


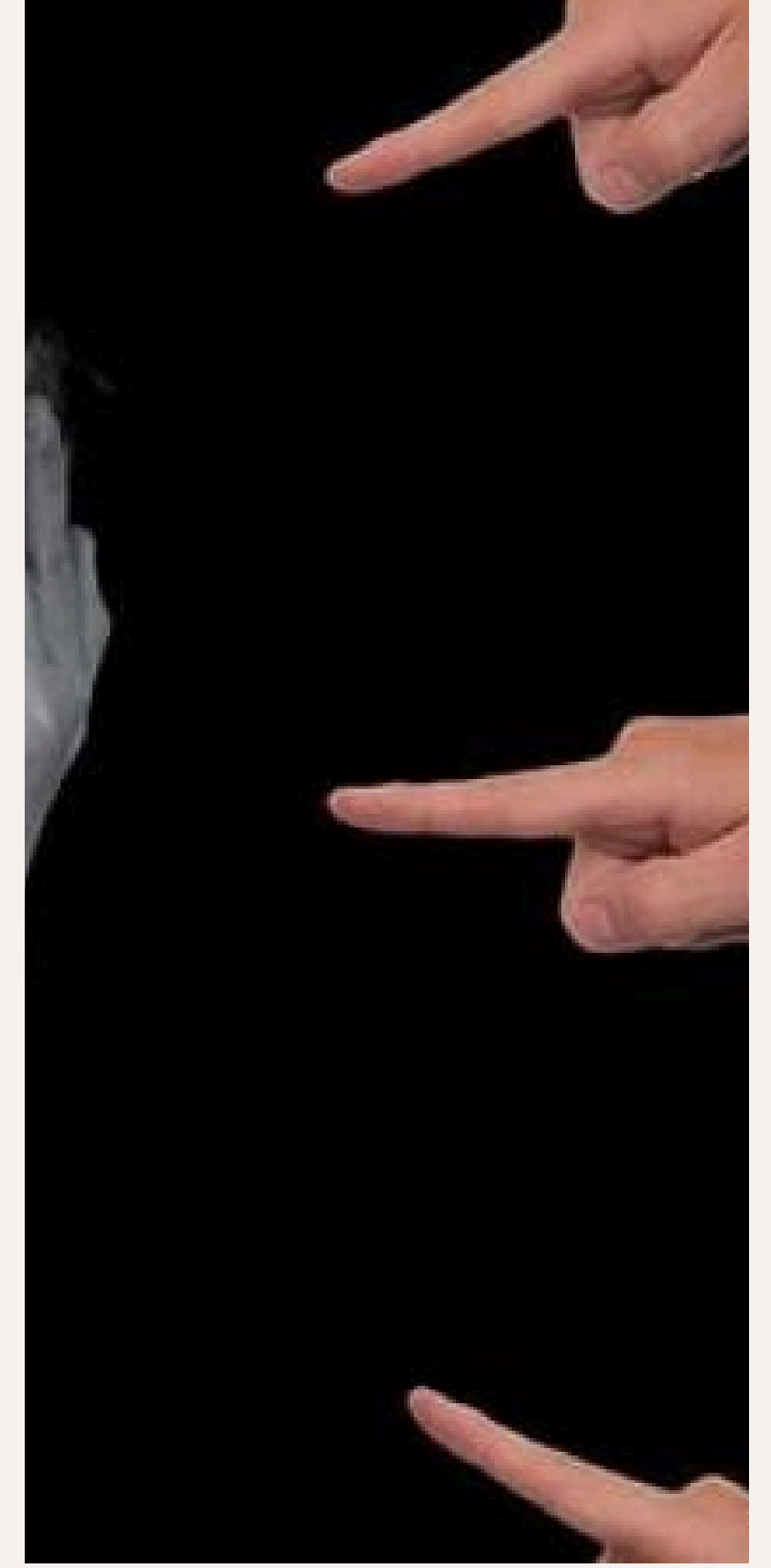


Prof. Dr. Necmettin Erbakan MTAL

Akran

Zorbalığı

 [www.https://profdnecmettinerbakanmtal.meb.k12.tr/](https://profdnecmettinerbakanmtal.meb.k12.tr/)



01

Zorbalık Nedir?

Akran zorbalığı, bir çocuğun başka bir çocuğa kasıtlı ve tekrarlayan şekilde zarar vermesi ya da rahatsızlık vermesi olarak tanımlanır. Fiziksel, sözel, sosyal (dışlama) veya siber zorbalık şeklinde ortaya çıkabilir.



02

Zorbalık Türleri

Fiziksel Zorbalık: İtme, vurma, eşyalarını alıp zarar verme.

Sözel Zorbalık: Alay etme, hakaret etme, tehdit etme.

Sosyal (Dışlama) Zorbalığı: Arkadaş grubundan dışlama, dedikodu yayma.

Siber Zorbalık: İnternet veya dijital platformlar aracılığıyla yapılan hakaret, tehdit veya ifşa etme.



Akran Zorbalığının Belirtileri Nelerdir?

Çocuğunuz zorbalığa maruz kalıyorsa veya zorba davranışlar sergiliyorsa bazı belirtiler gösterebilir.



Belirtiler

Zorbalığa Uğrayan Çocukta Görülebilecek İşaretler:

- Okula gitmek istememe, akademik başarısında düşüş
- Mutsuzluk, kaygı, içe kapanma
- Fiziksel yaralanmalar veya kaybolan kişisel eşyalar
- Uyku problemleri veya kabuslar



05



- Saldırgan tavırlar, empati eksikliği
 - Başkalarını kontrol etme veya baskı kurma eğilimi
 - Sorumluluklardan kaçınma ve başkalarını suçlama

Aileler Ne Yapabilir?

