

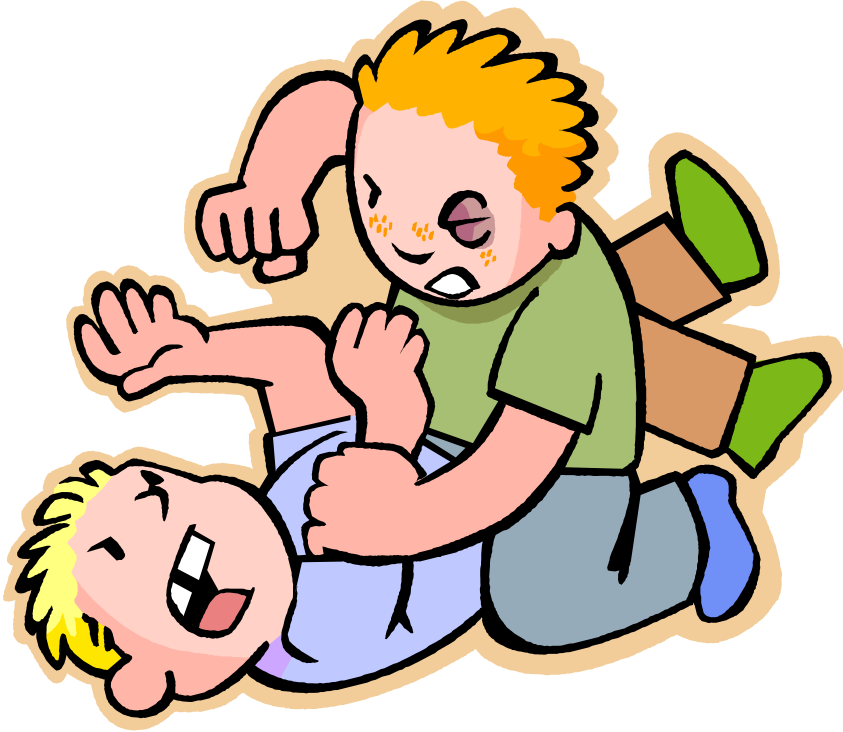


# AKRAN ZORBALIĞI

**EYYUB APAK**

REHBER ÖĐRET MEN – PSİKOLOJİK DANIŐMAN  
NAZ ÖZDİLEK İLKOKULU

# ZORBALIK NEDİR?



- Zorbalık, bir kişi ya da bir grup tarafından, kendisinden güçsüz bir kişiye ya da gruba karşı yapılan; sürekliliği olan; fiziksel, sözel, duygusal olarak kasten bireye zarar verme maksatlı gerçekleştirilen saldırılardır.

# ZORBALIK NEDİR?

Saldırgan davranış gibi zorbalık da birinin incitilmesine, ona zarar verilmesine neden olur. Ancak bu zarar, herhangi bir kışkırtma olmaksızın; kasıtlı olarak, bilerek zarar verme niyetiyle gerçekleşir.

# ZORBALIK NEDİR?

Tekrarlanan bir davranıştır; sadece bir - iki kere gerçekleşen ve son bulan istenmeyen bir davranış zorbalık olarak değerlendirilmez.



# ZORBALIK NEDİR?

Arada bir güç dengesizliğinin olması önemlidir. Zorbaca davranışı kullanan birey genellikle daha güçlü olarak düşünülür ya da algılanır, zorbalığa uğrayan kişi kendini çok iyi savunabilecek durumda değildir.



