



Konya Selçuklu

ANAOKULU-İLKOKUL  
(ÖĞRETMEN)

# AKRAN ZORBALIĞI

OCAK, 2023

## AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran zorbalığı saldırgan bir davranış türüdür ve üç temel özelliği bulunmaktadır:

- Karşı tarafa bilinçli ve kasıtlı olarak zarar vermeyi amaçlaması
- Tekrarlayıcı ve sürekli olarak yapılması
- Taraflar arasında güç dengesizliğinin olması

Akran zorbalığı, akran çatışması ile karıştırılmamalıdır:

Akran Zorbalığı	Akran Çatışması
Arkadaşlık ilişkisi yoktur	Arkadaşlık ilişkisi vardır
Güçler arası denge yoktur	Güçler arası denge vardır
Davranışlar sıklıkla tekrarlanır	Arada sırada yaşanır. Çatışma sürekli değildir.
Sonuçları kalıcı ve ağırdır	Sonuçları ciddi değildir
Pişmanlık ve sorumluluk alma yoktur	Pişmanlık ve sorumluluk alma vardır
Problem çözülmeye çalışılmaz	Taraflar problemi çözmeye çalışır
Eşit duygusal tepki yoktur. Sadece zorbalığa maruz kalanın yaşadığı olumsuz duygusal tepki vardır.	Taraflar arasında eşit duygusal tepki vardır.

## AKRAN ZORBALIĞININ YAYGINLIĞI

Akran zorbalığı Dünya’da ve Türkiye’deki okullarda (özel, devlet, gündüzlü, yatılı fark etmeksizin) ve her okul kademesinde sıklıkla görülen bir problemdir. Araştırmalar, akran zorbalığının okul öncesi dönemde başladığını, ilkokulun sonlarına doğru arttığını, ortaokulda en üst seviyeye ulaştığını ve lisenin son sınıflarındaysa azaldığını göstermektedir. Araştırmalara göre, akran zorbalığı olayları ilkokul düzeyinde ülkemizde %5 ile %65 arasında görülmektedir.

Zorbanın amacı kurbanı kontrol altına almak, korkuya neden olmak ve/veya kurbanı zarar vermektir.

### BÜLTEN İÇERİĞİ

- Akran Zorbalığı Nedir?
- Akran Zorbalığının Yaygınlığı
- Akran Zorbalığına İlişkin Bilinmesi Gerekenler
- Akran Zorbalığı Türleri
- Akran Zorbalığında Farklı Öğrenci Roller
- Akran Zorbalığı Yapan Öğrencilerin Bireysel Özellikleri Nelerdir?
- Akran Zorbalığına Maruz Kalan Öğrencilerin Bireysel Özellikleri Nelerdir?
- Hem Akran Zorbalığı Yapan Hem de Bu Olaya Maruz Kalan Öğrencilerin Özellikleri Nelerdir?
- İzleyici Öğrencilerin Özellikleri Nelerdir?
- Akran Zorbalığının Sonuçları
- Akran Zorbalığının Önlenmesi İçin Neler Yapabiliriz

## AKRAN ZORBALIĞINA İLİŞKİN BİLİNMESİ GEREKENLER

- Akran zorbalığı her okulda ve her kademede görülebilir.
- Akran zorbalığı okulun her alanında gerçekleşmektedir (örn. sınıf, koridor, kantin, okul bahçesi, spor salonu, servis).
- Hiçbir öğrenci zorbalığı hak etmez.
- Akran zorbalığı çocukluğun doğal bir parçası değildir.
- Yalnızca erkek öğrenciler zorbalık yapmaz, kız öğrenciler de zorbalık davranışlar yapmaktadır.
- Zorbalık sadece farklılıkları veya özel gereksinimi olan öğrencilere uygulanmamaktadır; çoğu öğrenci zorbalığa maruz kalma açısından risk altındadır.

## AKRAN ZORBALIĞI TÜRLERİ

**Doğrudan zorbalık:** Fiziksel ve sözel zorbalık

- Direkt ve açık olarak karşıdaki kişi üzerindeki güç, statü ve hakimiyet gösterme isteğidir.
- Kişiye yönelik açık saldırı içerir.
- Zorbalığa maruz kalan kişi zorbanın kim olduğunu bilir.

**Dolaylı zorbalık:** İlişkisel ve siber zorbalık

- Amaç kişinin içinde bulunduğu sosyal ilişkileri etkilemektir.
- Kişiye karşı dolaylı olarak saldırı içerir.
- Üçüncü kişiler yoluyla yapılabilir.
- Zorbalığa maruz kalan kişi zorbanın kim olduğunu bilmeyebilir.