- **Dinleyin:** Çocuğunuzu suçlamadan ve yargılamadan dinleyin.
- **Okulla İşbirliği Yapın:** Öğretmenler ve okul yönetimiyle iletişime geçin.
- **Güvende Hissettirin:** Duygularını önemseyin ve yalnız olmadığını hissettirin.
- **Destek Alın:** Gerektiğinde bir rehber öğretmene veya uzmana başvurun.



07

Zorbalık Yapan Çocuğunuzunuzu Yönlendirme:

- Davranışı Ciddiye Alın: Zorba davranışların kabul edilemez olduğunu açıklayın.
- Empati Geliştirin: Başkalarının duygularını anlaması için yardımcı olun.
- Sorumluluk Almasını Sağlayın: Hatalarını kabul etmesine ve telafi etmesine destek olun.
- Profesyonel Yardım Alın: Sorun devam ederse bir uzmana başvurun.



08

Zorbalığı Önlemek İçin Ailelere Öneriler

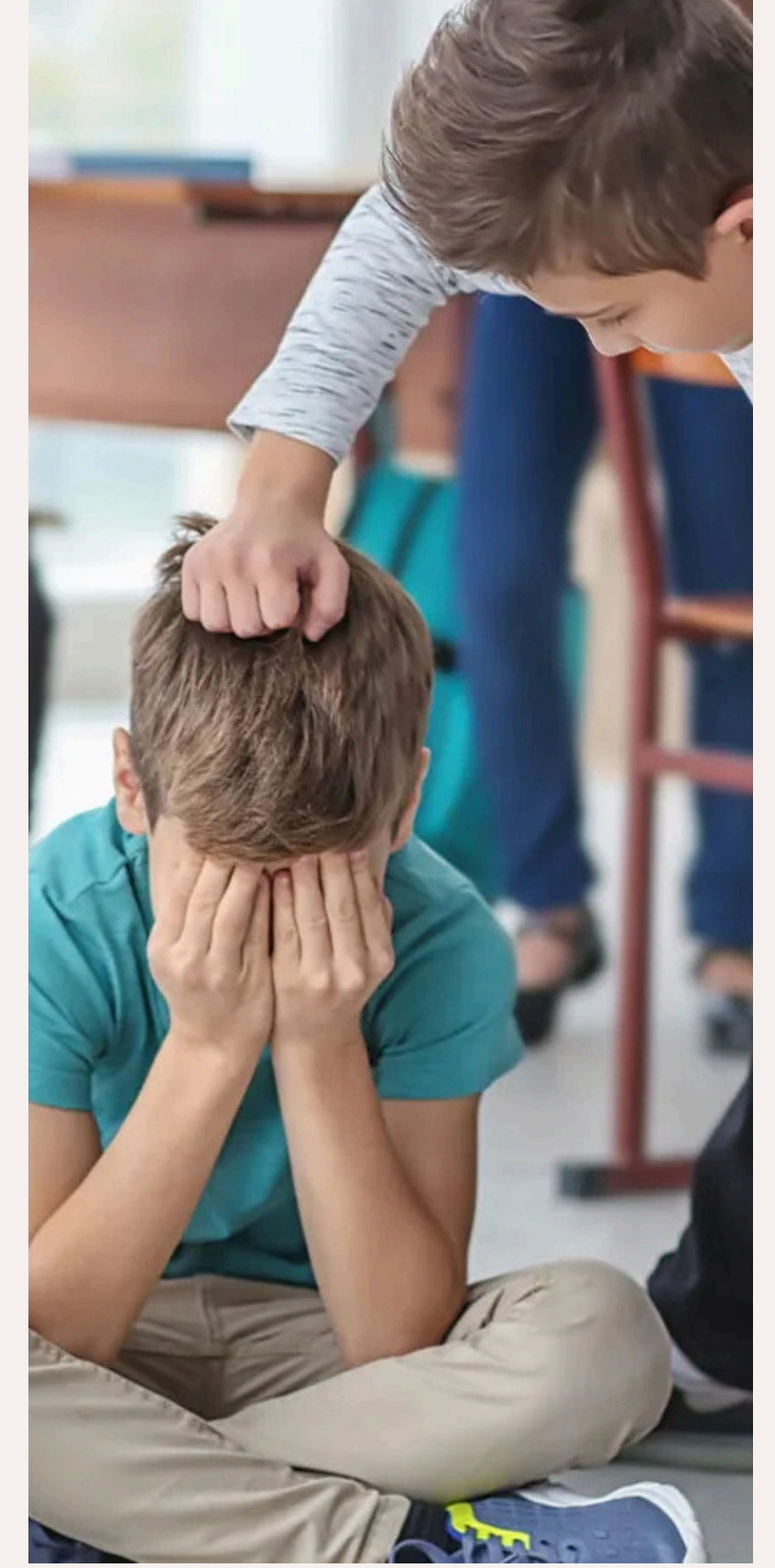
- Çocuğunuzla açık ve güvenli bir iletişim kurun.
- Çatışma çözme ve empati becerilerini destekleyin.
- İnternet kullanımını denetleyin ve siber zorbalık konusunda bilinçlendirin.
- Okul ve sosyal çevresi hakkında düzenli bilgi alın.



09

Yardıml ve Destek Kaynakları

- Okul rehberlik servisi
- Çocuk ve ergen psikologları
- Alo 183 Sosyal Destek Hattı
- İnternet ve Teknoloji Bağımlılığı Danışma Merkezleri



**İlginiz için
teşekkürler!**

Okul Rehberlik Servisi