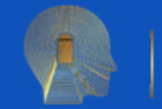
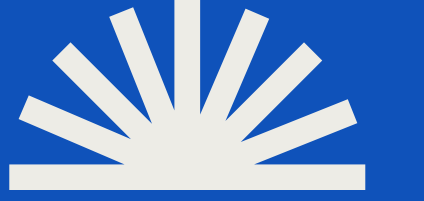


VELİ SUNUMU



AKRAN ZORBALIĞI



PSIKOLOJİK DANIŞMAN
ZAFER K.

AKRAN ZORBALIĞI



NEXT SLIDE

ÖZELLİKLE İLKOKUL VE ORTAOKUL ÇAĞINDAKİ ÖĞRENCİLER ARASINDA SIKÇA GÖRÜLEN, ZARAR VERİCİ BİR DAVRANIŞ BİÇİMİDİR. BU DAVRANIŞ GENELLİKLE BİR ÇOCUĞUN DIĞERİNE ÜSTÜNLÜK KURMA, ONU KONTROL ETME VEYA KÜÇÜK DÜŞÜRME AMACIYLA YAPTIĞI TEKRARLAYAN DAVRANIŞLARDAN OLUŞUR.





AKRAN ZORBALIĞININ TÜRLERİ



Fiziksel Zorbalık



Sosyal Zorbalık: Bir



Sözlü Zorbalık



Siber Zorbalık:





FIZIKSEL ZORBALIK

YUMRUK ATMA, ITME, ÇELME TAKMA.BIRININ EŞYALARINA ZARAR VERME VEYA EŞYALARINI ÇALMA.ÖRNEK: BİR ÇOCUĞUN DIĞERININ ÇANTASINI SÜREKLI YERE ATMASI.

NEXT SLIDE



SÖZLÜ ZORBALIK

HAKARET ETME, LAKAP TAKMA, ALAY ETME.TEHDIT ETME VEYA KORKUTMA.ÖRNEK:
"KIMSE SENİNLE ARKADAŞ OLMAK İSTEMEZ" GIBİ SÖZLER.

NEXT SLIDE



SOSYAL ZORBALIK

BİR ÇOCUĞU DIŞLAMAK.HAKKINDA DEDİKODU YAYMAK.ÖRNEK: BİR ÇOCUĞU GRUBA ALMAYARAK YALNIZ BIRAKMAK.

NEXT SLIDE



SIBER ZORBALIK

SOSYAL MEDYA VEYA MESAJLAŞMA PLATFORMLARINDA RAHATSIZ EDİCİ MESAJLAR GÖNDERME.FOTOĞRAFLARINI PAYLAŞARAK ONU UTANDIRMA.ÖRNEK: BİR ÇOCUĞUN İZINSİZ FOTOĞRAFINI ÇEKİP PAYLAŞMAK.

NEXT SLIDE



AKRAN ZORBALIĞININ SONUÇLARI



• Duygusal ve Psikolojik
Sonuçlar



• Akademik Sonuçlar



• Fiziksel Sonuçlar



PSIKOLOJİK DANIŞMAN
ZAFER K.



ZORBALIK, MAĞDUR OLAN ÇOCUKLAR İÇİN BİRÇOK OLUMSUZ SONUÇ DOĞURUR.
Duygusal ve Psikolojik Sonuçlar:

- Sürekli kaygı, korku ve güvensizlik hissi.
- Depresyon belirtileri.
- Yalnızlık duygusu, kimseye güvenmeme.

Fiziksel Sonuçlar:

- Stres kaynaklı mide ağrıları, baş ağrıları.
- Uyku problemleri (uyuyamama ya da kabuslar).

Akademik Sonuçlar:

- Konsantrasyon kaybı nedeniyle ders başarısında düşüş.
- Okuldan uzaklaşma isteği, devamsızlık artışı.

NEXT SLIDE



ZORBALIĞIN ZORBA ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ:

- Empati duygusunu kaybetme.
- İleride daha büyük şiddet içeren davranışlar sergileme olasılığı.
- Sosyal ilişkilerde kalıcı sorunlar yaşama.

NEXT SLIDE

AKRAN ZORBALIĞI NASIL FARK EDİLİR?



Mağdur Çocukların Belirtileri:

- Daha önce neşeli olan bir çocuğun içine kapanması.
- Sık sık karnının ağrıdığını söyleyerek okula gitmek istememesi.
- Çantasında ya da kıyafetlerinde hasarların olması.
- Arkadaş gruplarından uzak durma eğilimi.



