

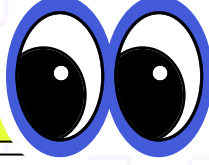
Kasım, 2024

Aile Rehberlik

Bülteni



AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?



Akran zorbalığı, bir çocuğun veya bir grup çocuğun, başka bir çocuğa sürekli olarak zarar vermesi, onu tehdit etmesi veya ona kötü davranmasıdır.

Fiziksel, duygusal, sözlü veya siber zorbalık şeklinde kendini gösterebilir.



Akran Zorbaliğı Belirtileri

- Çocuğun okuldan korkması veya okula gitmek istememesi.
- Kendine olan güveninde azalma, içine kapanma, üzüntü veya depresif belirtiler.
- Fiziksel yaralanmalar veya kaybolan eşyalar.
- Akademik başarısızlık veya okula olan ilgide azalma.

Akran Zorbaliğına Karşı Neler Yapmalıyız?



Çocuklar için:

- Güvende hissetmediğinizde bir yetiškine veya öğretmene söyleyin.
- Zorbalık yapan kişilere katılmaktan kaçının ve arkadaşlarınıza destek olun.

Veliler için:

- Çocuğunuzla zorbalık hakkında açık ve samimi konuşun.
- Çocuğunuzun sosyal ilişkilerini gözlemleyin ve olası değişiklikleri takip edin.

Öğretmenler için:

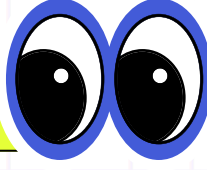
- Sınıfta güvenli bir ortam oluşturun ve zorbalığa karşı sıfır tolerans gösterin.
- Zorbalık durumunda öğrencilerle birebir konuşarak destek sağlayın.

Aile Rehberlik Bülteni



Akran Zorbalığını Önlemek İçin Yapabileceklerimiz

- Öğrenciler arasında empati geliştiren oyunlar ve etkinlikler düzenlemek.
- Zorbaliğa uğrayan veya tanık olan öğrencilere destek sunacak rehberlik çalışmaları yapmak.
- Okul genelinde akran zorbalığına karşı bilinçlendirme afişleri asmak.



Zorbalıkla Karşılaşıldığında Çocuklara Söylenecek Basit Mesajlar

- "Sana kötü davranan biri olursa bunu anlatmaktan çekinme."
- "Sen değerlisin, sana kötü davranmak hiç kimsenin hakkı değil."
- "Arkadaşların sana destek olur, yalnız değilsin."



UNUTMAYALIM



- Çocuklar, Olumsuz Örnek Teşkil eden durumları ve duygusal tepkilerini büyük ölçüde ebeveynlerinin davranışlarından öğrenir.
- Aşırı Baskıcı veya İlgisiz Ebeveynlik gibi davranış stilleri çocukların sosyal uyumunu ve empati becerilerini doğrudan etkiler.
- Empati, zorbalıkla başa çıkmada ve sağlıklı sosyal ilişkiler kurmada önemli bir beceridir.
- Teknolojik aletler ve sosyal medya, çocuklar için yeni bir zorbalık alanı oluşturur.

Ebeveynlerin, çocuklarıyla sağlıklı bir iletişim kurmaları, empati geliştirmeleri ve onları dijital platformlarda bilinçli bir şekilde yönlendirmeleri, akran zorbalığını önlemeye yardımcı olacaktır. Ayrıca, okulun rehberlik servisiyle iş birliği yapmak ve çocuğun duygusal gelişimini destekleyene tkinliklere katılmak da olumlu etkiler yaratabilir. Bu süreçte ebeveynlerin kendilerini geliştirmesi, zorbalığın önlenmesi açısından büyük önem taşır.