



**ZORBALIK NEDİR?**  
**ZORBALIK TÜRLERİ**  
**NELERDİR?**



## **“Akran Zorbalığı”** bir çocuğun

başka bir çocuğa fiziksel, sözel, cinsel ya da teknolojik olarak zarar verecek davranışlar göstermesidir. Aynı çocuklar arasında tekrarlı olarak yapılan fiziksel, sözel ve psikolojik saldırganlıktır.

Genellikle, yaşça büyük olan ya da fiziksel olarak güç olan çocuğun yaşça küçük olan ya da güçsüz olan çocuğa karşı çeşitli türlerde ezici, aşağılayıcı ya da küçük düşürücü davranışlar sergilediği görülmektedir.





Yani bir davranışın " zorba davranış" olarak nitelendirilebilmesi için;

- ❖ Herhangi bir tahrik olmaksızın, kasıtlı olarak zarar verme amacı güden saldırgan davranışlar olması,
- ❖ Süreklilik özelliği taşıması, zorbanın bu tür eylemleri bir kez değil devamlı biçimde yapması,
- ❖ Zorba ve kurban arasında güç dengesizliğinin olması
- ❖ Zayıf ve Güçlü / Ezen ve Ezilen bir tarafın bulunması
- ❖ Genellikle aynı kişinin zorbaca davranışlar göstermesi
- ❖ Yineleyici ve sistematik davranışlardan oluşması gerekir.



# Zorbalık Türleri Nelerdir?

Zorbalık temel olarak beş farklı çeşitten oluşmaktadır:

1. Fiziksel Zorbalık

2. Sözel Zorbalık

3. Psikolojik Zorbalık

4. Cinsel zorbalık

5. Siber zorbalık



## Fiziksel Zorbalık



Fiziksel davranışları içeren zorbalık çeşididir.

Dövmek, vurmak, incitmek, tekme atma, itme - çekme, eşyalara el koyma vb.. gibi davranışlar fiziksel zorbalığa örnek verilebilir.

## Sözel Zorbalık



Sözel davranışlar içeren zorbalık çeşitidir. Küfür etmek, alay etme, dalga geçmek, lakap takmak, küçük düşürücü ve incitici sözler söylemek sözel zorbalığa örnek teşkil edebilmektedir.





## Psikolojik Zorbalık



Psikolojik bağlamda davranışlar içeren zorbalık çeşididir. Çocuğu yalnızlığa itmek, duygusal baskı, oyunlara katmamak ve arkadaş çevresinde yok saymak gibi davranışlar olarak örneklendirilebilir.

## Cinsel Zorbalık



Cinsel davranışlar içeren zorbalık çeşididir. Cinsel bölgelere dokunma, sarkıntılık yapmak ve sözel olarak cinsel atıflarda bulunma gibi davranışlarla örneklendirilebilir.



## Siber Zorbalık



Teknolojik aletleri kullanarak zarar verici davranışlarda bulunmaktır. Sosyal paylaşım sitelerinden iftira, dedikodu yaymak, kişiye özel bilgileri paylaşmak vb.. gibi davranışlarla örneklendirilebilir.



## ➤ Zorba Bireyin Özellikleri

Saldırganlık duygusunun yoğunluğu ve bu duygunun davranışa dönüşmesi kişiden kişiye ve içinde bulunulan koşullar, ortamlar açısından değişkenlik gösterir.





