



Akran Zorbalığı

Zorbalık, bir veya birden çok öğrencinin, kendilerinden daha güçsüz öğrencileri, kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür.

Akran Zorbalığı Türleri

1-Fiziksel Zorbalık: Vurmak, tekme atmak, kendisine ait olmayan eşyalara zarar vermek, özel yerlerine dokunmak, saç çekmek

2-Sözel Zorbalık: Lakap takmak, küfretmek, alay etmek

3-Duygusal Zorbalık: Yokmuş gibi davranmak, gruptan dışlamak, dedikodu çıkarmak

4-Siber Zorbalık: Hakaret eden, üzen mesajlar atmak, resimleri izinsiz internete koymak, kırıcı yorumlar yapmak, yalan haber yaymak

Zorbaların Özellikleri

- *Sert disiplin teknikleri uygulayan veya tamamen ilgisiz ailelere sahiptirler.*
- *Düşmanlık hisleriyle dolu, öfkeli ve saldırganlardır.*
- *Baskı kurma istekleri vardır.*
- *Fiziksel anlamda kurbanlarından daha güçlüdürler.*
- *Benlik saygıları düşüktür ve empati güçleri zayıftır.*
- *Aile ilişkileri iyi değildir ve mutsuzdurlar.*
- *Genellikle akademik başarıları düşüktür.*
- *Kurallara uymazlar*

Kurbanların Özellikleri

- *Fiziksel olarak zayıftırlar.*
- *Kendilerine güvenleri düşüktür.*
- *Diğer çocuklara göre daha duyarlı ve hassastırlar.*
- *Aşırı korumacı veya ilgisiz ailelere sahiptirler.*
- *Utangaçtırlar ve arkadaşlık kurmada zorlanırlar.*
- *Kaygılıdırlar.*

PSİKOLOJİK DANIŞMAN GÜLER KAAAN

ŞEHİT ALİ POLAT
ANADOLU LİSESİ

REHBERLİK SERVİSİ



ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ

AKRAN
ZORBALIĞI



Zorbalığın Yol Açtığı Sorunlar

1-Ruhsal Sorunlar: Akran istismarına uğramış kişilerin verdiği en genel ruhsal tepkiler arasında; huzursuzluk, tekrarlayan çağrışımsız anılar, panik ve gerginlik hissi ve konsantre bozukluğu sayılmaktadır. Zorbalığın yol açtığı ruhsal sorunlar:

- Var olan sorunların daha çok artması
- Uyku sorunları
- Geceleri altını ıslatma
- Depresyon
- Okul fobisi

2-Akademik Sorunlar: Zorbalığa uğrayan öğrenciler sıklıkla okuldan korkarlar, okulu güvensiz ve mutsuz bir yer olarak algırlarlar. Zorbalığın yol açtığı akademik sorunlar:

- Ders başarısında düşme
- Konsantrasyon kaybı
- Ders içi uyumsuzluk
- Okul reddi

3-Sosyal Beceri Sorunları: Zorbalığın yol açtığı sosyal beceri sorunları:

- Düşük benlik saygısı ve azalmış kendine güven
- Arkadaşları tarafından ihmal edildiği duygusu
- Güvensizlik ve içine kapanıklık
- Utangaçlık



Eğitmciler olarak ne yapabiliriz?

1.Öğrenciler ve okul çalışanları arasında pozitif ilişkiler geliştirilmelidir. Okulun havası pozitif yönde değiştirilmelidir. Çocuklar bekledikleri desteği okullardan göremezlerse, sosyal olarak istenen davranışları da göstermezler.

2.Okul rehberlik hizmetlerinin planlamasında, zorbalık ile ilgili önleyici çalışmalara yer verilmelidir.

3. Zorbalık ile ilgili önleyici çalışmalarda doğrudan saldırganlık, şiddet konuları yerine dolaylı olarak duygu ve düşüncelerini ifade etme, empatik davranışlar geliştirme, iletişim becerilerini artırma gibi kişisel rehberlik etkinliklerine yer verilebilir.

4.Anne baba ilişkilerinin olumlu psikolojik sağlık ve zorbalık üzerinde etkileri dikkate alınarak çocuk -aile ilişkilerinin geliştirilmesine yönelik aile eğitim programları düzenlenebilir.

5.Öğrencilerin akranları ile yapıcıolumlu ilişkiler kurma becerilerini geliştirmek amacıyla birlikte sosyal ve kültürel etkinlikler planlama, grup dayanışması, işbirliği geliştirme gibi becerilerini artırmaya yönelik çalışmalar yapılabilir.

6.Okul içerisinde zorbalık davranışlarına karşı kampanyalar düzenleyebiliriz.