Zorbalık Yapan Çocukların Belirtileri:

- Saldırgan davranışlar sergileme.
- Kendilerinin yaptığı hataları başkalarına yıkma.
- Başka çocuklarla ilişkilerinde güç kullanma eğilimi.





ZORBALIKLA MÜCADELE YOLLARI

AKRAN ZORBALIĞI, ÇOCUKLARIN FİZİKSEL, DUYGUSAL VEYA SOSYAL OLARAK ZARAR GÖRMESINE NEDEN OLABİLEN CİDDİ BİR SORUNDUR. AILELER, ÇOCUKLARININ AKRAN ZORBALIĞINA MARUZ KALMAMASI VEYA ZORBA DAVRANIŞLARDA BULUNMAMASI İÇİN ÖNEMLİ BİR ROL OYNAR. İŞTE AILELERE YÖNELİK BAZI ÖNERİLER:

NEXT SLIDE



AILELERE ÖNERİLER

01

•ÇOCUĞUNUZLA İLETİŞİM KURUN

- Açık ve Güvenilir Bir İletişim: Çocuğunuzla düzenli olarak konuşun ve onun duygularını, düşüncelerini paylaşması için güvenli bir ortam yaratın.
- Dinleyin: Çocuğunuzun anlattıklarını dikkatle dinleyin ve duygularını küçümsemeyin. Ona değer verdiğinizi hissettirin.

02

•ZORBALIĞIN BELİRTİLERİNİ TANIYIN

- Fiziksel Belirtiler: Çocuğunuzda açıklanamayan yaralar, morluklar veya eşyalarının kaybolması gibi durumlar olabilir.
- Duygusal Belirtiler: Çocuğunuzun ani duygusal değişimler, içe kapanma, kaygı veya depresyon belirtileri göstermesi zorbalığa işaret edebilir.
- Okul Performansı: Notların düşmesi, okula gitmek istememe veya okuldan kaçma gibi davranışlar gözlemleyebilirsiniz.



AILELERE ÖNERİLER



03 ÇOCUĞUNUZA DESTEK OLUN

- Güven Verin: Çocuğunuza, her durumda yanında olduğunuzu ve onu desteklediğinizi hissettirin.
- Çözüm Yolları Bulun: Çocuğunuzla birlikte zorbalıkla başa çıkma stratejileri geliştirin. Örneğin, zorbalık yapan kişiye nasıl karşılık vereceği veya bir yetişkinden nasıl yardım isteyeceği konusunda konuşun.

04 OKUL İLE İŞ BİRLİĞİ YAPIN

- Öğretmenler ve Okul Yönetimi ile İletişim: Çocuğunuzun zorbalığa maruz kaldığını düşünüyorsanız, okul yönetimi ve öğretmenlerle iletişime geçin. Okulun zorbalıkla mücadele politikalarını öğrenin ve gerektiğinde harekete geçmelerini sağlayın.
- Okulun Destek Programları: Okulun psikolojik danışmanlık veya akran arabuluculuğu gibi programları varsa, bunlardan yararlanın.



AILELERE ÖNERİLER



05 ÇOCUĞUNUZUN ÖZGÜVENİNİ GELİŞTİRİN

- Olumlu Geri Bildirim: Çocuğunuzun güçlü yönlerini vurgulayın ve onu takdir edin. Özgüveni yüksek çocuklar, zorbalıkla daha iyi başa çıkabilir.
- Sosyal Beceriler: Çocuğunuza sosyal beceriler kazandırın. Empati kurma, iletişim becerileri ve çatışma çözme teknikleri öğretin.

06 ZORBA DAVRANIŞLARI ÖNLEYİN

- Rol Model Olun: Çocuğunuza karşı şefkatli ve saygılı davranın. Zorba davranışların kabul edilemez olduğunu öğretin.
- Sınırlar Koyun: Çocuğunuzun başkalarına zarar veren davranışlar sergilemesine izin vermeyin. Bu tür davranışların sonuçları olduğunu anlamasını sağlayın.



AILELERE ÖNERİLER



07 PROFESYONEL YARDIM ALIN

- Psikolojik Destek: Çocuğunuz zorbalıktan ciddi şekilde etkilenmişse veya zorba davranışlar sergiliyorsa, bir psikolog veya psikiyatristten yardım almayı düşünün.
- Aile Terapisi: Aile içi iletişimi güçlendirmek ve zorbalıkla ilgili sorunları çözmek için aile terapisi de faydalı olabilir.