## SALDIRGAN BİREYLERDE GÖRÜLEN OLUMSUZ ÖZELLİKLER:

1. Okula karşı olumsuz tutum
2. Zayıf özgüven
3. Problemlı aile yapısı
4. Düşük akademik başarı

5. Sosyal uyum yetersizliđi
6. Şiddet mağduru olma
7. Kontrol edilemeyen öfke

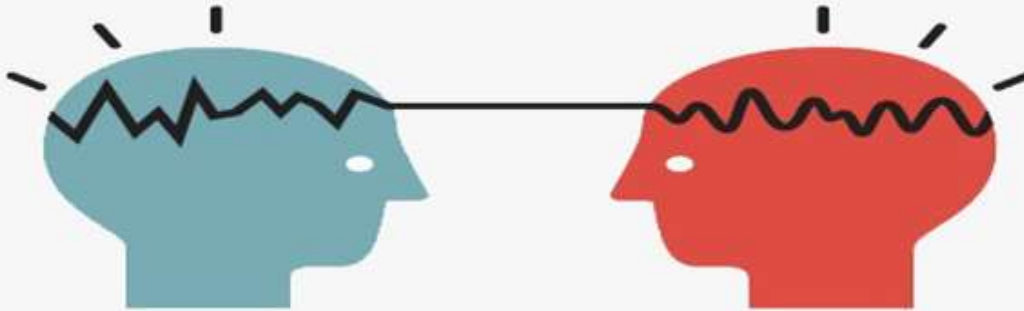




# SALDIRGAN BİREYLERDE GÖRÜLEN OLUMSUZ ÖZELLİKLER:

- 8. Disiplin sorunları geçmişi
- 9. Madde-alkol kullanımı
- 10. Kültürel yapısı (iki dillilik, din, etnik yapı)
- 11. Gelişimsel zorluklar

- 12. Empati kurmada zorlanma
- 13. Problem çözme becerisinde yoksunluk
- 14. Yetişkinlikte yalnız kalma ihtimali yüksek bireyler





# ZORBALIĞIN YOL AÇTIĞI SORUNLAR



Akran zorbalığına maruz kalan çocuklarda, psikosomatik belirtiler ve depresyon gibi içe atım sorunlarına neden olur.



## ZORBALIĞIN YOL AÇTIĞI SORUNLAR

Akran zorbalığına maruz kalan bireylerde şu belirtiler ortaya çıkabilmektedir:

Düşük ya da zayıf benlik algısı

Kendine güvensizlik

İnsanlara güvenme ve onları sevme

Becerisinden yoksunluk





# ZORBALIĞIN YOL AÇTIĞI SORUNLAR

Pasifize olma ve içe kapanma

Şiddete alışma ve uygulayıcı olma

Öfke ve intikam duygularıyla yaşama







# ZORBALIĞIN YOL AÇTIĞI SORUNLAR

- \* Depresyon
- \* İntihara eğimlilik
- \* Kaygı ve korku
- \* Uyku ve yeme bozuklukları
- \* Okulda başarısızlık
- \* Madde bağımlılığı
- \* Evden ya da okuldan kaçma
- \* Kendini değersiz görme
- \* Fiziksel ve duygusal gelişimde gecikme (Emiroğlu Ö., 2013)





# SEYİRCİ(LER)

Bu kişiler mağdura yardım edemedikleri için suçluluk duyarlar.

Arkadaşları arasında ispiyoncu damgası yememek için sessiz kalırlar.

Ayrıca mağdur olmaktan korkarlar.



# Zorbalıkla Nasıl Başa Çıkabilirim?



'Bana böyle davranmanı istemiyorum ve durmalısın' deyip ortamdan uzaklaş

Zorbaca davranan kişiye davranışlarını onaylamadığını söyle

Sözel zorbalığa maruz kalıyorsan tepkide bulunmamak ya da karşılık vermemek zorbaları hayal kırıklığına uğratabilir ve durdurabilir

Şiddete uğruyorsan karşı saldırıya geçmek yerine öğretmenini/aileni durumdan haberdar et



Yakın ilişki kurmak ve arkadaşlık, zorbaları yıldırان en önemli unsurdur. Arkadaşlık bağlarınızı güçlü tutmaya özen gösterin.





# UNUTMA!!!

Sana yapılan zorbalığın bir şekilde sona ereceğini düşünebilirsin fakat bu zorbaca davranışlar giderek artabilir. Bu yüzden problemi çözmek için bir adım atmalısın ve girişken olmalısın.







# Zorbalığa Şahit Olursanız?

Zorbalığa maruz kalan arkadaşınızın yanında olun ve onu yalnız bırakmayın

Sizin başa çıkamayacağınız bir zorbalıksa bir yetişkini çağırın ve durumu anlatın

Zorbalık yapan kişiyi o sırada desteklemeyin ve davranışının yanlış olduğunu söyleyin