

# AKRAN ZORBALIĞI



Okullarda  
yayılan bir  
salgın:  
Akran  
Zorbaliğı

## AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

En genel tanımıyla akranlar arasında gerçekleşen saldırgan davranışlar denilebilir. 3 temel özelliğı vardır:

- Bilinçli ve kasıtlı olarak zarar vermeyi amaçlar
- Tekrarlayıcı ve sürekli dir
- Çocuklar arasında güç dengesizliğı vardır

Akran zorbaliğının 4 türü bulunur;

- Fiziksel Zorbalık: Vurmak, itmek, tükürmek, eşyalarına zarar vermek...
- Sözel Zorbalık: Lakap takmak, alay etmek, küfür etmek, bağırma k...
- Sosyal Zorbalık: Oyuna almamak, dışlamak, görmezden gelmek...
- Siber Zorbalık: Fotoğ rafını izinsiz paylaşmak, hesaplarını ele geçirmek...

## AKRAN ZORBALIĞININ SONUÇLARI NELERDİR?

Zorbalar İçin Sonuçlar:

- Okula uyum sağlayamama
- düşük akademik başarı
- Dışlanma, sevilmem e, yalnız kalma
- Erken yaşlarda sigara ve alkol kullanma riski
- Saldırgan ve suç teşkil eden davranışlar gösterme

Mağdurlar İçin Sonuçlar:

- Değersizlik ve çaresizlik hissi
- Depresyon ve kaygı
- Okuldan uzaklaşma ve düşük akademik başarı
- Düşük özgüven ve özsaygı
- Kendine zarar verme davranışları



Zorba  
çocukların  
da aslında  
birer mağdur  
olduğ unu  
unutmamalı-  
yız.

# AKRAN ZORBALIĞINI NASIL ANLARIZ?

Çocuklar ve ergenler zorbalık yaptıklarını veya zorbalığa maruz kaldıklarını yetişkinlere doğrudan anlatamayabilirler.

Bazı işaretler akran zorbalığı durumları hakkında bizlere bilgi verebilir. Bu işaretler zorbalık dışındaki nedenlerden de kaynaklanıyor olabilir ancak mutlaka dikkate alınmalı ve takip edilmelidir.

## ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK YAPTIĞINI GÖSTEREN İŞARETLER

- Farklı ortamlarda saldırgan davranışlar gösterme
- Akranlarını baskıyla yönetme ve kontrol etme
- Yetişkinlere karşı gelme, söz dinlememe
- Zayıf empati becerisi
- Başkalarının duygularına karşı duyarsızlık

## ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI GÖSTEREN İŞARETLER

- Vücudunda morluk, çizik, yara gibi belirtiler
- Okuldan kıyafetleri yırtılmış ve kirli dönmesi
- Normalde okulu sevmesine rağmen okula gitmek istememesi
- İçe kapanma, ağlama
- Endişeli ve tedirgin davranma
- Arkadaşlarından kendini uzaklaştırma
- Karın ağrısı, mide bulantısı baş ağrısı...

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK YAPIYORSA NELER YAPABİLRSİNİZ?

- Çocuğunuzla zorbalık hakkında konuşun.
- Zorbalık davranışlarına onay vermediğinizi belirtin.
- Hangi davranışların neden zorbalık olduğunu anlamasına yardım edin.
- Fiziksel cezalar asla vermeyin
- Çocuğunuzun sosyal ve duygusal becerilerini güçlendirmesine yardımcı olun.

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALİYORSA NELER YAPABİLRSİNİZ?

- Çocuğunuzla konuşun ve onu destekleyin.
- Zorbalıkla baş edebilmesi için ona yardımcı olun.
- Çocuğunuzun atılganlık becerilerini geliştirmesi için destek verin.
- Okulu bilgilendirin.
- Psikolojik danışman ile iletişim kurun.