



AKRAN ZORBALIĞI

ZORBALIK NEDİR?

Zorbalık insanların birine karşı bilerek kaba davranması ya da ona zarar vermesidir.

Zorbalık herkesin başına her yaşta gelebilir, okulda, oyun alanında, evde, internette.

Birisi sizi itebilir, size vurabilir, sizinle dalga geçebilir, eşyalarınızı alabilir, size lakap takabilir sizi bilerek görmezden gelip dışarıda bırakabilir ya da farklı olduğunuz için sizle dalga geçebilir.

Zorbalık önemsiz değildir.

Zorbalığa uğruyorsanız bu sizin hatanız değildir.



ZORBALIK TÜRLERİ

- **Fiziksel Zorbalık**
(Dövmek, vurmak, itmek, eşyaları zorla almak vb.)
- **Sözel/Psikolojik/ Duygusal Zorbalık**
(Alay etmek, lakap takmak, bedensel görünüşle dalga geçmek, söylenti çıkarmak vb.)
- **Siber Zorbalık**
(Tehdit içeren, utandırıcı mesajlar göndermek, izinsiz şekilde çekilen fotoğrafları sosyal medyada paylaşmak, sosyal medya gruplarından keyfi olarak çıkarma, dışlama vb.)



ZORBALIKTA YER ALAN GRUPLAR

ZORBA

İstemli olarak bir süre boyunca, bir veya daha fazla kişiyi rahatsız edecek olumsuz davranışlarda bulunan öğrencilerdir.

Zorba, hem zorba hem de mağdur olabilir.

MAĞDUR

Düzenli olarak ve bir süre boyunca, bir veya daha fazla kişinin kendisini rahatsız eden olumsuz davranışlarına maruz kalan öğrencilerdir.

SEYİRCİ

Zorbalığa direk olarak karışmayan ama dışarıdan etki eden gruplardır.



Akran zorbalığının önlenmesinde en büyük sorumluluk seyircilere yani zorbalık olayına şahitlik eden kişilere düşmektedir. Seyirci konumunda olan kişiler olay esnasında veya hemen sonrasında eyleme geçmelidir.

ZORBALIĞA KARŞI NELER YAPABİLİRSİN?

NELER OLDUĞUNU BİRİLERİNE ANLAT

Zorbalık durumunu hemen güvendiğiniz birine anlatın, bu kişi bir arkadaş, öğretmen, akli hocası ya da güvenilen bir yetişkin olabilir. Yalnız değilsiniz ve zorbalığa uğruyorsanız ya da diğerlerinin zorbalığa uğradığını görüyorsanız birine anlatmak çok önemlidir.

ARKADAŞ CANLISI OL

Zorbalığa uğrayan ya da zorbalık yapan biri de arkadaş ve desteğe ihtiyaç duyar. Herkese karşı arkadaş canlısı olmak için fırsatlar yarat.

CESUR OL VE SUSMA

Karakterinize güvenin ve arkadaşlarınızı zorbalığa karşı durmaları ve bunu durdurmaları için cesaretlendirin, bunu yaşayanın siz ya da başkası olması önemli değil. Bu konudan konuşmanız sizin ispiyoncu olduğunuz anlamına gelmez. Birisine yardım ederek iyi bir şey yaptığınızı unutmayın.

ZORBALIK YAPMAYANLARLA YAKINLAŞ

ZORBAYA İSTEDİĞİNİ VERME

ZORBALIĞI NET DAVRANIŞ VE İFADELERLE REDDET

DEĞERLİ VE GÜÇLÜ OLDUĞUNU UNUTMA



Siber zorbalığa uğruyorsan ;

Zorbalığı belgele (ekran görüntüsü al)
İstismarcı kullanıcıları engelle
Şifrelerini düzenli olarak değiştir
Zararlı içerikleri bildir
Polise başvur
Daha fazla bilgi edinmek için **SİBERAY** sayfasını inceleyebilirsiniz.

ZORBALIK GERÇEKLERİ

ZORBALIK DOĞUŞTAN GELMEZ, SONRADAN ÖĞRENİLİR.

ZORBALIK ZAYIFLIĞIN İŞARETİDİR.

ZORBALIĞA UĞRAMAK MAĞDURUN SUÇU DEĞİLDİR.

ZORBALIK KOMİK YA DA EĞLENCELİ DEĞİLDİR.

YAPMADAN ÖNCE DÜŞÜN

Yapacağın şeyin sonuçları neler olabilir?

Zorbalık bir şaka değildir bunun çok ağır hukuki sonuçları olabilmektedir. Hapis cezası gibi ağır yaptırımlara maruz kalınabileceği unutulmamalıdır.

ARKADAŞLIK KANUNU

1. HERKESE KENDİNE DAVRANILMASINI İSTEDİĞİN GİBİ DAVRAN.
2. NAZİK VE DÜŞÜNCELİ OL, DİĞERLERİNİ
3. YARGILAMA, HERKESİN ARKADAŞA İHTİYACI VARDIR.
4. ZORBALIĞA SEYİRCİ KALMA, BİR YETİŞKİNDEN YARDIM İSTE.
5. BİR HATA YAPARSA ÖZÜR DİLEYECEK KADAR CESUR OL.
6. ALAY ETME, KÖTÜ BİR GÜN GEÇİREN BİRİNE DESTEK OL.
7. DÜRÜST VE GÜVENİLİR OL.
8. ARKADAŞLARINLA EĞLEN VE DİĞERLERİNİ DE BU EĞLENCEYE DAVET ET, KİMSEYİ DIŞLAMA.

"Çünkü biliyorsun yumuşak, sertten; su, kayadan ve sevgi, zorbalıktan güçlüdür."
HERMANN HESSE

GMTAL
REHBERLİK SERVİSİ