08 TEKNOLOJİ KULLANIMINI TAKIP EDİN

- Siber Zorbalık: Çocuğunuzun internette ve sosyal medyada nasıl vakit geçirdiğini takip edin. Siber zorbalık gibi durumlara karşı dikkatli olun.
- Güvenli İnternet Kullanımı: Çocuğunuza internette nasıl güvende kalacağını öğretin ve gizlilik ayarlarını kontrol edin.



AILELERE ÖNERİLER



09 ÇOCUĞUNUZUN ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİNİ GÖZLEMLEYİN

- Sağlıklı Arkadaşlıklar: Çocuğunuzun sağlıklı ve destekleyici arkadaşlıklar kurmasına yardımcı olun. Zorba davranışlar sergileyen arkadaşlardan uzak durmasını teşvik edin.
- Grup Dinamikleri: Çocuğunuzun sosyal çevresindeki grup dinamiklerini anlamaya çalışın ve gerektiğinde müdahale edin.

10

EĞİTİM VE BİLİNÇLENDİRME

- Zorbalık Hakkında Bilgi Edinin: Zorbalığın ne olduğu, nasıl önlenebileceği ve nasıl müdahale edilebileceği konusunda kendinizi eğitin.
- Çocuğunuzun Bilinçlendirin: Çocuğunuza zorbalığın ne olduğunu, neden yanlış olduğunu ve nasıl tepki vermesi gerektiğini öğretin.
- Akran zorbalığı, hem zorba hem de mağdur için ciddi sonuçlar doğurabilir. Bu nedenle, ailelerin bu konuda proaktif bir tutum sergilemesi ve çocuklarını desteklemesi büyük önem taşır.



ÇOCUK DESTEK HATLARI VE TOPLUM KAYNAKLARI

Bazı çocuklar sorunlarını doğrudan okula veya ailelerine anlatmakta zorlanabilir. Bu durumda bağımsız destek hatları devreye girer.

01

•ÇOCUK DESTEK HATLARI:

- Çocukların yaşadığı zorbalığı bir yetişkinle paylaşabileceği gizli telefon hatları.
- Türkiye'de ALO 183 gibi hizmetler kullanılabilir.



02

•TOPLUM TEMELLİ ÇÖZÜMLER:

- Yerel topluluklar veya STK'lar tarafından düzenlenen seminer ve çalıştaylar.
- Ailelere ve çocuklara ücretsiz danışmanlık hizmeti sunan kurumlar.

NEXT SLIDE



FARKINDALIK ETKINLIKLERI

BU ETKINLIKLER, ÖĞRENCILERIN ZORBALIĞIN NE OLDUĞUNU ANLAMALARINA VE BU TÜR DAVRANIŞLARA KARŞI DUYARLI OLMALARINA YARDIMCI OLUR



Hikaye Paylaşımı:

- Öğrencilere zorbalıkla ilgili bir hikaye ya da çizgi film izletilir.
- Ardından grup tartışması yapılır:
- “Hikayedeki zorbalık türleri nelerdi?”
- “Siz böyle bir durumda olsaydınız ne yapardınız?”



Poster veya Afiş Çalışmaları:

- Öğrenciler, zorbalığa karşı mesajlar içeren afişler veya posterler hazırlar.
- Örnek: “Zorbaliğa Hayır!”, “Arkadaşlık Kazandırır!” gibi sloganlar kullanabilirler.



FARKINDALIK ETKINLIKLERI

BU ETKINLIKLER, ÖĞRENCİLERİN ZORBALIĞIN NE OLDUĞUNU ANLAMALARINA VE BU TÜR DAVRANIŞLARA KARŞI DUYARLI OLMALARINA YARDIMCI OLUR



Poster veya Afiş Çalışmaları:
•Öğrenciler, zorbalığa karşı mesajlar içeren afişler veya posterler hazırlar.
•Örnek: "Zorbaliğa Hayır!", "Arkadaşlık Kazandırır!" gibi sloganlar kullanabilirler.



Zorbalık Tiyatrosu:
•Öğrenciler zorbalıkla ilgili kısa bir tiyatro oyunu hazırlar.
•Bu oyun, sınıf arkadaşlarına sergilenerek çözüm önerileri tartışılır.



