

## Zorbalığa Dair Yanlış Düşünceler

- **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 Maruz Kalanlar Yetişkinlerden Yardım İstememeli, Sorunu 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. Güvendiğin herhangi bir yetişkine (öğretmen, rehberlik öğretmeni, anne, baba vs.) durumu anlatabilirsin.

## Siber Zorbalık

Siber zorbalığın tanımı “bir kişi ya da grup tarafından internet üzerinden başka bir kişiye yönelik agresif ve bilinçli eylem ve davranış” şeklindedir. Bir başka tanıma göre Siber Zorbalık, “internet, cep telefonu ve diğer dijital haberleşme araçlarıyla bir kişiyi utandırmak ve incitmek için mesaj ya da fotoğraf paylaşımı” olarak adlandırılıyor.

### Siber Zorbalıktan Korunmanın İpuçları Nelerdir?

- Her şeyden önce iletişim araçları ve internet bilinçli kullanılmalıdır.
- Ele geçirilmesi ve tahmin edilmesi zor kullanıcı şifresi belirlenmelidir.
- Yüz yüze ilişkilerdeki etik kurallar sanal ortamda da aynıyla uygulanmalıdır.
- Tanımadığımız kişilerden gelen mesajları okumamak, onaylamamak, paylaşmamak ve engellemek sizi her zaman daha güvenli kılar.
- Kişisel bilgileriniz size özeldir, başkalarıyla paylaşılmamalıdır.



GELECEK BİZİM

## Temel Eğitimde Demokrasi Kültürünün Güçlendirilmesi Projesi

Temel Eğitim Kurumlarında demokratik yetkinlikleri artırmak, demokratik okul kültürünü teşvik etmek, toplumda demokratik yetkinlikler ile insan hakları ve demokrasiye ilişkin farkındalıkları arttırmak amaçlanmıştır.

### Projeden Beklenen Sonuçlar

1. Demokratik kültür yetkinliklerinin ve insan hakları ve demokrasiye ilişkin farkındalığın temel eğitim sistemine ve okul uygulamalarına dâhil edilmesine yönelik stratejik bir eylem planı için politika tavsiyelerinin geliştirilmesi
2. Temel eğitim kurumları için insan hakları, demokrasi ve temel evrensel değerlere dayalı eğitim materyallerinin geliştirilmesi
3. Temel eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenlere ve eğitim uygulayıcılara demokratik kültür yetkinliklerinin kazandırılması.
4. Temel eğitim kurumlarının, okul topluluklarının ve genel olarak toplumun demokratik okul kültürüne ilişkin farkındalık ve anlayışlarının geliştirilmesi.

### BAHÇELİEVLER ŞEHİT SIDKI KARA İLKOKULU

#### Rehberlik Servisi

Armağan İlci Mah. Muratpaşa Cad. No:1  
Merkez / BURDUR

Telefon: 0 (248 232 17 23  
www.bahcelievlerio.meb.k12.tr  
701460@meb.k12.tr



## BAHÇELİEVLER ŞEHİT SIDKI KARA İLKOKULU



## AKRAN ZORBALIĞI

## Akran Zorbalığı Nedir?

Zorbalık, daha güçlü bir kişi ya da bir grup kişi tarafından daha az gücü olan bir kişiye karşı yapılan ve sürekliliği olan fiziksel, psikolojik, sosyal ve sözel olarak tekrarlanan saldırdır.

### Zorbalık Davranışının Özellikleri

- 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.
- Saldırgan davranış gibi zorbalık da birinin incitilmesine, ona zarar verilmesine neden olur.
- Tekrarlanan bir davranıştır, sadece bir kez ya da iki kez gerçekleşen bir davranış zorbalık olarak değerlendirilmez.

### Zorbalık Türleri

- Fiziksel (Vurma, eşyaya zarar verme vs.)
- Sözel (Argo, lakap vs.)
- Duygusal (Dışlanma, dedikodu vs.)
- Cinsel
- Siber



### Zorba Kimdir?

Kendi gücünü daha zayıf kişileri incitmek ya da onları korkutmak için kullanan kişidir. karakterize edilirler.

### Zorbalığa 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.

### Zorbalık Yapanlar

#### Güç ve Güçlü Olmak Nedir?

- Fiziksel olarak güçlü olmak (Sağlıklı olmak)
- Duygusal olarak güçlü olmak (Duygu ve düşüncelerini ifade edebilmek)
- Sosyal olarak güçlü olmak (Arkadaş ilişkileri)

### Zorbalığı İzleyenler

- 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 SESSİZ KALMA!**

### Zorbalığa Dair Yanlış Düşünceler

- **Başkalarını Kızdırmak Bazen Eğlencelidir**

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

- **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 Gelerseniz 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.