

ŞEHİT CUMA DAĞ ORTAOKULU REHBERLİK BÜLTENİ

OCAK 2025

akran zorbalığı

Sayı 1



**Zorbalık şu
kriterleri
kapsamalıdır**

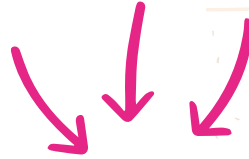
*Bireye **kasıtlı** bir şekilde zarar vermek amaçlanmaktadır. •
*Eylemler **sistemati**k bir şekilde devam etmektedir.
*Zorba ve mağdur arasında fiziksel ve/veya psikolojik **güç dengesizliği** bulunmaktadır. Zorba fiziksel ve psikolojik açıdan mağdurdan kendini daha güçlü hissederek onun üzerinde baskı kurabileceği inancına sahiptir. Mağdur ise kendini zorbadan daha zayıf algılayarak kendini savunamayacağı düşüncesi içerisinde.

✓ anahtar kelimeler:
kasıtlı, sistematik, **güç dengesizliği**

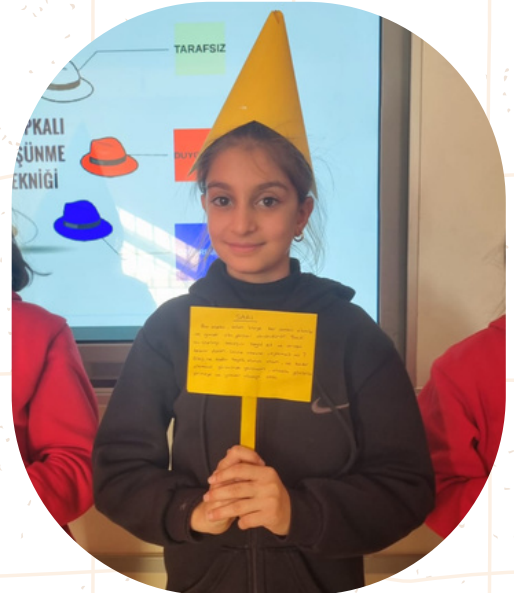
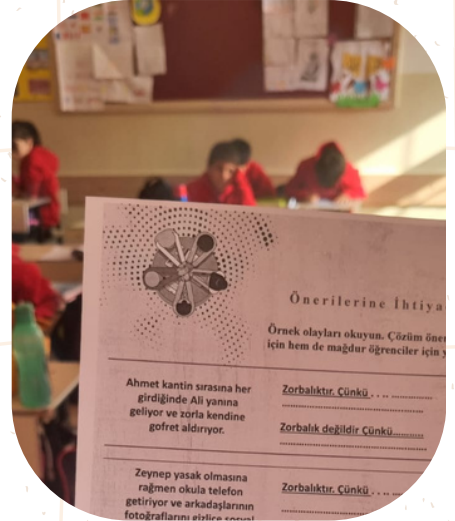
AKRAN ZORBALIĞI

Akran zorbalığı; aynı yaş grubunda olan kişi veya kişilerin birbirlerine veya tek bir kişiye karşı fiziksel, sözel ve duygusal olarak zarar verici davranışlarda bulunmasıdır.

Akran zorbalığı
aşağıdaki
biçimlerde ortaya
çıkabilir



Vurma davranışı gösterme
Tırmalama
Tehdit etme
Alay etme
Sataşma
Küfür etme
Lakap takma
Ailesine yönelik kötü sözler
Dedikodu yapma
Hakkında yanlış bilgi yayma
İftira atma
Gruptan dışlama
Yalnız bırakma
Mağdur öğrencinin eşyalarına zarar verme
Korkutarak para veya eşyasını gasp etme
Taciz etme



6 ŞAPKALI DÜŞÜNME TEKNİĞİ:

FARKLI RENKTE ŞAPKALARIMIZ VAR,HEPSİNİN FARKLI BİR DÜŞÜNME ŞEKLİ VAR VE BU ŞAPKAYI TAKANLAR DA ŞAPKA GİBİ DÜŞÜNMEYE BAŞLIYOR, ÖRNEK ZORBALIK OLAYIMIZI ŞAPKALARA GÖRE DÜŞÜNDÜK VE CEVAPLADIK

akran zorbalığı

akran zorbalığı karşısında ne yapmalıyım?

Her şeyden önce bu davranışların sizin hatanız olmadığı ve bunların sadece sizin başınıza gelmediğini aklınızdan çıkarmayın. Sessiz kalmayın. Cesur olun, korkmayın.

Güvendiğiniz birisine neler yaşadığınızı mutlaka anlatın. Biri sizi dinleyene kadar anlatmaya devam edin.

Beden duruşunuzu değiştirin. Sırtınız ve başınızı dik tutun. Korktuğunuzu alt üst olduğunuzu karşıdaki kişiye belli etmemeye çalışın.

Eğer sözlü olarak sizi taciz ediyorsa hiç cevap vermeyin, kafanızı çevirin ya da uzaklaşın. Bir müddet sonra sıkılıp, bırakacaktır.

Eğer fiziksel güç ya da şiddet kullanmaya kalktıysa hemen oradan uzaklaşmaya çalışın ve güvenli bir yere gidin.

Sizi koruyabilecek bir arkadaş grubu edinmeye çalışın.

Zorbanın "kimseye söyleme" tehditlerine asla kulak asmayalım. Arkadaşlarınızla birlikte zorbalık yapan çocuğu nazikçe uyarın ve bu davranışların karşıdaki kişiyi çok incitebileceğini söyleyin. Böyle davranışlara şahit olduğunuzda zorbalık yapan çocuğu cesaretlendirecek davranışlarda bulunmayın. Yaptıklarına **gülmeyin**, **tezahürat yapmayın**, alkışlamayın. Böyle bir durumda hemen öğretmenlerinizden birine haber verin.

Zorbalığa maruz kalan kişiyle arkadaş olun, onu grubunuza alın. Zorbalık yapan çocuklarla da arkadaş olabilir; ona doğru davranışlarda bulunmayı öğretebilirsiniz.



5-E SINIFI:
ZORBA OLMA NAZİK OL



5-C sınıfından ÜMEYR ALİ
POLAT "şiddete hayır"
diyor



ÖĞRENCİLERİMİZİN
SLOGANLARIYLA
OLUŞTURDUĞUMUZ
"ZORBALIK"
ŞARKIMIZI DİNLEMEK
İÇİN KAREKODU
OKUTUN

KAYNAKÇA:

*Aslan, M. ve Polat, M.O. (2023), "Tüm Boyutlarıyla Akran Zorbalığı", Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 5(1), 46.

*Sayı, S., Güven, H.İ. & Özcoşkun, S. (2023). "Eğitimde Akran Zorbalığı ve Etkilerinin İncelenmesi: Bir Meta-Analiz" International Social Sciences Studies Journal, 9(109), 2

*Sorgun Ram "Zorbalıkla Mücadele El Ele Projesi" etkinlik kitabı

*Batman RAM "Akran Zorbalığı ve Baş Etme Yolları" kitapçığı

HAZIRLAYAN: PSK. DAN. VE REH. ÖĞRT. BAŞAK DUMAN DARCAN