

## Akran Zorbalığı Bülteni

### Akran Zorbalığı Nedir?

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

Zorbalığı 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
- ✓ Cinsel
- ✓ Siber



### Zorbaca Davranışlara Maruz Kalanlar

## Zorbalıkla Baş Etmede Kullanabileceğin Stratejiler

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

### Zorbaca Davranışlar Sergileyenler

## Güç ve Güçlü Olmak Nedir?

- ✓ Fiziksel olarak güçlü olmak
- ✓ Duygusal olarak güçlü olmak
- ✓ Sosyal olarak güçlü olmak



### Zorbaca Davranışlara İzleyici Kalanlar



- ✓ Önünde zorbaca davranan bir arkadaşın varsa onu uyarabilirsin, “Dur!” diyebilirsin.
- ✓ Zorbalığa uğrayan arkadaşına destek çıkabilirsin.
- ✓ Güvendiğin bir yetişkinden durumu anlatarak yardım isteyebilirsin.
- ✓ Ne olursa olsun sessiz kalma!

## BAŞKALARINI KIZDIRMAK BAZEN EĞLENCELİDİR

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

## ZORBALIK YAPILDIĞINDA BUNU YETİŞKİNLERE ANLATMAK İSPİYONCULUKTUR

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 şikâyet etmek ispiyonculuk değil, tam tersine yapılması gereken bir davranıştır. Benzeri biçimde “Zorbalıktan şikâyet eden öğrenciler ana kuzusudur” ve “Zorbalıktan şikâyet edenler kırılğan kimselerdir.” gibi zorba öğrencilerin yaydığı düşüncelerin ciddi bir temeli yoktur.

## BİRİNE LAKAP TAKMAK ZORBALIK SAYILMAZ

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.



## ZORBALIK YAPANLARI GÖRMEZDEN GELİRSENİZ SİZİ BIRAKIRLAR!

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.

## BİR ZORBA İLE BAŞ ETMENİN EN İYİ YOLU ONUNLA KAVGA ETMEK VE INTIKAM ALMAKTIR!

Bazı yetişkinler çocukları Zorbalığa uğradığında; diőe diő mücadele etmelerini, kavgadan çekinmemelerini önermekte, “Biri sana saldırdığında sen de ona saldırmalı ve anlayacağı dilden karşılık vermelisin!” biçiminde öğütlerde bulunmaktadır. Bir yanlıő başka bir yanlıőla düzeltmeyeceğimize göre bu görüőe katılmak mümkün değildir.

## ZORBALIĞA UGRAYAN ÖĞRENCİLER YETİŐKİNLERDEN YARDIM İSTEMEMELİ, SORUNU KENDİ BAŐINA ÇÖZMELİDİR!

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