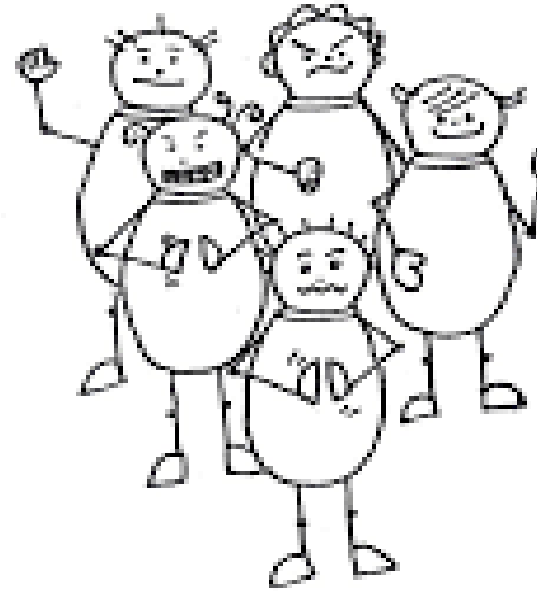
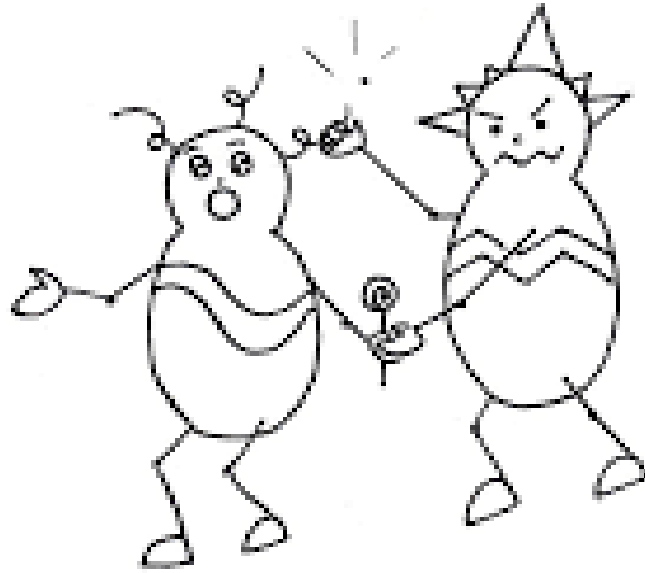
# ZORBA KİMDİR ?

FİZİKSEL ŞİDDET UYGULAYAN  
VE KÜFÜR EDENLERDİR



# ZORBA KİMDİR ?

HOŞ OLMAYAN İSİMLER  
TAKANLARDIR



ZORBA KİMDİR ?