### **Fiziksel zorbalık:**

Davranışlarla doğrudan fiziksel güç uygulanmasını içermektedir. Fiziksel zorbalık okullarda en sık görülen zorbalık türüdür. Diğer zorbalık türlerine kıyasla öğretmenler/öğrenciler tarafından kolaylıkla tespit edilir. Araştırmalar öğretmenlerin fiziksel zorbalığı diğer zorbalık türlerine kıyasla daha çok önemseydiğini ve ciddiye aldığını

göstermektedir.

Örnekler:

- Tekme atmak
- Tokat atmak
- Çelme takmak
- Vurmak
- İtmek
- Tükürmek
- Saçını çekmek, kesmek
- Isırmak
- Kalem batırmak
- Sandalyesini altından çekmek veya sandalyesine boya sürmek
- Eşyalarına zarar vermek, eşyalarını çalmak
- Haraç almak
- Sınıfa/tuvalete kilitlemek
- Tuvaletin kapısını izinsiz açmak
- Uygunsuz el hareketleri yapmak
- Kızların eteklerini açmak, erkeklerin pantolonlarını indirmek
- Okul çıkışında darp etmek

Akran zorbalığının

1– Fiziksel

2– Sözel,

3– İlişkisel

4– Siber zorbalık

şeklinde dört türü vardır.

## AKRAN ZORBALIĞI TÜRLERİ

### Sözel zorbalık:

Olumsuz sözel ifadelerin kullanılmasını içermektedir. Okullarda sıklıkla görülmektedir. Sözel zorbalığın öğretmenler/öğrenciler tarafından fark edilmesi daha zordur.

Örnekler:

- İsim/lakap takmak (dombili, ezik, mankafa)
- Hakaret etmek
- Küfürlü konuşmak
- Alay etmek, dalga geçmek
- Bağırarak
- Azarlamak
- Laf ile sataşmak
- Küçük düşürücü sözler söylemek

### İlişkisel zorbalık:

Kişinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışları içermektedir. Öğretmenler/öğrenciler tarafından fark edilmesi en zor olan türdür. Bu nedenle diğer zorbalık türlerine kıyasla

etkilerinin daha yaralayıcı/ciddi olduğu düşünülmektedir.

Örnekler:

- Hakkında dedikodu yapmak ve yaymak
- Asılsız söylentiler yaymak
- Sırlarını ortaya çıkarmak
- Arkadaş grubundan dışlamak, soyutlamak
- Yanına oturmasını istememek
- Toplum içinde utandırmak veya küçük düşürmek
- Jest ve mimikler ile istenmediğini hissettirmek
- Oyuna almamak, oyundan dışlamak
- Görmezden gelmek
- Küsmek
- Kıskandırmak
- Taklit etmek
- Kıs kıs gülmek
- Tehdit etmek
- Okul dışı aktivitelere dahil etmemek

### Siber zorbalık:

Elektronik iletişim araçlarıyla yapılan davranışları içermektedir. Siber zorbalık olaylarında zorbalık yapanlar anonimdir ve kimliklerini gizleyebilir. Zorbalık yapanlar hızlı bir şekilde geniş kitlelere ulaşabilir ve haftada 7 gün/24 saat zorbalık yapabilir.

Örnekler:

- Kişiden habersiz onun bilgilerini kullanarak hesap açmak
- Sosyal medya aracılığıyla uygunsuz içerik paylaşmak
- Sosyal medyada kötü yorumlar yazmak ve hakaret etmek
- Sosyal medya hesaplarından dışlamak
- İzinsiz olarak fotoğrafını/ videosunu paylaşmak
- Özel fotoğraflarını ve görüşmelerini başkaları ile paylaşmak

Yaş arttıkça fiziksel zorbalık türünde azalma gözlenirken, sözel zorbalık türünde ise artış olduğu tespit edilmiştir. İlkokul yıllarında daha çok fiziksel ve sözel, ortaokul yıllarında daha çok sözel ve ilişkisel, lise yıllarında ise daha çok ilişkisel ve siber zorbalık görülmektedir.

## AKRAN ZORBALIĞINDA FARKLI ÖĞRENCİ ROLLERİ

**Zorbalık yapan öğrenciler:** Zorbalığı başlatan ve zorbalıkta aktif olarak yer alanlar

**Zorbalığa maruz kalan öğrenciler:** Zorbalık davranışlarına birebir maruz kalanlar

**Hem zorbalık yapan hem de zorbalığa maruz kalan öğrenciler:**

**İzleyici öğrenciler:**

## AKRAN ZORBALIĞI YAPAN ÖĞRENCİLERİN BİREYSEL ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

- Başkalarını yönetmeyi seven, başkaları üzerinde egemenlik kurmayı ve güçlü olmayı isteyen
- Başkalarının duygularına karşı duyarsız ve empati yeteneği zayıf
- Vicdan, utanç ve pişmanlık duyguları zayıf
- Şiddete karşı olumlu bir tutuma sahip
- Problem çözerken saldırgan çözüm yollarını kullanan
- Düşük öz denetim (kendisini kontrol etme) becerilerine sahip
- Farklılıklara karşı tahammülsüz
- Düşünmeden, tepkisel ve aceleci davranan, çabuk sinirlenen
- Yalan söylemeye veya hile yapmaya eğilimli