EMPATİ GELİŞTİRME ETKİNLİKLERİ

EMPATİ, ZORBALIĞIN ÖNLENMESİNDE KRİTİK BİR ROL OYNAR. BU ETKİNLİKLER, ÖĞRENCİLERİN BAŞKALARININ DUYGULARINI ANLAMALARINI SAĞLAR.

“Benim Yerimde Ol” Oyunu:

- Çocuklar, bir mağdurun yerine geçerek kendilerini onun yerine koyar.
- Zorbalık yapanın ya da izleyicinin duyguları üzerine konuşulur.



Hayal Gücü Çalışmaları:

- Öğrencilere bir hikaye verilerek şu sorular sorulur:
- “Bu hikayedeki mağdurun nasıl hissettiğini düşünüyorsunuz?”
- “Bu durumu daha iyi hale getirmek için ne yapardınız?”





EMPATİ GELİŞTİRME ETKİNLİKLERİ

EMPATİ, ZORBALIĞIN ÖNLENMESİNDE KRİTİK BİR ROL OYNAR. BU ETKİNLİKLER, ÖĞRENCİLERİN BAŞKALARININ DUYGULARINI ANLAMALARINI SAĞLAR.



Empati Çemberi:

- Tüm öğrenciler bir çember oluşturur ve sırayla şu cümleyi tamamlar:
- “Eğer bir arkadaşım zorbalığa uğrasaydı, ona yardım etmek için şunu yapardım: ...”





İŞ BİRLİĞİ VE ARKADAŞLIK ETKİNLİKLERİ

ÖĞRENCİLER ARASINDAKİ SOSYAL BAĞLARI GÜÇLENDİRMEK, ZORBALIĞIN ÖNLENMESİNE YARDIMCI OLUR.

Takım Oyunları:

- Gruplar halinde yapılan oyunlar, iş birliğini artırır.
- Örnek: "Kule Yapma Oyunu" (Öğrenciler birlikte çalışarak bir kule yapar).
- Oyun sonunda, birlikte çalışmanın faydaları tartışılır.

"Arkadaşlık Zinciri" Çalışması:

- Her öğrenci, bir arkadaşına söylemek istediği güzel bir şeyi bir kağıda yazar.
 - Kağıtlar birleştirilerek sınıfta bir "arkadaşlık zinciri" oluşturulur.
- "Gizli Arkadaş" Oyunu:
- Her öğrenciye gizli bir şekilde bir arkadaş atanır.
 - Gün boyunca, bu arkadaşına küçük iyilikler yapması veya güzel şeyler söylemesi istenir.



POZITIF İLETİŞİM ÇALIŞMALARI

ZORBALIĞI ÖNLEMELİK İÇİN POZITIF İLETİŞİM BECERİLERİ GELİŞTİRİLMELİDİR.

Duygularını İfade Etme Atölyesi:

- Çocuklara duygularını nasıl ifade edebilecekleri öğretilir.
- Örnek: "Sınıfta biri beni güldürmek isterken alay ederse, ona şöyle söylerim: ..."



Çatışma Çözümü Simülasyonu:

- Çocuklara zorbalık durumlarında nasıl tepki verebilecekleri öğretilir.
- "Eğer birisi size isim takarsa, ona ne söyleyebilirsiniz?" gibi örnek durumlar tartışılır.



Aktif Dinleme Etkinlikleri:

- Çiftler halinde çalışarak, öğrenciler birbirlerinin söylediklerini dikkatle dinler ve tekrar eder.
- Bu, daha iyi bir iletişim ortamı oluşturur.

Birine zorbalık yapıldığını gördüğünüzde
sesinizi çıkarın.

ZORBALIK KABUL EDİLEMEZ

Konuşarak durdurabilirsiniz.

ZORBALIK VAKALARINI ÖĞRETMENE BİLDİRİN



BU ETKİNLİKLER VE YAKLAŞIMLAR,
ÖĞRENCİLERİN ZORBALIĞA KARŞI
BİLİNÇLENMESİNİ SAĞLARKEN AYNI
ZAMANDA SOSYAL BAĞLARINI
GÜÇLENDİRİR. UYGULAMALAR
SIRASINDA ÖĞRENCİLERİN AKTİF
KATILIMI TEŞVİK EDİLMELİ, HER
ÇOCUĞUN KENDİNİ DEĞERLİ
HISSETMESİNE ÖZEN
GÖSTERİLMELİDİR.



Psikolojik Danışman
ZAFER K.