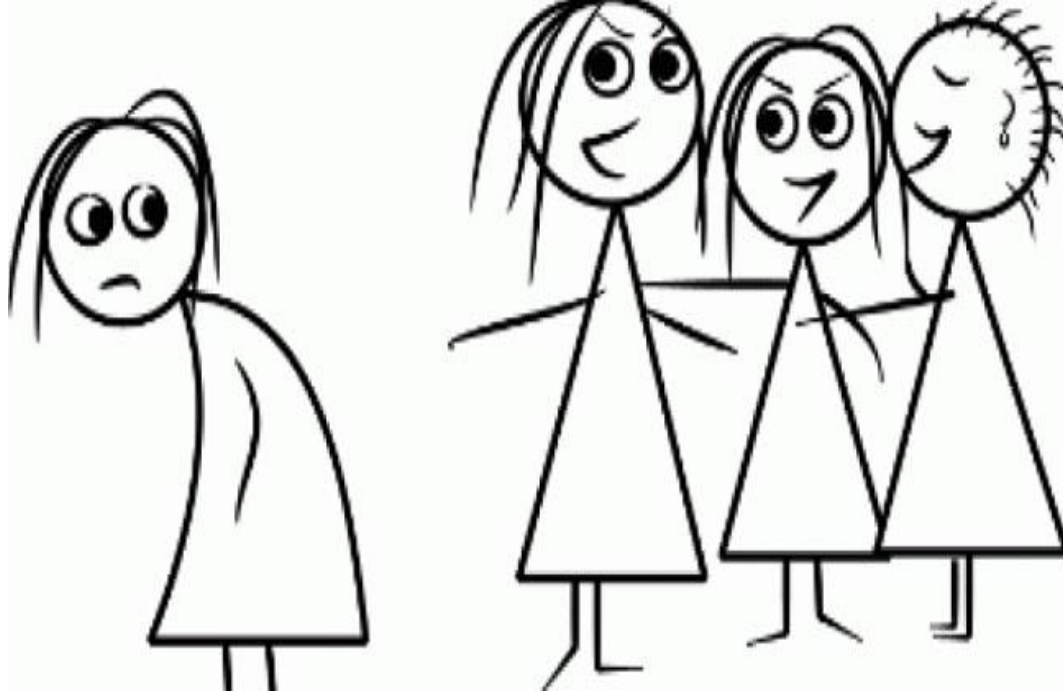
ALAY EDENLERDİR





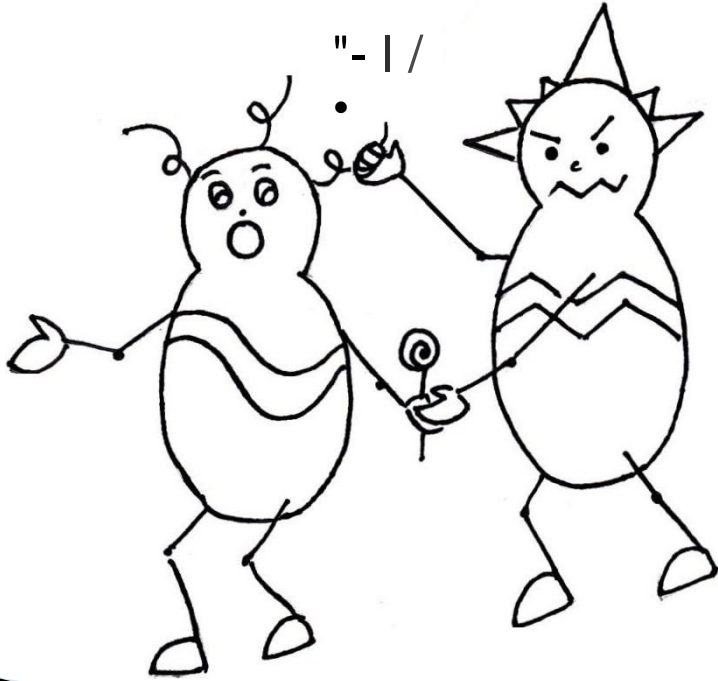
ZORBA KİMDİR ?

DIŞLAYANLARDIR.



# NE TÜR ZORBALIKLAR YAPILIR?

## Fiziksel Zorbalık



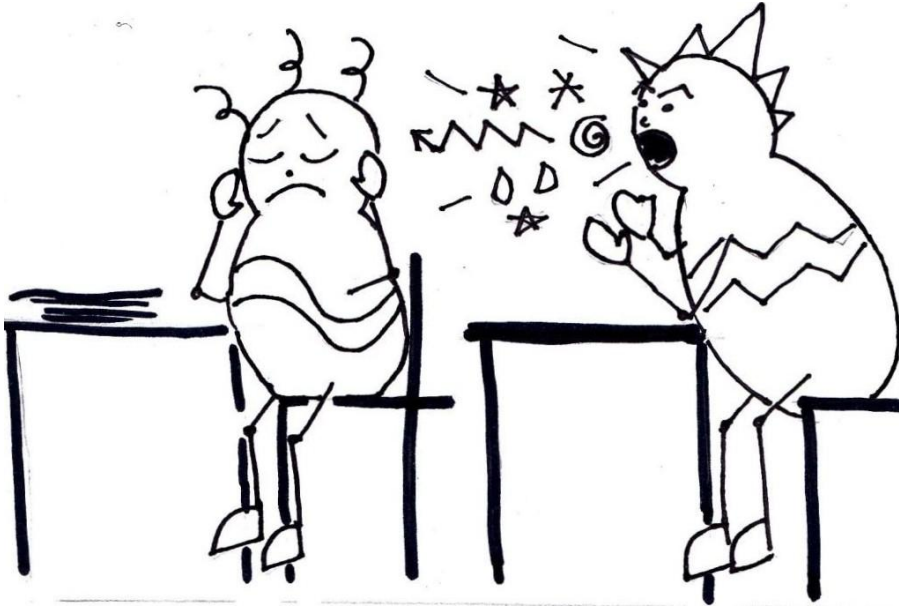
### Fiziksel zorbalık:

- Vurmak, tekme atmak
- Kendisine ait olmayan eşyalara zarar vermek
- Özel olan yerlerine dokunmak
- Saç çekmek