## AKRAN ZORBALIĞINA MARUZ KALAN ÖĞRENCİLERİN BİREYSEL ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

- Kendine güveni ve benlik saygısı düşük (örn. kendini aptal, başarısız, beceriksiz olarak tanımlama)
- Pasif, utangaç, çekingen, içe kapanık
- İtaatkâr ve boyun eğici kişilik özelliklerine sahip
- Arkadaş ortamında çoğunlukla endişeli, kaygılı ve güvensiz davranışlar sergileyen
- İletişim ve sorun çözme becerilerinin zayıf olması
- Zorbaliğa uğradıktan sonra ağlama ve geri çekilme tepkisi veren
- Farklı fiziksel gelişim gösteren çocuklar (örn. aşırı kısa boylu/uzun boylu, aşırı zayıf/kilolu)
- Dezavantajlı gruplar (örn. fiziksel veya zihinsel engeli olan, dil/aksan farklı olanlar, göçmen/etnik azınlık gruba üye olanlar)

## HEM AKRAN ZORBALIĞI YAPAN HEM DE BU OLAYA MARUZ KALAN ÖĞRENCİLERİN ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

- Zorbalık rolleri arasında en riskli grup
- Kendisinden güçlü olanların zorbaca davranışlarına maruz kalan ve kendisinden daha güçsüz olana zorbalık yapan
- Zorbaliğa uğradığında öfkeli hissettiği için şiddete başvuran
- Arkadaşları tarafından kolaylıkla kışkırtılabilen ve başkalarını kışkırtan
- Aceleci, öfkeli, çabuk sinirlenen
- Düşük psikososyal uyum sürecine sahip

Pasif Zorba:

Zorbayı alkışlayarak, mimikleri ile veya sözel olarak bu davranışları onaylayan kişi

## İZLEYİCİ ÖĞRENCİLERİN ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

- Zorbayı destekleyen (onu alkışlayarak, mimikleri ile veya sözel olarak bu davranışları onaylayan)
- Bir gün kendisinin başına geleceğini düşünen ve bundan dolayı akran zorbalığına uğrayan kişiyi korumaya yönelik herhangi bir müdahalede bulunmayan (olay yerinden uzaklaşan veya olayı sessizce izleyen)
- Zorbaliğa maruz kalan kişiyi koruyan çünkü kendisinin başına gelmeyeceğinden emin olan (genelde popüler çocuklar)
- Zorbaliğa maruz kalan kişiye destek olan (kurbanın yanında yer alarak onu sakinleştirerek veya araya girerek koruyan)

## AKRAN ZORBALIĞININ SONUÇLARI

Akran zorbalığı okuldaki tüm öğrencileri, öğretmenleri ve okul ortamını olumsuz yönde etkilemektedir. Akran zorbalığının öğrenciler üzerinde kısa ve uzun vadeli olmak üzere fiziksel, psikolojik, sosyal ve duygusal etkileri vardır.

## Zorbalık yapan öğrenciler için sonuçlar

- Okula uyumda güçlük
- Düşük akademik başarı
- Dışlanma, yalnız kalma, sevilmeme
- Sosyal ilişkilerde problemler
- Erken yaşlarda sigara, alkol ve madde kullanma riski
- Saldırgan ve suça yönelik davranış gösterme

## Zorbalığa maruz kalan öğrenciler için sonuçlar

- Üzgün, çaresiz ve değersiz hissetme
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karnın ağrısı vb.)
- Okula gitmeye karşı isteksizlik
- Düşük akademik başarı
- Kendine zarar verme davranışları

## AKRAN ZORBALIĞININ ÖNLENMESİ İÇİN NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Öğrencilerinizin zorbalık konusunda farkındalık kazanmalarını sağlamanın

Okulunuzda öğrencilere yönelik yürütülen farkındalık çalışmalarını takip edin, öğrencilerin bu tür çalışmalara aktif katılımlarını sağlayın. Kendi derslerinizde de bu konuya zaman ayırın, fikirlerinizi paylaşılarak öğrencilerinize rehberlik edin.

Öğrencilerinizle sağlıklı bir iletişim kurun

Öğrencilerinize sevgi ve ilginizi gösterin, onları etkin bir şekilde dinleyin. Öğrencilerinizin sizinle birebir görüşme taleplerini reddetmeyin. Sağlıklı bir iletişim, öğrencilerinizin zorlandıkları durumlar karşısında sizden yardım istemesini sağlayacaktır.

