



AKRAN ZORBALIĞI

ÖĞRENCİ SUNUMU



Kızıltepe Rehberlik ve
Araştırma Merkezi

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Okullarda sıklıkla karşılaştığımız akran zorbalığı 'bir veya birkaç öğrencinin bir başka öğrenciye karşı yaptığı saldırgan davranışlar' olarak tanımlanmaktadır.

Olweus'a (1993) göre akran zorbalığının 3 temel özelliği vardır:

- Bilinçli ve kasıtlı olarak karşı tarafı incitmeye ve zarar vermeye yönelik olması
- Tekrarlayıcı ve sürekli olması
- Güç dengesizliği olması (zorbalık yapan öğrencinin fiziksel, zihinsel veya yaş olarak daha büyük olması)



AKRAN ZORBALIĞI TÜRLERİ

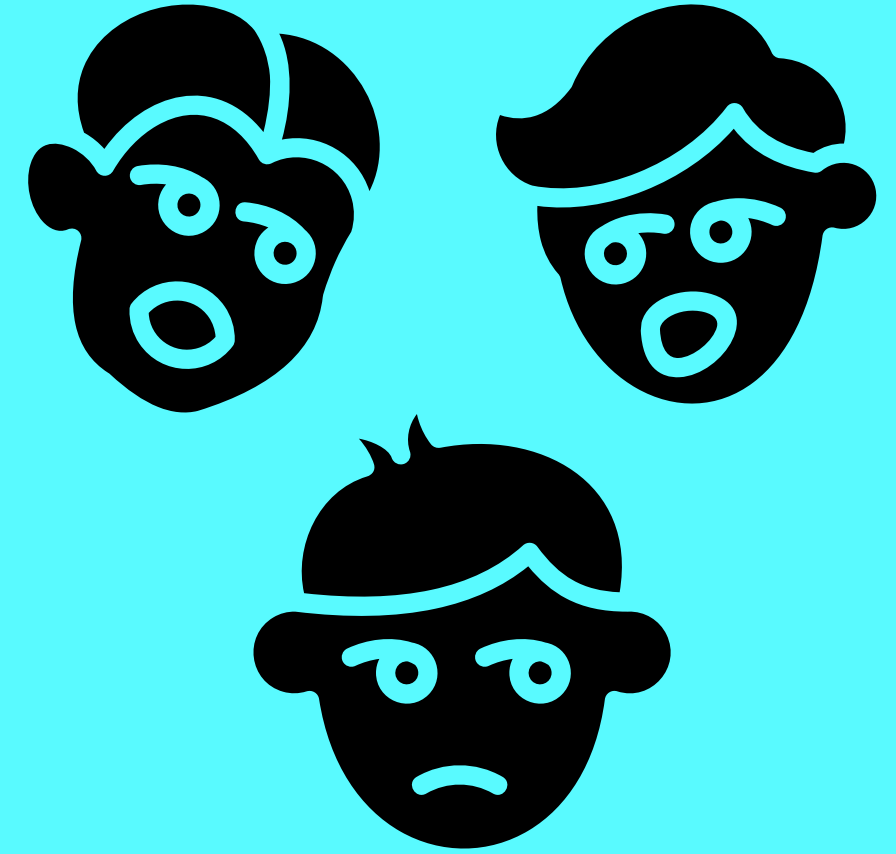


Doğrudan zorbalık:

Fiziksel ve sözel zorbalık • Direkt ve açık olarak karşıdaki kişi üzerindeki güç, statü ve hakimiyet gösterme isteğidir. • Kişiye yönelik açık saldırı içerir. • Zorbaliğa maruz kalan kişi zorbanın kim olduğunu bilir

Dolaylı zorbalık:

İlişkisel ve siber zorbalık • Amaç kişinin içinde bulunduğu sosyal ilişkileri etkilemektir. • Kişiye karşı dolaylı olarak saldırı içerir. • Üçüncü kişiler yoluyla yapılabilir. • Zorbaliğa maruz kalan kişi zorbanın kim olduğunu bilmeyebilir.





Fiziksel Zorbalık

- Fiziksel zorbalık: Öğrenciye yönelik olarak yapılan fiziksel güç içeren davranışlardır.
- Fiziksel zorbalık okullarda en sık görülen zorbalık türüdür.
- Diğer zorbalık türlerine kıyasla öğretmenler/öğrenciler tarafından kolaylıkla tespit edilir.



Sözel Zorbalık

- Sözel zorbalık: Öğrenciye veya ailesine yönelik olarak yapılan olumsuz yargılar, atıflar veya sözel davranışlardır.
- Okullarda sıklıkla görülmektedir.
- Sözel zorbalığın öğretmenler/öğrenciler tarafından fark edilmesi daha zordur.



