

Akran Zorbalığı Nedir?

Akran zorbalığı “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

Zorbalık döngüsünde temel olarak üç grup yer alır: *Zorbaca davranış sergileyen, zorbaca davranışlara maruz kalan ve izleyiciler.*

Zorba, kurbandan fiziksel ve psikolojik olarak daha kuvvetli konumda olan ve zarar veren bireydir.

Zorbalığa maruz kalan ise zorbanın tekrarlı zarar verici davranışlarını yönelttiği bireydir.

İzleyiciler ise zorbaca davranışların sergilendiği ortamdadır ancak davranışları durdurmak adına bir adım atmaz, olaya seyirci kalır.

Zorbaca Davranışlar Sergileyenler için;

- Karşınızdaki kişiye çok öfkeli olduğunuzu ve sakinleşene kadar bu konuyu konuşmak istemediğinizi söyleyin.
- Sizi sakinleştirebilecek bir etkinlikle uğraşın.
- Sizi sinirlendiren kişinin yanından uzaklaşın.
- Sakinleşince o kişinin yanına dönün ve sorun davranışa çözüm bulmaya çalışın.

Zorbaca Davranışlara Maruz Kalanlar için;

- Yüksek sesle «Hayır» diyerek zorbayı durdurun.
- Beden diliniz önemlidir. Ürkek ve çekingen tavırlarla gezerseniz daha fazla dikkat çekersiniz. Özgüvenli bir tavırla durursanız
- sizinle daha az uğraşırlar.
- Söylediklerini, yaptıklarını umursamayın kendinizi başka şeylerle meşgul edin.
- Olayları gizleyerek zorbalara yardımcı olmayın. Çünkü gizlilik, zorbaların en güçlü silahıdır.
- Güvendiğin bir yetişkine mutlaka haber verin ve yardım isteyin.
- Zorbayla karşılaştığında ortamı terk edin.

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!

ZORBALIĞA KARŞI DUYARLILIĞI AZALTAN YANLIŞ İNANÇLAR

- “Kavga etmek ve saldırganca davranmak doğaldır.”
- “Başkalarını kızdırmak bazen eğlencelidir.”
- “Bazı öğrenciler zorbalığı hak ederler.”
- “Zorbalıktan şikayet eden öğrenciler ana kuzusudurlar.”
- Bu tür yaygın inançların DOĞRU OLMADIĞINI UNUTMAYIN!



Beypazarı Rehberlik
ve Araştırma Merkezi

İletişim



03127627235



[HTTPS://BEYPAZARIRAM.MEB.K12.TR/](https://beypazariram.meb.k12.tr/)



KURTULUŞ MAHALLESİ KÖROĞLU
SOKAK 15 TEMMUZ ŞEHİTLERİ
ANAOKULU SİTESİ 11/A BEYPAZARI

Okul ortamında zorbalığa uğradığınızda

**ZORBALIK YAPANA YÜKSEK SESLE
“HAYIR!” DİYEREK RAHATSIZLIĞINIZI
NET BİR BİÇİMDE İFADE EDİN.**



AKRAN ZORBALIĞI