Bazen zorbalık yapana güçlü bir şekilde “Dur!” ya da “Yeter!” demek gerekebilir. Arkadaşlarımızla birlikte zorbalık yapan öğrenciyi uyardıktan çekinmeyin

İÇERİK  
HAZIRLAMA  
EKİBİ

Bahar SEYHAN  
Vali İhsan Dede Anadolu  
Lisesi

Emine ÇİÇEK  
Şehit Ufuk Baysan Anadolu  
Lisesi

Emine ÜRÜN  
Mimar Sinan ilkokulu

Melek ÖZDEMİR  
Erenköy anaokulu

Raşit KÖSE  
Toki ilkokulu

Şerife BÜLBÜL  
Mustafa Karacığın ilkokulu

Şeyma YİĞİT  
Mehmet ZahidKotku Kız AIHL

**AKRAN ZORBALIĞININ ÖNLENMESİ İÇİN NELER YAPABİLİRSİNİZ?****Öğrencilerinizi gözlemleyin**

Okulun farklı alanlarında öğrencilerinizin davranışlarına ve arkadaşlık ilişkilerine dair gözlem yapın. Öğrencilerinizdeki bazı değişikliklerin zorbalığa işaret edebileceğini unutmayın. Açıklanamayan yaralanmalar, eşyalarının zarar görmesi, fiziksel belirtiler (baş ağrısı, mide bulantısı), düşük akademik başarı, okula olan ilgide azalma, benlik saygısında düşüş gibi belirtiler dikkatle takip edilmelidir.

**Öğrencilerinizin sosyal ve duygusal gelişimlerini önemsevin**

Öğrencilerinizin iş birliği, yardımlaşma, paylaşma, arkadaşlık kurma ve empati gibi sosyal ve duygusal beceriler geliştirmesine katkı sağlayın. Derslerinizde öğrencilerinizin bu becerileri uygulayabilecekleri ve geliştirebilecekleri fırsatlar (grup ödevleri, sosyal projeler, sınıf içi tartışma, drama) yaratın.

**Sınıf kuralları belirle**

Zorbalık davranışlarını önlemek için öğrencilerinizle birlikte onların yaşına uygun kurallar belirleyin. Kuralları olumlu sözcüklerle ifade edin ve öğrencilerinize öğretin. Kurallara uymadıkları takdirde nasıl bir yaptırımla karşılaşacaklarını net bir şekilde belirtin ve kuralların uygulanmasında tutarlı davranın.

**Demokratik bir sınıf ortamı yaratın**

Öğrencilerinizin kendilerini rahat ifade edebildikleri, birbirlerine saygılı davrandığı ve farklılıkları kabul ettiği bir sınıf ortamı yaratın. Bu konuda sizin iyi bir rol model olmanız daha etkili olacaktır.

**Öğrencilerinizin zorbalık davranışlarına onay vermediğinizi belirtin**

Öğrencilerinize zorbalığın hiçbir gerekçesi olamayacağını ve sizin de bu davranışları onaylamadığınızı net ifadelerle aktarın.

**Zorbalık konusunda iş birliğine açık olun**

Zorbalık olayları gözlemlediğinizde okul yönetimi, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve meslektaşlarınızla durumu paylaşın, birlikte hareket edin.

**Öğrencilerinizin aileleri ile yakın ilişki içinde olun**

Öğrencilerinizin aileleriyle sağlıklı ilişkiler kurmaya ve onları tanımaya çalışın. Veli toplantısı ve aile katılımı yoluyla onlara çocuklarının okul yaşantısı ve gelişimi konusunda destek sağlayın. Zorbalık yapan veya zorbalığa maruz kalan öğrencilerinizin ailesini bilgilendi-

rin ve sizinle iş birliği kurmalarını sağlayın

**Öğrencilerinizi ve ailelerini uzman desteği alma konusunda cesaretlendirin**

Gerekli olması hâlinde, öğrencilerinize zorbalığın sonuçları ile baş edebilmeleri, sosyal ve duygusal beceriler kazanmaları veya zorbaca davranışlarını değiştirmeleri konusunda uzman yardımı almaları için yol gösterin ve onları destekleyin.



*Konya Sel-Ram*

Esener Mahallesi Gültekin Sokak No:8 Selçuklu  
KONYA  
<http://selcukluram.meb.k12.tr>  
03322475322



sel\_ram42



[selcukluram@gmail.com](mailto:selcukluram@gmail.com)  
[rehberlikselcuklu@gmail.com](mailto:rehberlikselcuklu@gmail.com)



Selçuklu Rehberlik  
Araştırma Merkezi



Sel\_Ram42