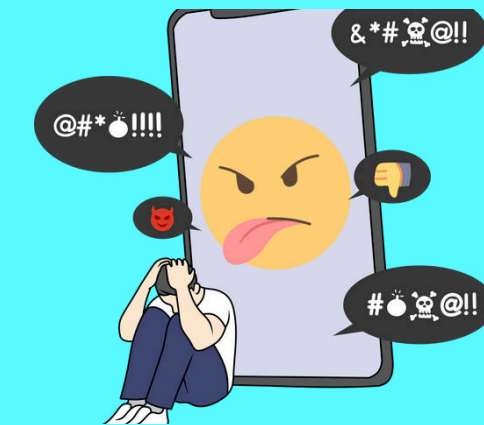
İlişkisel Zorbalık

- İlişkisel zorbalık: Öğrencinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışlardır



Siber Zorbalık

- Siber zorbalık: Teknolojinin gelişmesi ile birlikte hayatımıza giren bilgisayar ve cep telefonlarını kullanarak yapılan davranışlardır.



AKRAN ZORBALIĞINDA FARKLI ÖĞRENCİ ROLLERİ



Zorbalık
yapan
öğrenciler

Zorbalığa
maruz kalan
öğrenciler

Hem zorbalık
yapan hem
de zorbalığa
maruz kalan
öğrenciler:

Izleyici
öğrenciler

AKRAN ZORBALIĞININ SONUÇLARI

ZORBALIK YAPANLAR

- Okuldan kaçma, okuldaki kuralları çiğneme
- Öğretmenlere karşı gelme
- Okula karşı ilgisizlik, akademik başarıda düşüş
- Aileye veya öğretmene yönelik saldırgan ve şiddet içerikli davranışlar gösterme
- Yetersiz sosyal beceriler, soyutlanma ve yalnız kalma
- Erken yaşta alkol, sigara ve madde kullanımı



ZORBALIĞA MARUZ KALANLAR

- Kendisini değersiz ve mutsuz hissetme
- Kızgınlık, çaresizlik ve yalnızlık
- Uyku problemleri
- Fiziksel belirtiler (karın ağrısı, baş ağrısı, mide bulantısı)
- Okula karşı isteksizlik, okuldan uzaklaşma, okulda kendini güvensiz hissetme, akademik başarıda düşüş, konsantrasyon problemleri, okul veya sınıf değişikliği
- Düşük benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı
- Kendine zarar verme düşünceleri ve girişimi



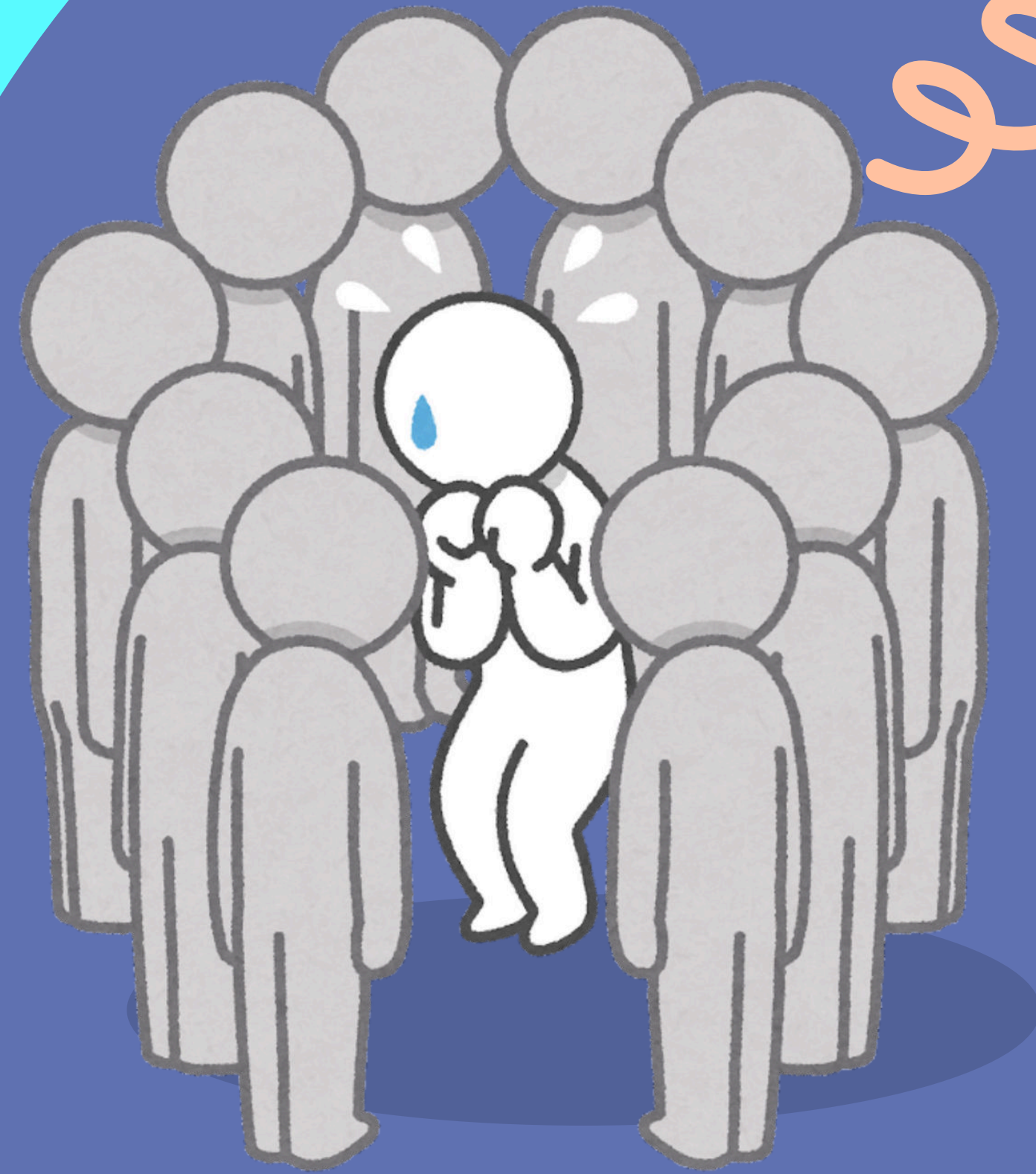
ZORBALIK YAPAN VE ZORBALIGA MARUZ KALANLAR

