

Zorbalık ile Baş Etme

Sınıf İçi Eğitim Kiti



Psikolojik Danışmanlar İçin Sınıf İçi Etkinlik Uygulama Yönergesi

EK-A

Zorbalık Testi

Sevgili öğrenciler sevgili okul içinde ve dışında yaşadığınız davranışları sıraladığınız. Bu davranışlardan en az birini arkadaşlarınızla yaptığınız **"ben de yaptım"** arkadaşlarınız size yaptırma **"bana da yaptın"** diğer bu davranışlara şahit olmadığınız **"şahit oldum"** seçeneklerini işaretleyiniz. İncelediğiniz kâğıtlar seçerek işaretlebilirsiniz. **NOT: Bu bir sınav değildir.**

Davranışlar	Ben de yaptım	Bana da yaptın	Şahit oldum
Tükürme, vurma, tekmeleme, saç çekme davranışları	☐	☐	☐
Lakap takma, tehdit etme, alay etme, kurni söz söyleme davranışları	☐	☐	☐
Dışlanma, oyuna alınmama, dedikodu yapma, yalnız bırakma davranışları	☐	☐	☐
İnternet üzerinden kurni mesajlar atma, tehdit etme, şantaj yapma, gizli bilgileri yayma davranışları	☐	☐	☐

TOPLAM:

www.terapitikakademi.com

© 2022 İsmail Akdemir

EK-A: Dersin başında zorbalığa dikkat çekmek için psikolojik danışman tarafından öğrencilere dağıtılır ve *"Dersimiz bugün zorbalık, derse başlamadan önce minik bir test yapacağım. Bu testler sizde kalacak. Ders sonunda beraber sonuçlara bakacağız"* açıklamasını yapar.

EK-B

Zorbalık

Bir kişiyi veya bir grubu kasıtlı olarak başka bir kişiye veya gruba **ahırcağı olanak** yaptığı basit, korkutucu, yalvarma davranışlarıdır.



Fiziksel Zorbalık
Teme,
Tükürme,
Dövmeye,
Tekmeleme,
Vurma,
Arkadaşlarının eşyalarına zarar verme
Saç çekme...



Sözel Zorbalık
Lakap takma,
Korkutma,
Tehdit etme,
Şantaj yapma,
Alay etme,
Ağabulama...



Sosyal Zorbalık
Arkadaş grubuna alınmama,
Dedikodu yapma,
Oyuna alınmama,
Kurniyle arkadaş olmanın diye baskı yapma...



Siber (Sanal) Zorbalık
Telefonlu aletler ve internet üzerinden baskı etme,
Kahatsız edici video ve mesaj atma,
Sürekli arama,
Dedikodu yapma,
Küfür etme ve argo konuşma,
Gizli bilgileri yayma...

www.terapitikakademi.com

© 2022 İsmail Akdemir

EK-B: Zorbalık testi bittikten sonra akran zorbalığı sunumu işlenir. Bu esnada EK-B formu öğrenciler tarafından takip edilir. Zorbalık ve türleri ile ilgili bilgiler öğrencilere aktarılır, öğrencilerin günlük hayattaki örnekleri tahtaya yazılabilir.

EK-C

Akran Zorbalığında 3 Rol

Kendisinden daha güçlü arkadaşlarına zorba davranışlar sergileyen (ya da onları tehdit eden, dışlayan, zarar vereni işlevlere zorba denir. Zorbalık genelde kendisi gibi zorba olan arkadaşlarından oluşan bir grup kurarlar.

Zorba tarafından tehdit edilen, dışlanan, zarar uğrayan ve kendini savunamazacak kışilere kurban veya mağdur denir.

Zorbalık olayına şahit olan, olayı izleyen kişilere izleyici denir. İzleyici zorbalığı durdurma gücüne sahiptir. Dileklerle zorba ve kurbanı koruyup onu durdurabilirler.

Şimdi Zorbalık Testi'ne geri dönelim ve davranışların hangi zorbalık türüne girdiğini yazalım. İşaretlediğiniz **"ben de yaptım"** için **1** kurban puanı, **"bana da yaptın"** için **2** izleyici puanı, **"şahit oldum"** için **1** izleyici puanı yazıp toplam puanınızı alta yazınız.

Davranışlar	Ben de yaptım	Bana da yaptın	Şahit oldum
Tükürme, vurma, tekmeleme, saç çekme davranışları	☐	☐	☐
Lakap takma, tehdit etme, alay etme, kurni söz söyleme davranışları	☐	☐	☐
Dışlanma, oyuna alınmama, dedikodu yapma, yalnız bırakma davranışları	☐	☐	☐
İnternet üzerinden kurni mesajlar atma, tehdit etme, şantaj yapma, gizli bilgileri yayma davranışları	☐	☐	☐

Zorba Puanım:

Kurban Puanım:

İzleyici Puanım:

www.terapitikakademi.com

© 2022 İsmail Akdemir

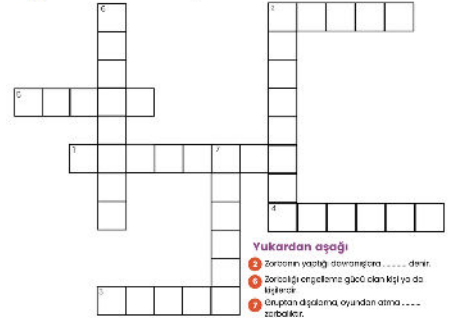
EK-C: Sunum aracılığı ile zorbalığın üç önemli rolü konusunda öğrencilere bilgi verilir ve şu açıklama yapılır *"Şimdi testimizi çıkarıp işaretlediğimiz maddelerin hangi zorbalık türüne girdiğini yazalım. İşaretlediğimiz maddelere göre zorba, kurban, izleyici puanımızı hesaplayarak en çok hangi rolde olduğumuzu bulalım."*

EK-D

ZORBALIK BULMACASI

Soldan sağa

1. Vurma, itme, tekmeleme gibi davranışlar zorbalıktır.
2. Arkadaşlarına zorbalık yapan kişidir.
3. Alay etme, dışlanma gibi davranışlar zorbalıktır.
4. Zorbalığa uğrayan kişidir.
5. İnternet üzerinden tehdit etme davranışları zorbalıktır.



