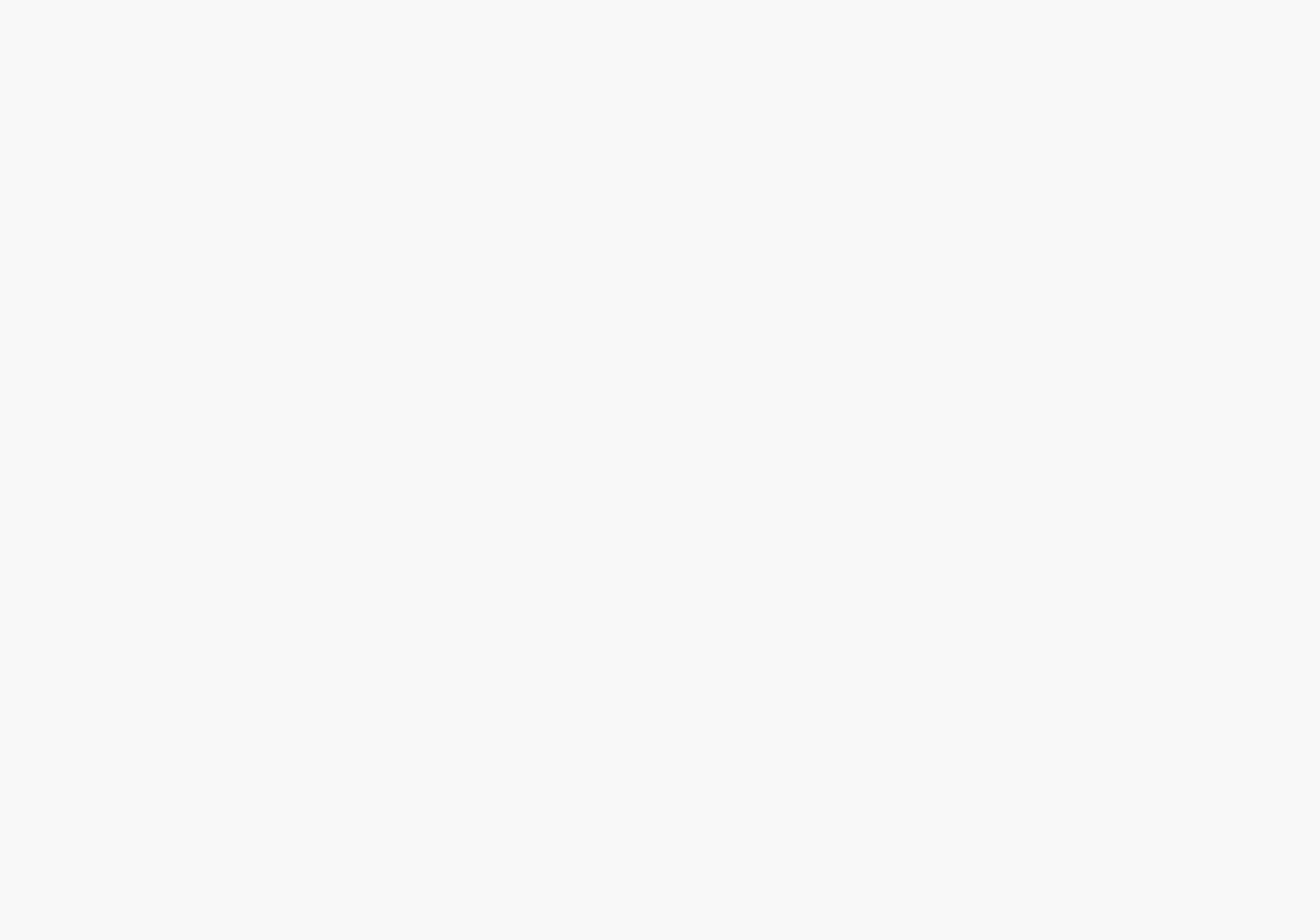
# Zorbaca Davranıșlara Maruz Kalanlar

Akran Zorbalığı Nedir?

**Zorbalıkla İlgili Doğru Bilinen Yanlıșlar**

Akran zorbalığı “Bir öğrencinin bir veya daha fazla öğrenci tarafından tekrar eden biçimde olumsuz davranıșlara (fiziksel, sözel ve/veya psikolojik) maruz kalması” olarak tanımlanmaktadır.



Zorbalığı diğer saldırganlık türlerinden ayırt eden özellikler; gücün kasıtlı ve kötü kullanımı, zorbalığın tekrarlılığı ve zorbalığa katılan taraflar arası fiziksel ya da psikolojik güç dengesizliğinin bulunması olarak ifade edilebilir.

Zorbalık Davranıșının Türleri Fiziksel

Sözel Duygusal Cinsel Siber

Yüksek sesle “Hayır!” diyerek onu durdurmak. Söylediklerini, yaptıklarını umursamamak için kendini meșgul etmek.

Zorbalıkla Baș Etmede Kullanabileceğin Stratejiler

Güvendiğin bir yetișkine haber vermek, yetiș- kinden yardım istemek.

Ortamı terk etmek.

# Zorbaca Davranıșlar Sergileyenler

Güç ve Güçlü Olmak Nedir?

Fiziksel olarak güçlü olmak Duygusal olarak güçlü olmak Sosyal olarak güçlü olmak

# Zorbaca Davranıșlara İzleyici Kalanlar

Önünde zorbaca davranan bir arkadașın varsa onu uyarabilirsin, “Dur!” diyebilirsin.

Zorbalığa uğrayan arkadașına destek çıkabilirsin.

Güvendiğin bir yetișkinden durumu anlatarak yardım isteyebilirsin.

Ne olursa olsun sessiz kalma!

**Başkalarını Kızdırmak Bazen Eğlencelidir**

Bașkalarını rahatsız ederek onların acı çekmesin- den zevk almak sağlıklı bireylerin düșüncesi olamaz. Böyle düșünen ve davranan bireylerin empati becerisinin yeterince gelișmediği söylene- bilir.

**Zorbalık Yapıldığında Bunu Yetişkinlere**

**Anlatmak İspiyonculuktur**

Böyle sözler, zorbalık yapmayı alıșkanlık haline getiren kimselerin yaydığı sözlerdir. Zorba öğren- ciler yaptıklarının yetișkinlere anlatılmasını istemezler. Böylece kendilerini güvenceye almak isterler. Dolayısıyla zorbalık yapan bir öğrenciyi yetișkinlere șikayet etmek ispiyonculuk değil, tam tersine yapılması gereken bir davranıștır. Benzeri biçimde “Zorbalıktan șikâyet eden öğrenciler ana kuzusudur” ve “Zorbalıktan șikayet edenler kırılgan kimselerdir.” gibi zorba öğrencilerin yaydığı düșüncelerin ciddi bir temeli yoktur.

**Birine Lakap Takmak Zorbalık Sayılmaz**

Bir eylemin zorbalık olması için mutlaka fiziksel saldırı içermesi gerekmez. Bir öğrencinin hoșuna gitmeyen, onu inciten her türlü isim ve lakapla anılması onun sosyal gelișimini ve kișilik gelișimini olumsuz etkileyeceğinden bir tür zorbalıktır.