- Yüksek düzeyde saldırgan davranışlar
- Depresyon ve kaygı
- Duygusal stres
- Düşük benlik saygısı
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler
- Dışlanma



İZLEYİCİLER

- Benim de başıma gelebilir düşüncesi
- Kendini savunmak için sürekli tetikte olma hissi
- Zorbaliğa maruz kalan öğrenciye yardım edemediği için suçluluk duyma veya güçsüz hissetme
- Zorbalık olaylarına katılması için baskı hissetme
- Mutsuzluk, üzüntü, umutsuzluk
- Korku, kaygı, endişe, tedirginlik
- Okulu sevmeme, okuldan uzaklaşma ve okulda kendini güvende hissetmeme



ZORBALIK YAPAN ÖĞRENCİ NELER YAPABİLİR?



- Sinirlendiğinizde karşınızdaki kişiden uzaklaşmaya çalışın, bu durumu daha sonra konuşun
- Arkadaşlarımızın hepsi sizinle aynı şekilde olmak ya da sizin istediğiniz gibi görünmek zorunda değil, onları olduğu gibi kabul edebiliriz.
 - Başkalarının duygularına önem vermek zayıflık değildir.
 - Öfkeli ve bilerek zarar verici davranışlar sergilemek de güçlü olmak demek değildir!
- Zorbalık davranışlarını sergiliyorsanız, yardım almak için rehberlik servisi ya da güvendiğiniz bir yetişkin ile konuşabilirsiniz.

ZORBALIĞA MARUZ KALAN ÖĞRENCİ NELER YAPABİLİR?



- Zorbalık yapana yüksek sesle “HAYIR!” diyerek rahatsızlığınızı net bir biçimde ifade edin.
 - Zorbalık yapanın söyledikleri ya da yaptıkları karşısında kendi kendine “Bu benim problemim değil. Ben kendimi tanıyorum. O ne söylerse söylesin ben yine de iyi biriyim.” gibi olumlu mesajlar verin.
 - Kesinlikle şiddet kullanarak karşılık vermeyin. Şiddet kullanmak yerine sakin kalın veya girişken davranın. Eğer bunları yapamıyorsanız anında oradan uzaklaşın.
 - Olayları gizleyerek zorba davranış yapan öğrencilere yardımcı olmayın. Çünkü gizlilik, zorbaların en güçlü silahıdır.
- Güvendiğiniz bir yetişkine mutlaka haber verin ve ondan yardım isteyin.
- Zorbayla karşılaştığınızda ortamı terk edin.

İZLEYİÇİ NELER YAPABİLİR?

- *Olayı izlemeye dalmayın
- *Zorbalık yapan öğrenciye karşı şiddet içermeyen yöntemler kullanarak olayı sonlandırmaya çalışmalarını söyleyin (örn. uygun sözel ifadeler ile).
- *Zorbalığa uğrayan arkadaşınıza destek verebilirsiniz.
- *Bir yetişkini olay yerine çağırın
- *Sadece gülümsemenizle de olsa zorbaya güç vermeyin
- *Unutmayın, siz de bir gün zorbalığa maruz kalabilirsiniz!



TEŞEKKÜRLER



Kızıltepe Rehberlik ve
Araştırma Merkezi