

# OKULLARDA ŞİDDET/ZORBALIĞIN FARKINDAYIZ



ÖĐRENCİ SUNUMU

PSİKOLOJİK DANIŐMAN – SEMANUR KARAHAAN



SİZCE ŞİDDET NE DEMEKTİR?



•Şiddet , güç ve baskı uygulayarak insanların bedensel veya ruhsal açıdan zarar görmesine neden olan bireysel veya toplu hareketlerin tümüdür.



**SİZCE ZORBALIK NE DEMEKTİR?**



# ZORBALIK

•Güç eşitliğinin olmadığı, süreklilik gösteren, zarar verici veya rahatsız edici saldırganca davranışları tanımlar.



# OKUL ZORBALIĞI NE DEMEKTİR?

- ★ Okul zorbalığı, bir öğrencinin/öğrencilerin başka bir grup öğrenciyi kasıtlı olarak inciten, tehdit eden veya korkutan saldırganca davranış veya davranışlardır.



# ZORBALIK VE SALDIRGANLIK ARASINDAKİ FARK NEDİR?

- Taraflar arasında güç dengesizliğinin olması,
- Zorba kişinin kurbanına göre güçlü olması veya kendini güçlü görmesi,
- Davranışın sürekli ve tekrarlayıcı bir biçimde devam etmesi,
- Davranışın kasıtlı bir şekilde yapılıyor olması,

Zorbalık ile saldırganlık arasındaki temel farklardır.





# ZORBA KİMDİR?

•Kendi gücünü daha zayıf kişileri incitmek ya da onları korkutmak için kullanan kişidir.



# ZORBA OLAN /ŞİDDET UYGULAYAN ÇOCUĞUN ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

1)Diğer insanlara karşı üstünlük kurmaya çalışır.

2)Kardeşlerine ya da kendinden küçük çocuklara kötü davranır.

3)Kötü davranışları yüzünden başkalarını suçlar.

4)Zorbalığa uğrayan bir çocuğa destek olmaktan kaçınır



5)Tekrar tekrar aynı çocuğu hedef alarak onu taklit etmek ,aşağılamak ,dalga geçmek ya da onu görmezlikten gelmek gibi davranışları vardır.

6)Arkadaşlarına ya da kardeşlerine sık sık fiziksel zarar verir ya da kötü sözler kullanarak onları incitir.

# ZORBALIĞIN NEDENLERİ?

- 1.Güç duygusundan hoşlanmak
- 2.Hakkı olandan fazlasını almayı istemek
- 3.Popüler olmayı istemek
- 4.Sert ve dayanıklı izlenimi vermek
- 5.Kendini yetersiz ve aşağılanmış hissetmek
- 6.Başkaları tarafından beğenilmeyi istemek



# ZORBALIK-ŐİDDET TŰRLERİ NELERDİR?

- 1.FİZİKSEL ZORBALIK
- 2.SÖZEL ZORBALIK
- 3.SÖZEL OLMAYAN ZORBALIK
- 4.SİBER ZORBALIK

# 1.FİZİKSEL ZORBALIK-ŞİDDET

- Isırma,
- saç çekme,
- vurma,
- itme,
- yaralama
- yumruklama
- özel eşyalara zarar verme



## 2.SÖZEL ZORBALIK-ŞİDDET

- tehdit etme,
- korkutma,
- lakap takma,
- sataşma,
- alay etme,
- hakaret etme ve kötü dedikodular yapma



# ALAY ETME- LAKAP TAKMA

- Karşıımızdaki kişinin kişiliğine ve haklarına saygı göstermek durumundayız.
- Hepimiz farklıyız ve kontrol edemediğimiz bazı durumlar olabilir. (Fiziksel özellikler, herhangi bir hastalığı olması gibi).
- Herkes mükemmel olmak ister ama hiç birimiz değildir.



**Dostça şakalar eğlencelidir, ancak şaka sınırları aştığında zorbalığa dönüşür...**

### 3.SÖZEL OLMAYAN ZORBALIK-ŞİDDET

- El hareketleri ve rahatsız edici bakışlar,
- Kasıtlı olarak birini arkadaş olarak kabul etmeme
- yok sayma,
- görmezlikten gelme,
- kırıcı notlar yazma,
- diğerleri ile arkadaşlık ilişkisini bozmaya çalışma



## 4.SİBER ZORBALIK

- Hakaret içeren, üzen mesajlar atmak
- İzinsiz resim ve video paylaşmak
- Kırıcı yorumlar yapmak
- Yalan haber yaymak





# İnterneti nasıl güvenli kullanırız?



**1**

*İnternette tanıştığın kişilere karşı dikkatli ol. Yeni arkadaşlar edinmek eğlenceli olabilir ancak bazıları kendileri hakkında yalan söyleyebilir.*