# NE TÜR ZORBALIKLAR YAPILIR?

## Sözel Zorbalık

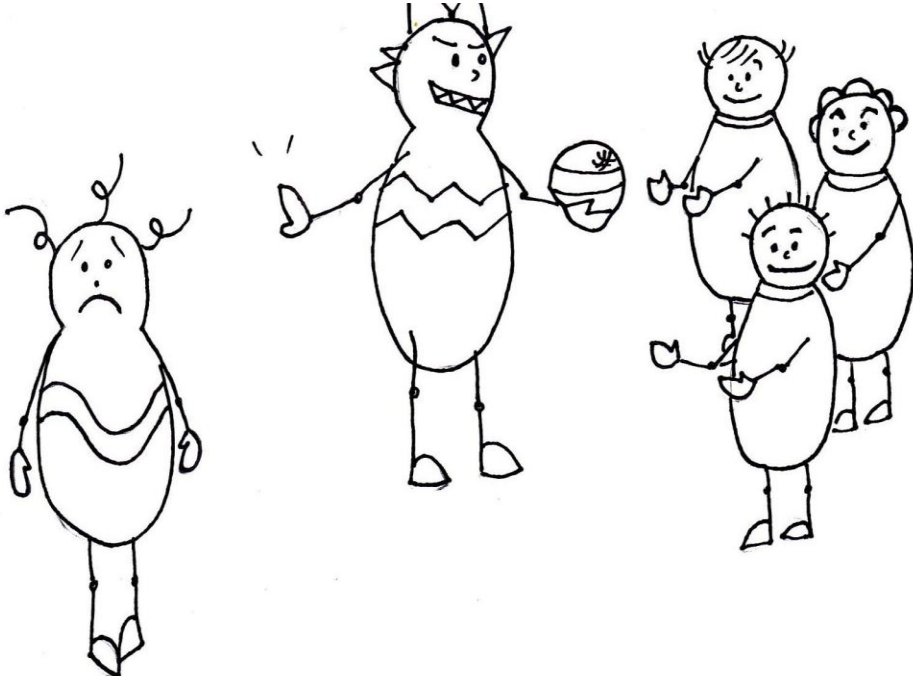


### Sözel zorbalık:

- Alaycı isim takmak
- Birine küfretmek
- Alay etmek
- Hakaret etmek
- Aşağılamak

# NE TÜR ZORBALIKLAR YAPILIR?

## Duygusal Zorbalık



### Duygusal zorbalık:

- Yokmuş gibi davranmak
- Dışlamak (gruptan, oyundan, arkadaşlıktan)
- Dedikodu yaymak

# NE TÜR ZORBALIKLAR YAPILIR?

## Siber Zorbalık



### Siber zorbalık:

- Hakaret içeren, üzen mesajlar atmak
- Resimleri izinsiz internete koymak
- Kırıcı yorumlar yapmak
- Yalan haber yaymak



# PEKİ! KİMLER VAR BU İŞİN İÇİNDE?

Zorba- Mağdur- İzleyen



# SESSİZ İZLEYİCİLER KİMLERDİR?

ZORBAYI DESTEKLEYENLER

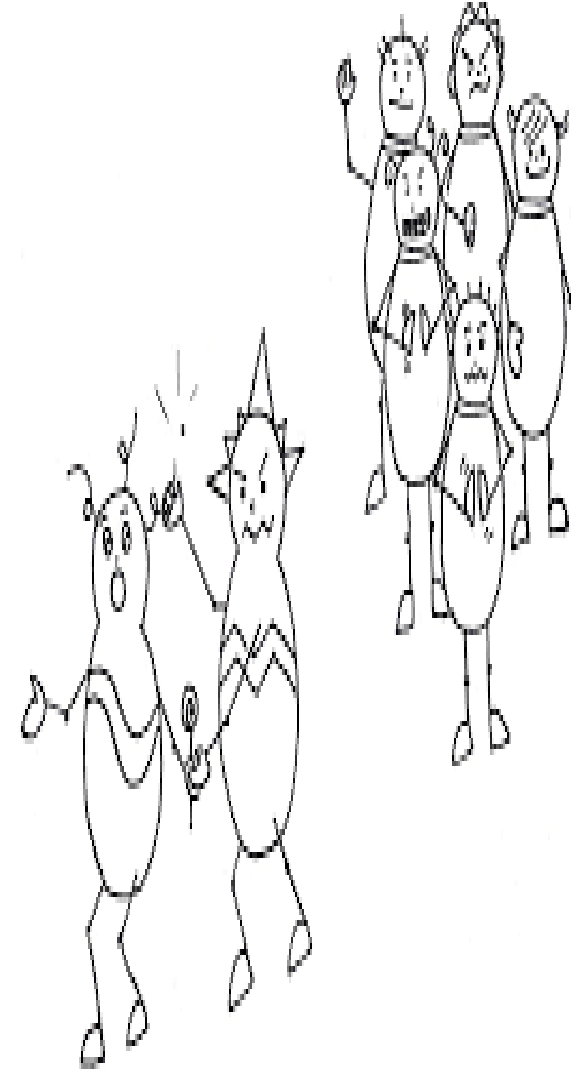
ZORBALIĞI FİLM İZLİYORMUŞÇASINA SEYREDENLER

