

ZORBACA DAVRANIŞLAR ŞERHİLEYENLER İÇİN:

- 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.



Başkalarının duygularına önem vermek zayıflık değildir. Öfkeli ve bilerek zarar verici davranışlar sergilemek de güçlü olmak demek değildir!

Zorbalık Davranışının Türleri

- Fiziksel
- Sözel
- Duygusal
- Cinsel
- Siber

ZORBALIKLA BAŞ ETMEDE KULLANABİLECEĞİN STRATEJİLER

*YÜKSEK SESLE "HAYIR!" DİYEREK ONU DURDURMAK,
SÖYLEDİKLERİNİ, YAPTIKLARINI UMURSAMAMAK İÇİN
KENDİNİ MEŞGUL ETMEK,
GÜVENDİĞİN BİR YETİŞKİNE HABER VERMEK,
YETİŞKİNDEN YARDIM İSTEMEK,
ORTAMI TERK ETMEK.*



Çameli Anadolu Lisesi

PDR SERVİSİ

AKRAN ZORBALIĞI



AKRAN ZORBALIĞI

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.

ZORBAÇA DAVRANIŞLARA İZLEYİCİ KALANLAR

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

Zorbalık döngüsünde temel olarak üç grup yer alır:

- Zorba
- Zorbalığa Maruz Kalan
- Seyirci

ZORBALIKLA İLGİLİ DOĞRU BİLİNEN YANLIŞLAR

1 Başkalarını Kızdırmak Bazen Eğlencelidir.

2 Zorbalık Yapıldığında Bunu Yetişkinlere Anlatmak İspyonculuktur.

3 Birine Lakap Takmak Zorbalık Sayılmaz.



6 Zorbalığa Uğrayan Öğrenciler Yardım İstememeli, Kendi Başına Çözmelidir.

5 Bir Zorba İle Baş Etmenin En İyi Yolu Onunla Kavgaya Etmek ve İntikam Almadır.

4 Zorbalık Yapanları Görmezden Gelirseniz Sizi Bırakırlar.