*Kişisel bilgi ve şifrelerini başkalarına söyleme. Böylece kötü niyetli kişilerden korunmuş olursun.*

**2**

**3**

*Tanımadığın kişilerden gelen mesajları asla açma. Çünkü bunlar genellikle uygunsuz, virüslü yada gereksiz şeyler içerir.*

*Önce düşün, sonra paylaş. İnternet ortamında paylaştığın şeyleri bir daha silemezsin.*

**4**

**5**

*Oyun oynayacağın zamanı ve ders çalışacağın zamanı iyi planla. İnternetin zamanını çalmasına izin verme.*

# ZORBALIĞIN-ŞİDDETİN EN ÇOK YAŞANDIĞI YERLER?

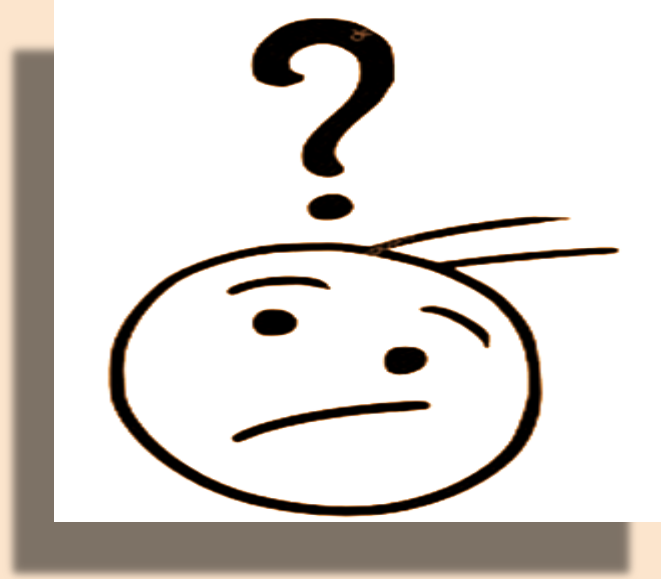
•Zorbalık davranışı en çok okul içerisinde olmak üzere okula geliş gidiş sırasında da yaşanabilir.

## •OKUL İÇERİSİNDE

- En tipik yer okul bahçesidir.
- Bunu koridorlar ,sınıf içi, kantin ve tuvaletlerin izlediğini söyleyebiliriz.

## •YATILI OKULLAR

- Yatılı okullarda zorbalığın en yaygın görüldüğü yer yatakhanelerdir.
- Bunu soyunma odası, spor salonu, arka bahçe ,okul yolu ve tuvaletlerin izlediğini söyleyebiliriz.



# ZORBALIKLA İLGİLİ YANLIŞ BİLİNENLER

# 1. Zorbalıktan sadece “hanım evlatları” yakınıır.

## Doğrusu:

- Sizlerin zorbalıktan şikayet etmeniz “hanım evladı” olduğunuz anlamına gelmez.
- Zorbalık, zalimlik ve haksızlık yapmak demektir. Zorbalığın okulda hiçbir şekilde kabul edilemez olduğunu ve zorbalığa maruz kaldığınızda şikayetinizi dile getirmenizin en doğrusu olduğunu unutmayın.

## 2. Zorbayı ele vermek “ispiyonculuk” tur.

### Doğrusu:

- Zorbayı ele vermek “ispiyonculuk” değil, bildirmek demektir.
- Suçluya veya bir başkasına yardım etmek için suçluyu yetkililere bildiririz.Halbuki birini ispiyonlamakta ki amaç, onun başını derde sokmaktır.

# Bu söylemlerin tamamı YANLIŞ...



- 3. Kavga etmek ve saldırganca davranmak, büyüme ve gelişmenin doğal bir parçasıdır .
- bazı öğrenciler zorbalığı hak ederler.
- – zorbalıktan şikayet eden öğrenciler ana kuzusudurlar .
- zorbalık yapanları görmezden gelerseniz size bulaşmazlar.
- bir zorba ile baş etmenin en iyi yolu onunla kavga etmek ve intikam almaktır.
- zorbalığa uğrayan kişiler belli bir süre acı çekerler ama bunu daha sonra unutacaklarından pek de büyütülecek bir şey değildir .
- sadece erkekler zorbalık yapar.

# ZORBALIK MI? DEĞİL Mİ?

Örneđin, Ahmet kantin sırasına her girdiğinde Ali yanına geliyor ve zorla kendine çikolata aldırıyor.

Bu bir zorbalık davranışı mı? Tartışalım.



Peki bu davranış ile ilgili ne düşünöyorsunuz?