Yukardan aşağı

1. Zorbanın yaptığı davranışlar denir.
2. Zorbalığı engellemeye güç olan kişiye de izleyici denir.
3. Ön plana çıkmama, oyundan atılma zorbalıktır.

Aşağıdaki karelerin altına verilen kurtarıcıyı yerine getirilip boşlukları doldurarak kelimeyi bulun.



www.terapitikakademi.com

© 2022 İsmail Akdemir

EK-D: Eğer ders için yeterli süreniz varsa öğrencileri ikili gruplara ayırarak zorbalık bulmacasını dağıtılır ve çözmeleri istenir. Böylece öğrendikleri bilgilerin daha kalıcı olması sağlanır. Eğer ders süresi yetersiz ise öğrencilere evde yapmaları için bu etkinlik dağıtılabilir.

Zorbalık Testi

Sevgili öğrenciler aşağıda okul içinde ve dışında yapılan bazı davranışlar sıralanmıştır. Bu davranışlardan en az birini arkadaşlarınıza yaptıysanız "**ben de yaptım**"; arkadaşlarınız size yaptıysa "**bana da yapıldı**"; eğer bu davranışlara şahit olduysanız "**şahit oldum**" seçeneklerini işaretleyiniz. İstedığınız kadar seçenek işaretleyebilirsiniz.

NOT: Bu bir sınav değildir.

Davranışlar	Ben de yaptım	Bana da yapıldı	Şahit oldum
Tükürme, vurma, tekmeleme, saç çekme davranışları	☐	☐	☐
Lakap takma, tehdit etme, alay etme, kırıcı söz söyleme davranışları	☐	☐	☐
Dışlamak, oyuna almamak, dedikodu yapma, yalnız bırakma davranışları	☐	☐	☐
İnternet üzerinden kırıcı mesajlar atma, tehdit etme, şantaj yapma, gizli bilgileri yayma davranışları	☐	☐	☐

+

TOPLAM:

Zorbalık

Bir kişinin veya bir grubun kasıtlı olarak başka bir kişiye veya gruba **sürekli olarak** yaptığı baskı, korkutma, yıldırma davranışlarıdır.



Fiziksel Zorbalık

İtme,
Tükürme,
Dövme,
Tekmeleme,
Vurma,
Arkadaşlarının eşyalarına zarar verme
Saç çekme...



Sözel Zorbalık

Lakap takma,
Korkutma,
Tehdit etme,
Şantaj yapma,
Alay etme,
Aşağılama...



Sosyal Zorbalık

Arkadaş grubuna almama,
Dedikodu yapma,
Oyunlara almama,
Kimseyle arkadaş olmasın diye baskı yapma...



Siber (Sanal) Zorbalık

Teknolojik aletler ve internet üzerinden hakaret etme,
Rahatsız edici video ve mesaj atma,
Sürekli arama,
Dedikodu yapma,
Küfür etme ve argo konuşma,
Gizli bilgileri yayma...

Akran Zorbalığında 3 Rol

Kendisinden daha güçsüz arkadaşlarına zorbaca davranışlar sergileyen (yani onları tehdit eden, dışlayan, zarar veren) kişilere zorba denir. Zorbalar genelde kendisi gibi zorba olan arkadaşlardan oluşan bir grup kurarlar.

ZORBA



Zorba tarafından tehdit edilen, dışlanan, zarara uğrayan ve kendini savunamayacak kişilere kurban veya mağdur denir.

KURBAN
(MAĞDUR)



Zorbalık olayına şahit olan, olayı izleyen kişilere izleyici denir. İzleyici zorbalığı durdurma gücüne sahiptir. Diledikleri takdirde zorbaya karşı gelip onu durdurabilirler.

İZLEYİCİ



Şimdi **Zorbalık Testi**'ne geri dönelim ve davranışların hangi zorbalık türüne girdiğini yanına yazalım. İşaretlediğiniz "**ben de yaptım**" için **1 zorba puanı**, "**Bana da yapıldı**" için **1 kurban puanı**; "**şahit oldum**" ifadesi için **1 izleyici puanı** yazıp toplam puanınızı alta yazınız.

Davranışlar

Ben de
yaptım

Bana
da
yapıldı

Şahit
oldum

Tükürme, vurma, tekmeleme, saç çekme davranışları
..... **zorbalık**

Lakap takma, tehdit etme, alay etme, kırıcı söz söyleme
davranışları **zorbalık**

Dışlamak, oyuna almamak, dedikodu yapma, yalnız
bırakma davranışları **zorbalık**

İnternet üzerinden kırıcı mesajlar atma, tehdit etme, şantaj
yapma, gizli bilgileri yayma davranışları **zorbalık**

Zorba Puanım:

Kurban Puanım:

İzleyici Puanım:

