

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 sıraladık. Bu davranışlardan en az birini arkadaşlarınıza yaptırırsanız "ben de yapım"; arkadaşlarınıza size yaptırana "bana da yaptıldı"; eğer bu davranışlara şahit oluyorsanız "şahit oldum" seçeneğini işaretleyiniz. **Kaçıkta kalarak seçerek işaretleyebilirsiniz. NOT: Bu bir sınav değildir.**

Davranışlar	Ben de yapım	Bana da yaptıldı	Şahit oldum
Tükürme, vurma, tekmeleme, saç çekme davranışları			
Lakap takma, tehdit etme, alay etme, kınacı söz söyleme davranışları			
Dışlanma, oyuna alınmama, ödülünü yapma, yalnız bırakma davranışları			
İnternet üzerinden kınacı mesajlar atma, tehdit etme, şantaj yapma, gizli bilgileri yayma davranışları			
+			
TOPLAM:			

www.terapitikakademi.com © 2023 Uygulama Yönergesi

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 grubun kasıtlı olarak başka bir kişiye veya gruba **ahretili olarak** yaptığı basın, korkutma, yıldıma davranışlarıdır.



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



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



Sosyal Zorbalık
Arkadaş grubuna alınmama,
Desteklenmeyi yapmama,
Oyarlara alınmama,
Kimseye arkadaş olmasını diye baskı yapma...



Siber (Eşel) Zorbalık
Teknolojik aletler ve internet üzerinden hakaret etme,
Kahatsız edici video ve mesaj atma,
Sürekli arama,
Desteklenmeyi yapmama,
Küfür etme ve argo konuşma,
Gizli bilgileri yayma...

www.terapitikakademi.com © 2023 Uygulama Yönergesi

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 (yani onları tehdit eden, dışlayan, zarar veren) kişilere zorba denir. Zorbalar genelde kendisi gibi zorba olan arkadaşlarından oluşan bir grup kurarlar.

ZORBA



Zorba tarafından tehdit edilen, dışlanan, zarar uğrayan ve kendisini 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 davranışlarını hangi zorbalık türüne girdiğini yazmaya çalışalım. İşaretlediğimiz "ben de yapım" için 1 puanı, "bana da yaptıldı" için 1 puanı, "şahit oldum" ifadesi için 1 puanı yazıp toplam puanımızı alta yazalım.

Davranışlar	Ben de yapım	Bana da yaptıldı	Şahit oldum
Tükürme, vurma, tekmeleme, saç çekme davranışları zorbalık			
Lakap takma, tehdit etme, alay etme, kınacı söz söyleme davranışları zorbalık			
Dışlanma, oyuna alınmama, ödülünü yapma, yalnız bırakma davranışları zorbalık			
İnternet üzerinden kınacı mesajlar atma, tehdit etme, şantaj yapma, gizli bilgileri yayma davranışları zorbalık			

Zorba Puanım: **Kurban Puanım:** **İzleyici Puanım:**

www.terapitikakademi.com © 2023 Uygulama Yönergesi

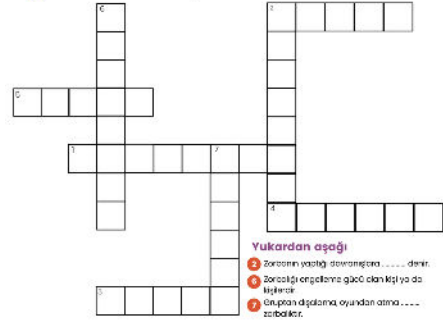
EK-C: Sunum aracılığı ile zorbalığın üç önemli rolü konusunda öğrencilere bilgi verilir ve şu açıklama yapılır "Şimdi testimizi çıkarıp işaretlediğimiz maddelerin hangi zorbalık türüne girdiğini yazalım. İşaretlediğimiz maddelere göre zorba, kurban, izleyici puanımızı hesaplayarak en çok hangi rolde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

EK-D

ZORBALIK BULMACASI

Soldan sağa

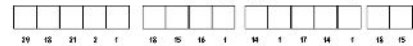
- 1 Vurma, itme, küçümseme gibi davranışlar zorbalıktır.
- 2 Arkadaşlarına zorbalık yapma izleyicidir.
- 3 Alay etme, lakap takma gibi davranışlar zorbalıktır.
- 4 Zorbalığı durdurma izleyicidir.
- 5 İnternet üzerinden tehdit etme davranışları zorbalıktır.



Yukardan aşağı

- 1 Zorbanın yaşadığı davranışlar dindir.
- 2 Zorbalığı engelleyen güç olan kişiye de izleyici denir.
- 3 Ön plana çıkmama, oyalandırma zorbalıktır.

Aşağıdaki karelerden verilen harfleri girerek gerçekleştirilip yapılmadığı onları belirleyiniz



www.terapitikakademi.com © 2023 Uygulama Yönergesi

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:

ZORBALIK BULMACASI

Soldan sağa

- 1 Vurma, itme, tükürme gibi davranışlar zorbalıktır.
- 2 Arkadaşlarına zorbalık yapan kişidir.
- 3 Alay etme, ad takma, gibi davranışlar zorbalıktır.
- 4 Zorbalığa uğrayan kişidir.
- 5 İnternet üzerinden tehdit etme davranışı zorbalıktır.



Yukardan aşağı

- 2 Zorbanın yaptığı davranışlara denir.
- 6 Zorbalığı engelleme gücü olan kişi ya da kişilerdir.
- 7 Gruptan dışalama, oyundan atma zorbalıktır.

Alfabadeki harf sırası verilen harfleri yerine yerleştirip aşağıdaki anahtar kelimeyi bulun

--	--	--	--	--

29 18 21 2 1

--	--	--	--

18 15 16 1

--	--	--	--	--

14 1 17 14 1

--	--

18 15