gibi davranışları içermektedir.

• Sosyal/Duygusal Zorbalık

Başkasını görmezlikten gelme, umursamama ya da hiçbir şeye dâhil etmeme gibi davranışları içermektedir.

• Siber Zorbalık

Elektronik iletişim araçları kullanılarak bir kişi ya da gruba yönelik zarar veya rahatsızlık verici eylemlerde bulunmak şeklinde tanımlanabilir.

AKRAN ZORBALIĞINDA ROLLER

Zorbalığı yapan öğrenci **zorba** olarak tanımlanmaktadır ve zorbalar genellikle öfke kontrolleri olmayan, kendileri de geçmişte zorbalığa maruz kalan ve zorbalığı eğlence olarak gören öğrenciler olarak betimlenmektedir.

Zorbalığa maruz kalan, zorba davranışın yöneldiği öğrencilere ise **kurban** denilmektedir. Kurbanlar akranlarına göre daha kolay incinebilen, kaygılı, güvensiz, genellikle psikolojik ve fizyolojik olarak zayıf olan öğrencilerdir.

Zaman zaman zorbalık yaparken zaman zaman da zorbalığa maruz kalan öğrenciye **zorba/kurban** ve zorbalığa dâhil olmayan öğrencileri niteleyen zorbalığa, **katılmayan grubu** denilmektedir.

Zorba davranış gösteren açısından

- 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 edebiliriz.
- Başkalarının duygularına önem vermek zayıflık değildir.
- Öfkeli ve bilerek zarar verici davranışlar sergilemek de güçlü olmak demek değildir!
- Zorbalık davranışlarını sergiliyorsanız, yardım almak için rehberlik servisi ya da güvendiğiniz bir yetişkin ile konuşabilirsiniz.