ZORBALIĞA MÜDAHALE ETMEK İSTEMEYENLER

YAŞANAN OLAYI KİMSEYE BİLDİRMEYENLER

## NEDEN SEYİRCİ KALINIR?

- Mağdurun hak ettiğini düşünme
- Kendini güvende hissetmeme
- Zarar göreceğini düşünme
- Kendisine de zorbalık yapılmasından korkma
- Bana dokunmayan yılan bin yaşasın mantığı...



# ZORBALIK DAVRANIŞININ NEDENLERİ NELERDİR?

- Güç kullanarak hakimiyet kurmaya çalışmak istediğinden,
- Korkularını gizlemek için,
- Mutsuz oldukları için,
- Sevilmeden büyüdüğü için,
- Hakkı olandan fazlasını almak için,
- Başkaları tarafından beğenilmek için,
- Zorbalıkla ön plana çıkmak için; dahil olduğu arkadaş grubuna yaranmak veya göz korkutarak liderlik etmek için,
- \* Karşısındakinin bunu hak ettiğini düşünmesinden,
- \* Empatiden yoksun olduklarından,
- \* Bir şeyleri başardıklarını hissetmediklerinden,
- \* Her istedikleri yapıldığından, şımarık oldukları için
- \* Kendilerini sevmedikleri, beğenmedikleri için,
- \* Kendilerini yetersiz ve aşağılanmış hissettiklerinden
- \* Sert ve dayanıklı izlenimi vermek için,



ZORBALIĞA UĞRAMA İHTİMALİ DAHA YÜKSEK OLAN  
BİREYLERİN GENEL ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

PASİF

DÜŞÜK ÖZ GÜVEN

ÇEKİNGEN

İÇİNE KAPANIK

HAKKINI SAVUNAMAMA

YOĞUN KORKU YAŞAMA

UTANGAÇ

ASOSYAL

DÜŞÜK BENLİK SAYGISI

# ZORBALIĞA MARUZ KALAN BİREYLER NE HİSSEDER?

KIZGINLIK

SUÇLULUK

GÜVENSİZLİK

YOĞUN ÖFKE

KORKU

OKULA GİTMEK İSTEMEME

MUTSUZLUK

UTANMA

PANİK

ENGELLENME

YALNIZLIK

DÜŞÜK BENLİK SAYGISI

## ZORBALAR NE HİSSEDER?

KORKUSUZ DEĞİLLERDİR,  
KORKARLAR

ACIMASIZLIK

POPÜLER OLMA İSTEĞİ

ZAYIFLIK HİSSETME

SALDIRGANLIK

DÜŞÜK BENLİK SAYGISI

KISKANÇLIK

YALNIZLIK

MUTSUZLUK

SUÇLULUK

## ZORBALIKLA NASIL BAŞA ÇIKILABİLİR?

- Zorbalık karŐısında sessiz kalmayın !

KarŐınızdaki kim olursa olsun hiç kimse haklarınızı ihlal edemez. İstenmeyen bir davranıŐla karŐılaŐtıĐında buna derhal "dur" de. Sınırlarını ve haklarını cesurca koru.! Kendine güven.!



# ZORBALIKLA NASIL BAŞA ÇIKILABİLİR?

## •CESUR OL KORKMA!

Zorbalık ile karŐılaŐtıđında;  
KarŐındaki zorbanın yaŐı, boyu, g¼c¼  
ne olursa olsun kendinden emin ol, dik dur  
ve asla zorbaya korkulu g¼zlerle bakma.

Hakkını savun. Sınırlarını koru. Sana karşı  
yapılmasını istemediğin davranışı duygularını  
¼n plana çıkararak ve zorbayı empati yapmaya  
sevk ederek etkili bir iletiŐim  
diliyle zorbaya aktar.

