



KARATAY REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

AKRAN ZORBALIĞINA DUR DE!

“Güvenli Bir Okul Ortamı Hepimizin
Sorumluluğudur”

Zorbalık Nedir?

Akran zorbalığı, bir öğrencinin veya bir grubun, bir başka öğrenciye karşı kasıtlı olarak, tekrarlanan ve güç dengesizliği içeren bir şekilde zarar verici eylemlerde bulunmasıdır. Bu davranışlar;

- **Fiziksel olabilir:** Vurma, itme, eşyalara zarar verme.
- **Sözel olabilir:** Alay etme, lakap takma, tehdit etme, hakaret etme.
- **Sosyal olabilir:** Dışlama, dedikodu yayma, arkadaş gruplarından izole etme.
- **Siber olabilir:** İnternet veya sosyal medya üzerinden rahatsız edici mesajlar veya paylaşımlar yapma (Siber zorbalık).

Unutmayın, bir kereye mahsus yapılan bir tartışma veya kavga zorbalık değildir. Zorbalığı zorbalık yapan, tekrar eden ve kasıtlı olmasıdır.

Zorbalık Neden Önemlidir?

Zorbalığa maruz kalan bir öğrenci, okulda başarısız olabilir, sosyal ilişkiler kurmakta zorlanabilir, kendine güvenini kaybedebilir ve kaygı, depresyon gibi duygusal sorunlar yaşayabilir. Sadece mağdur değil, zorbalık yapan ve izleyen herkes bu durumdan olumsuz etkilenir.

Ebeveynler, Öğretmenler ve Öğrenciler İçin Rehber

Zorbalık, bireysel bir sorun değil, tüm okul toplumunun ele alması gereken bir konudur. İşte hepimizin yapabileceği somut adımlar:

📢 Öğrenciysen...

1.Konuş ve Yardım İste: Eğer zorbalığa uğruyorsan veya zorbalığa şahit olduysan, hemen güvendiğin bir yetişkine (öğretmen, okul rehberlik servisi, aile) anlat. Sessiz kalmak, zorbalığın devam etmesine izin verir.

2.Güvenli Alan Oluştur: Zorbalık yapan kişiye karşılık verme veya kavgaya etme. Sakin kal ve oradan uzaklaş.

3.İzleyici Olma, Destekçi Ol: Zorbalığa şahit olduğunda gülererek veya destekleyerek zorbanın eylemlerini güçlendirme. Mağdurun yanında dur veya yetişkinlere haber vererek ona destek ol.

Ebeveyn ve Öğretmensiniz...

1.Dinleyin ve Ciddiye Alın: Çocuğunuzun veya öğrencinizin anlattığı her zorbalık olayını ciddiye alın ve yargılamadan dinleyin. "Arkadaş kavgasıdır" diyerek geçiştirmeyin.

2.Empatiyi Öğretin: Çocuklara farklılıklara saygı duymayı, başkalarının duygularını anlamayı (empati) ve herkesin değerli olduğunu öğretin. Zorbalığın kabul edilemez bir davranış olduğunu net bir dille belirtin.

3.Model Olun: Zorluklarla başa çıkma ve anlaşmazlıkları çözme konusunda olumlu rol model olun. Çözüm odaklı ve saygılı iletişim kurun.

🤝 Birlikte Başarabiliriz!

Okulumuz, sıfır tolerans politikası ile zorbalık vakalarına yaklaşır. Amacımız cezalandırmaktan çok, zorbalık yapan öğrencilerin davranışlarının altında yatan nedenleri anlamalarına ve daha sağlıklı iletişim becerileri geliştirmelerine yardımcı olmaktır.