Zeynep yasak olmasına rağmen okula telefon getiriyor ve arkadaşlarının fotoğraflarını gizlice sosyal medya hesaplarında paylaşıyor.  
ZORBALIK MI ? DEĞİL Mİ?





# ZORBACA DAVRANIŞLARA VE ŐİDDETE MARUZ KALANLAR NE YAPMALIDIR?

- Her Őeyden önce bu davranışların sizin hatanız olmadığını, böyle bir davranışı kimsenin hak etmediğini ve bunların sadece sizin baŐınıza gelmediğini aklınızdan çıkarmayın.
- Yardım aramaktan utanmayın, çekinmeyin, korkmayın.



# ZORBACA DAVRANIŞLARA VE ŐİDDETE MARUZ KALANLAR NE YAPMALIDIR?

- Güvendiđiniz birine neler yaőadığınızı anlatın. Bu rehber öğretmeniniz, anneniz, babanız, öğretmeniniz, müdürünüz olabilir.
- Yardım alana kadar pes etmeyin.



# ZORBACA DAVRANIŞLARA VE ŐİDDETE MARUZ KALANLAR NE YAPMALIDIR?

- Beden duruŐunuzu deĐiŐtirin.
- Sirtınız ve baŐınızı dik tutun.
- KorktuĐunuzu, alt ũst olduğunuzu karşıdaki kiŐiye belli etmemeye çalıŐın.
- EĐer zorbalık yapan ocuk korktuĐunuzu anlarsa daha da ũstũnũze gelebilir.



# SEYİRCİLER NE YAPMALIDIR?



- Arkadaşlarınızla birlikte zorbalık yapan çocuğu nazikçe uyarın ve bu davranışların karşıdaki kişiyi çok incitebileceğini söyleyin.
- Böyle davranışlara şahit olduğunuzda zorbalık yapan çocuğu cesaretlendirecek davranışlarda bulunmayın.
- Yaptıklarına gülmeyin, tezahürat yapmayın, alkışlamayın.
- Böyle bir durumda hemen öğretmenlerinizden birine haber verin.
- Zorbalığa maruz kalan kişiyle arkadaş olun, onu grubunuza alın.
- Zorbalık yapan çocuklarla da arkadaş olabilir; ona doğru davranışlarda bulunmayı öğretebilirsiniz.

# ÖFKELENİP ZORBACA DAVRANIŞLAR SERGİLEYECEĞİM ZAMAN



★ Öfkelenmenin hissedilmesi normal bir duygudur.Öfkelediğimizde, çevredeki insanlara veya eşyalara zarar vermeden öfkemizi nasıl ifade edeceğimi öğrenmemiz gerekir.

-10' kadar sayabilirim.

-Öfkelendiğim ortamdan uzaklaşabilirim.

-Kendimi sakinleştirecek cümleler kurabilirim. (Sinirliyim, ama durumu idare edebilirim. Her şey yolunda )

-Öfke ortamından sıyrılabilirim, resim çizebilirim ya da sakinleştirici bir müzik dinleyebilirim.

-Kendimi her şeyin yolunda olduğu bir anı düşünerek sakinleşebilirim.

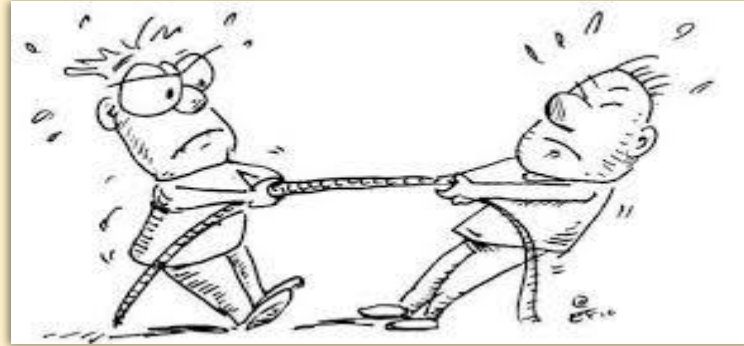
-Öfkelendiğim anda içimden geçen cümleleri bir kağıda yazarım ve yanlış olan düşünceler üzerine düşünürüm ya da birinden yardım isterim .

