

ZORBALIĞA KARŞI NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Neden böyle davrandığını sorarak durum üzerine konuşmak
- Davranışının sana neler hissettirdiğini ona belirtmek
- Öz güvenli bir tavır takınmak
- Sırtını ve başını dik tutmak
- Kendin emin ve yüksek bir ses tonuyla “hayır” demek
- Sözlü saldırılara cevap vermemek ve mümkünse ortamdan uzaklaşmak ➤ Fiziksel bir saldırı riski varsa oradan uzaklaşmak
- Güvendiğin birisine anlatmak
- Okul psikolojik danışmanı/rehber öğretmeni, öğretmen, anne baba, müdürden yardım istemek
- Zorbalık yapan kişiyle yalnız kalmaktan kaçınmak ➤ Durumun senin hatan olmadığını bilmek

AKRAN ZORBALIĞI ŞAKA DEĞİLDİR!

Yaptığınız şakalar arkadaşınızı kırıyor ve incitiyorsa bu şaka değildir.

Arkadaşınız yaptığınız şakalardan hoşlanmıyorsa durun ve devam etmeyin.

Şaka ile zorbalık arasında ince bir çizgi vardır, çizgiyi aşmayın.



ZORBALIĞA KARŞI DOSTLUK, NEZAKET, SAYGI...

Zorbalığa zorbalıkla karşılık vermek yalnızca şiddeti besler, bu yüzden şiddet ve nefreti alt atmanın tek yolu şevkattir.

ÖĞRENCİ BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ



AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran zorbalığı, akran grubu içinde fiziksel, duygusal ya da sosyal biçimde zarar veren, tekrar tekrar yaşanan saldırgan davranış biçimi olarak tanımlanmaktadır.



**Zorbalık
zarar verir!**

ZORBALIK ÇEŞİTLERİ

Fiziksel Zorbalık: Öğrenciye yönelik olarak yapılan fiziksel güç içeren davranışlardır.

Sözel zorbalık: Öğrenciye veya ailesine yönelik olarak yapılan olumsuz yargılar, atıflar veya sözel davranışlardır.

İlişkisel zorbalık: Öğrencinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışlardır.

Siber zorbalık: Teknolojinin gelişmesi ile birlikte hayatımıza giren bilgisayar ve cep telefonlarını kullanarak yapılan davranışlardır.

Örneğin;

Saç Çekmek

Küfür Etmek

Özel yerlerine Dokunmak

Vurmak

Lakab Takmak

Tehdit Etmek

Dışlamak

Sosyal Medyada Yalan Haber Yayımlamak

ZORBALIK MAĞDURLARI NELER YAŞAR?

- Benlik saygısını yitirirler ve bunu geri kazanmak yıllarca sürebilir.
- Devamsızlığı artabilir ya da okulu terk edebilir.
- Depresyona girebilirler.
- Hıncını başka çocuklardan çıkarabilir.
- Arkadaşlarından soyutlanabilir ve yalnız kalabilir.
- Kendine ve diğerlerine olan güvenini yitirebilir