T¼m bunları yapmana rađmen zorba,  
olumsuz davranıŐa inatla, ısrarla devam  
ederse derhal bu durumu sınıf ¼đretmeni  
veya rehber ¼đretmenine ve ailene anlat.



## ZORBALIKLA NASIL BAŞA ÇIKILABİLİR?

• ZorbaliĐa maruz kaldığınızda ve bu durumla başa çıkamadığınızda derhal yaşadıklarınızı sınıf öğretmeninizle, rehberlik ve psikolojik danışma servisi ya da okul idaresiyle paylaşın.

Bu durumu paylaşmak  
"İSPIYONCULUK DEĞİL",

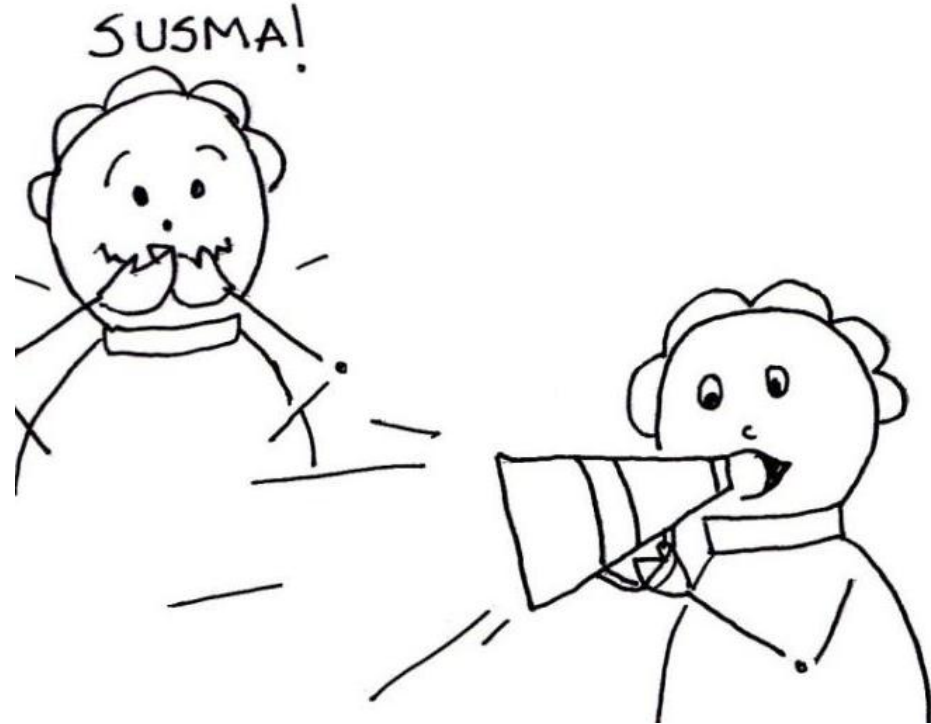
**"HAKKINIZI KORUMAKTIR"!**

# ZORBALIKLA NASIL BAŞA ÇIKILABİLİR?

## SEYİRCİ KALMAYIN..!

Okulunuzu ve arkadaşlarınızı sahiplenin. Sadece kendinize değil arkadaşınıza yapılan zorbalığa da tepki gösterin.

Zorbaya DUR de.!  
Problemi Masaya Yatırın.  
Arabulucu Olun.  
Yardım Edin veya Yardım İsteyin.



# ZORBALIKLA NASIL BAŞA ÇIKILABİLİR?

OKULUNA VE ÖĐRETMENİNE GÜVEN !

OKULUMUZ, ZORBALIĞA VE ŐİDDETE KARŞI SİZİ KORUR,  
SİZE YARDIM EDER.

HEPİMİZ YANINIZDAYIZ !





**ZORBA OLMA !**  
**EMPATİ YAP !**  
**AHLAKLI, İYİ BİR İNSAN OL !**  
**ZARAR VERME - MUTLU ET !**  
**ARKADAŞ OL!**

**ZORBAYA BOYUN EĞME ! DUR DE !**  
**CESUR OL! DİK DUR !**  
**KENDİNE GÜVEN !**  
**HAKKINI SAVUN !**  
**YAŞADIĞIN ZORBALIĞI ANLAT -**  
**YARDIM İSTE !**