Zorbalık

BURADA

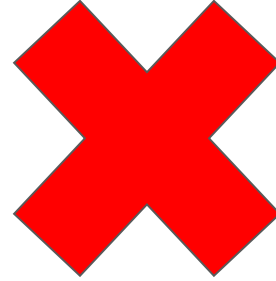


# ÇATIŞMA YAŞADIĞIMIZDA BU DURUMU NASIL ÇÖZERİZ?



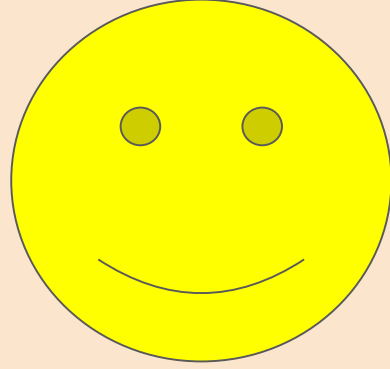
# ÇATIŞMALARLA BAŞ EDEBİLMEK İÇİN GENELDE İKİ YOL İZLENİR:

- ❑ Çatışmadan kaçmak
- ❑ Saldırganca tepki vermek





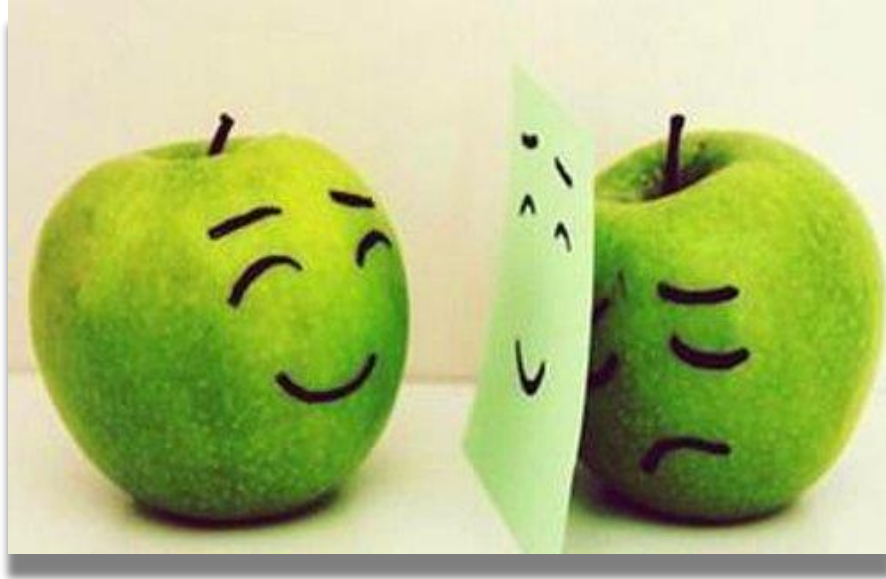
**ASIL YAPILMASI GEREKEN NEDİR?**



”ÇATIŞMAYI ÇÖZMEK”

# ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

## 1) DUYGULARINI KEŞFETME BECERİSİ



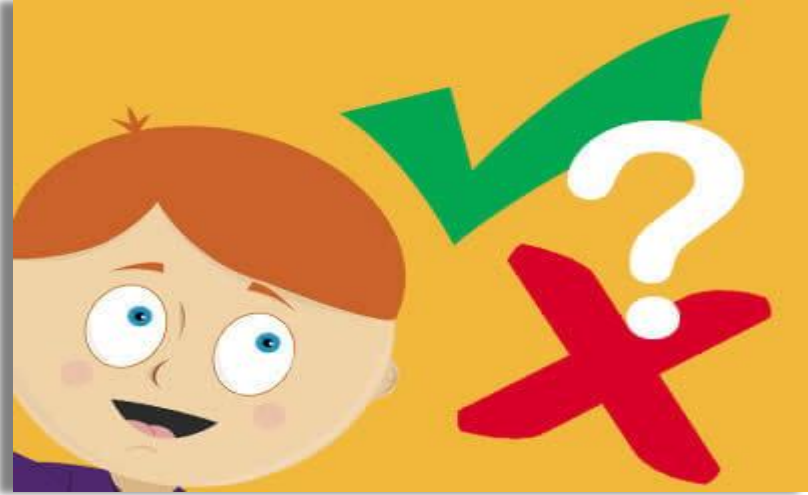
# ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

## 2) İLETİŞİM BECERİLERİ



# ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

## 3)PROBLEM ÇÖZME



# ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

## 4) ÖFKE KONTROLÜ



# ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

5)Atılganlığı uygun bir şekilde kullanma



# ÖZETLE

1) Rahatsız olduğun şeyi söyle,hissettiklerini paylaş ama asla karşındakine söylenme , zarar verme !

2) Sakinleşmek ve düşünmek için daha çok zamana ihtiyacın varsa dön ve oradan uzaklaş.\*Bu kaçmak değildir.\*

3)Çabaladın ve çözmedin bu olabilir. Bunun için büyüklerinden yardım istemekten çekinme.

4)Kendini frenlemeyi öğren çünkü bu irade senin elinde ve tamamen sana verilmiş durumda.



ÖFKEMİZE HAKİM OLMAK VE KURALLARA  
UYMAK ŞİDDET/ZORBALIK UYGULAMAKTAN  
DAHA FAZLA EMEK VE CESARET İSTER. 