

# Akran Zorbalığı Nedir?

**Akran zorbalığı, bir ya da birden çok öğrencinin kendilerinden daha güçsüz olduğunu düşündüğü öğrencileri kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve zorbalığa uğrayan kişinin kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür.**

## Zorbalık Türleri

### Fiziksel Zorbalık

- İtmek, vurmak, tekme atmak, tokat atmak
- Saç, kulak çekmek vb.

### Sözel Zorbalık

- Lakap takmak, Dalga geçmek, Alay etmek
- Küfür, hakaret etmek

### Duygusal-Sosyal Zorbalık

- Dışlamak, etkinliklere almamak
- Görmezden gelmek, yok saymak
- Hakkında yalan söylentiler çıkartmak
- Başkaları ile olan ilişkilerine zarar vermek

### Siber Zorbalık

- Sosyal medyadan bir kişinin fotoğraflarını izinsiz paylaşmak
- Sosyal medyadan kişiler hakkında kötü yorumlar yazmak ve başkalarını tehdit etmek
- Başkaları hakkında sahte hesaplar oluşturmak

# Akran Zorbalığı Veli Broşürü



Tavas  
Anadolu  
İmam  
Hatip  
Lisesi

## Zorbalığın Yol Açtığı Sorunlar

**Zorbalığın yol açtığı ruhsal sorunlar;** var olan sorunların daha çok artması, uyku sorunları, geceleri altını ıslatma, depresyon, okul fobisi, intihar düşünceleri ve girişimi.

**Zorbalığın yol açtığı akademik sorunlar;** ders başarısında düşme, konsantrasyon kaybı, ders içi uyumsuzluk, okul reddi.

**Zorbalığın yol açtığı sosyal beceri sorunları;** olumsuz kendilik algısı, arkadaşları tarafından, ihmal edildiği duygusu, güvensizlik ve içine kapanıklık, utangaçlık, düşük benlik saygısı, azalmış kendine güven.

### AKRAN ZORBALIĞINA UĞRAYAN ÇOCUKLARIN AİLELERİNE ÖNERİLER:

- Ailelerin belli zaman dilimleri içerisinde çocuklarını üzen veya kızdıran arkadaşları olup olmadığını sorun.
- Çocuğunuzla açık iletişim kurun. Durumu tartışmak yerine konuşmasına, duygularını paylaşmasına izin verin ve dinleyin.
- Zorbalığın nerede ve nasıl meydana geldiğini öğrenin.
- Olumlu stratejiler geliştirmesinde yardımcı olun (Benimle uğraşma deyip sakın bir şekilde uzaklaşmak, akran istismarına veya rahatsız edilme eylemlerine maruz bırakacak ortamlardan kaçınmak, yeni arkadaşlar edinmek vb.)
- 'Sen de aynısını ona yap' cümlesinin fayda sağlamaktan çok zarar getireceğini unutmayın.
- Olayla ilgili olarak kendi duygularınızı mümkün olduğunca kontrol edin. Hemen aşırı tepki göstermeyin.
- Çocukları ile empati kurmalı ve durumu tartışmak yerine çocukların duygularını ve hissettiklerini anlamaya çalışmalıdırlar.

- Eğer çocuğunuz bunu kimseye anlatmamanızı isterse, bunun zorbalık davranışı sergileyen kişiyi korumak anlamına geleceğini anlatın.
- Çocuğunuzun bundan sonraki akran istismarı ve rahatsız etme eylemlerini okulda güvendikleri bir öğretmene bildirmeye teşvik edin.
- Son olarak aile başka ebeveynlerle ve öğretmenlerle konuşarak ortak çözüm yolları belirlemeye çalışması yararlı olabilir. Ancak aile çocuğunu buna zorlamamalı çocuğunun hazır olduğundan emin olduğunda bu çözüme başvurmalıdır.

### AKRAN ZORBALIĞI YAPAN ÇOCUKLARIN AİLELERİNE ÖNERİLER

- Çocuğunuzla sakince konuşun, bunu yapma sebepleri ve yaptığı davranışın başkalarında yaratacağı olumsuz duygular üzerinde durun.
- Bu davranışını onaylamadığınızı kesin ve net bir biçimde belirtin.
- Varsa bu tür davranışlara model olan ailenin diğer üyelerini uyarın.
- Kurallara uyduğunda, sorumlu davranışlar sergilediğinde, olumlu davranışlar gerçekleştirdiğinde takdir edin, bunları pekiştirin, ödüllendirin.
- Okulla mutlaka işbirliği yapın.