

✗ Birine Lakap Takmak Zorbalık Sayılmaz

Bir eylemin zorbalık olması için mutlaka fiziksel saldırı içermesi gerekmez. Bir öğrencinin hoşuna gitmeyen, onu inciten her türlü isim ve lakapla anılması onun sosyal gelişimini ve kişilik gelişimini olumsuz etkileyeceğinden bir tür zorbalıktır.

✗ Zorbalık Yapanları Görmezden Gelirseniz Sizi Bırakırlar!

Zorba öğrenciler, kolay hedef olduklarını düşündükleri için genellikle pasif ve çekingen öğrencileri tercih ederler. Bu nedenle mağdur öğrencilere pasif ve çekingen tepkiler vermelerini önermek zorbalığı önlemede başvurulacak etkili bir strateji değildir.

✗ Bir Zorba İle Baş Etmenin En İyi Yolu Onunla Kavga Etmek ve İntikam Almaktır!

Bazı yetişkinler çocukları zorbalığa uğradığında; dişe diş mücadele etmelerini, kavgadan çekinmemelerini önermekte, "Biri sana saldırdığında sen de ona saldırmalı ve anlayacağı dilden karşılık vermelisin!" biçiminde öğütlerde bulunmaktadır. Bir yanlış başka bir yanlışla düzeltmeyeceğimize göre bu görüşe katılmak mümkün değildir.

✗ Zorbalığa Uğrayan Öğrenciler Yetişkinlerden Yardım İstememeli, Sorununu Kendi Başına Çözmelidir!

Yetişkinler, çocuklar arasında yaşanan zorbalıklara müdahale etmemeleri gerektiği inancını taşırlar. Hatta zorbalık yapanları öğretmene ya da idareye şikayet etmenin sorunu daha da büyüteceğini düşünürler. Bu yanlış bir düşünce biçimidir.

ZORBALIĞA MARUZ KALIRSAK NE YAPMALIYIZ?

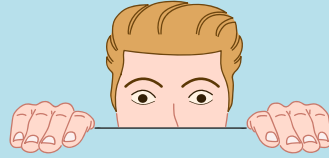


YÜKSEK SES

"HAYIR" diye
bağırarak

GİZLEME

Bu davranışları
gizleyerek zorbaya
yardımcı olma



YARDIM İSTE

Güvendiğin bir
yetişkinden
yardım iste



MÜCADELE ET

Zorbalık durumunda neler
yapılabileceğini tüm
arkadaşlarına anlat,
zorbalıkla mücadele et!



AKRAN ZORBALIĞI

ÖĞRENCİ BÜLTENİ



Psikolojik Danışma ve
Rehberlik Servisi

Salim KATRANCI
Psikolojik Danışman

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

ZORBALIKLA BAŞ ETMEDE KULLANILABİLECEĞİN STRATEJİLER

ZORBACA DAVRANIŞLARA İZLEYİCİ KALANLAR

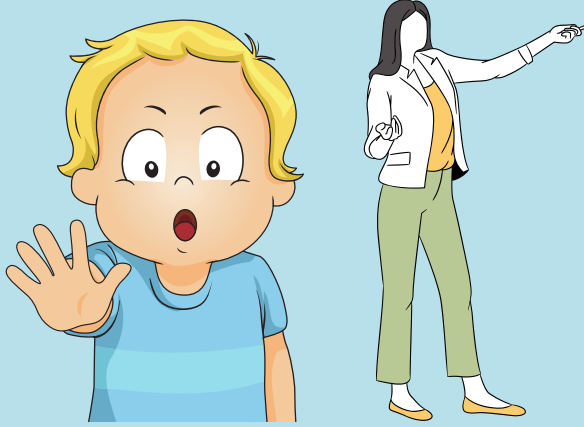
Akran zorbalığı “Bir öğrencinin bir veya daha fazla öğrenci tarafından tekrar eden biçimde olumsuz davranışlara (fiziksel, sözel ve/veya psikolojik) maruz kalması” olarak tanımlanmaktadır.

Zorbaliğı diğer saldırganlık türlerinden ayırt eden özellikler; gücün kasıtlı ve kötü kullanımı, zorbalığın tekrarlılığı ve zorbalığa katılan taraflar arası fiziksel ya da psikolojik güç dengesizliğinin bulunması olarak ifade edilebilir.

Zorbalık Davranışının Türleri

- Fiziksel
- Sözel
- Duygusal
- Siber

- Yüksek sesle “Hayır!” diyerek onu durdurmak.
- Söylediklerini, yaptıklarını umursamamak için kendini meşgul etmek.
- Güvendiğın bir yetişkine haber vermek, yetişkinden yardım istemek.
- Ortamı terk etmek.



1. Önünde zorbaca davranan bir arkadaşın varsa onu uyarabilirsin, “Dur!” diyebilirsin.
2. Zorbaliğı uğrayan arkadaşına destek çıkabilirsin.
3. Güvendiğın bir yetişkinden durumu anlatarak yardım isteyebilirsin.
4. Ne olursa olsun sessiz kalma!

ZORBALIKLA İLGİLİ DOĞRU BİLİLEN YANLIŞLAR

✗ Başkalarını Kızdırmak Bazen Eğlencelidir

Başkalarını rahatsız ederek onların acı çekmesinden zevk almak sağlıklı bireylerin düşüncesi olamaz. Böyle düşünen ve davranan bireylerin empati becerisinin yeterince gelişmediğı söylenebilir.

✗ Zorbalık Yapıldığında Bunu Yetişkinlere Anlatmak İspyonculuktur

Böyle sözler, zorbalık yapmayı alışkanlık haline getiren kimselerin yaydığı sözlerdir. Zorba öğrenciler yaptıklarının yetişkinlere anlatılmasını istemezler. Böylece kendilerini güvenceye almak isterler. Dolayısıyla zorbalık yapan bir öğrenciyi yetişkinlere şikayet etmek ispiyonculuk değil, tam tersine yapılması gereken bir davranıştır. Benzeri biçimde “Zorbalıktan şikâyet eden öğrenciler ana kuzusudur” ve “Zorbalıktan şikayet edenler kırılğan kimselerdir.” gibi zorba öğrencilerin yaydığı düşüncelerin ciddi bir temeli yoktur.

GÜÇ VE GÜÇLÜ OLMAK NEDİR?

1. Fiziksel olarak güçlü olmak
2. Duygusal olarak güçlü olmak
3. Sosyal olarak güçlü olmak

