

AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI

ORTAOKUL



Özel Eğitim ve
Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü



KfW



**AKRAN
ZORBALIĞI
FARKINDALIK
PROGRAMI**

ORTAOKUL

AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI ORTAOKUL

1. Baskı: Ankara, 2021

ISBN: 978-975-11-5865-9

Genel Yayın No: 7733

Yardımcı Kaynak Dizi Yayın No: 1741

Yayın Yönetmeni: Mehmet Nezir GÜL

Editör: Dr. Murat AĞAR • Ebubekir AYDIN

Yazar: Prof. Dr. Fulya CENKSEVEN ÖNDER • Doç. Dr. Raşit AVCI

Destekleyenler: Prof. Dr. Aysun DOĐAN • Dr. Öğr. Üyesi Demet VURAL YÜZBAŞI
Dr. Öğr. Üyesi Fatoş BULUT ATEŞ • Dr. Öğr. Üyesi Yasin YILMAZ

Yayına Hazırlayan: Uzm. Psk. Dan. Elif Asena YILDIRIM • Uzm. Psk. Dan. Emine ATLAY
Serap ERDEĐER • Murat TANRIKOLOĐLU

Tashih: Erdoğan MURATOĐLU

Baskı:

T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Gazi Mesleki Eğitim Merkezi Matbaası

Adres: Emniyet Mahallesi, Abant 1 Caddesi, No:12, Yenimahalle/ANKARA

Tel:0312 212 62 18

Bu yayın Millî Eğitim Bakanlığı tarafından UNICEF'in finansal desteği ile hazırlanmıştır. Yayında beyan edilen görüşler kişilerin kendi sorumluluğundadır ve hiçbir şekilde Millî Eğitim Bakanlığı ve UNICEF'in görüş ve politikalarını yansıtmamaktadır.

İÇİNDEKİLER

- 04 Programın Genel Amaçları
- 04 Programın Uygulanması
- 05 Program Uygulanırken Dikkat Edilecek Noktalar
- 06 Programın Değerlendirilmesi
- 07 Programın Yapısı
- 08 Oturumlar
- 09 **Oturum 1: (Akran Zorbalığı Nedir?)**
- 13 Form 1- Zorbalık Türleri Çalışma Kâğıdı
- 14 Form 2- Senaryolar
- 15 Form 3- Akran Zorbalığı Nedir?
- 16 **Oturum 2: (Empati Kuruyorum)**
- 19 Form 4- Hikâye Kartları
- 24 **Oturum 3: (Akran Zorbalığına Karşı Koyuyorum)**
- 28 Form 5- Girişken Yanıt Veriyorum
- 29 Form 6- Biri Size Zorbalık Yaparsa
- 30 **Oturum 4: (Zorbalığa Sessiz Kalma!)**
- 32 Form 7- Senaryolar
- 33 Form 8- İzleyiciler Zorbalığa Karşı Neler Yapabilir?
- 34 **Oturum 5: (Ben Olsaydım)**
- 36 Form 9- Örnek Olaylar
- 37 Form 10- Akran Zorbalığıyla Baş Etme Yolları
- 38 Form 11- Akran Zorbalığıyla Baş Etme Stratejileri
- 39 **Programın Değerlendirilmesi**
- 40 Form 12- Doğru mu, Yanlış mı?
- 41 Form 13- Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu
- 42 **Kaynakça**

PROGRAMIN GENEL AMAÇLARI

- 1- Öğrencilerin, akran zorbalığı kavramını tanımlamalarını sağlamak.
- 2- Öğrencilerin, akran zorbalığı olan ve olmayan davranışları ayırt edebilmelerini sağlamak.
- 3- Öğrencilerin, bir akran zorbalığı durumunda karşılaşılabilecek üç farklı rolün farkına varmalarını sağlamak.
- 4- Öğrencilerin, akran zorbalığına maruz kalan bir öğrenci ile empati kurabilmelerini sağlamak.
- 5- Öğrencilerin, akran zorbalığında izleyici ile empati kurabilmelerini sağlamak.
- 6- Akran zorbalığına maruz kalan öğrencilerin, zorbalık ile nasıl baş edebileceğini bilmelerini sağlamak.
- 7- Akran zorbalığına tanık olan izleyicilerin, zorba davranışa maruz kalan öğrenciye nasıl yardım edebileceklerini bilmelerini sağlamak.
- 8- Akran zorbalığı davranışı gösteren öğrencilerin, yapması gereken zorbalık içermeyen davranışların farkına varmalarını sağlamak.

4

PROGRAMIN UYGULANMASI

Bu program rehber öğretmen/psikolojik danışman müşavirliğinde, sınıf rehber öğretmeni tarafından öğrencilere uygulanmak üzere hazırlanmıştır. Programın uygulanmasından önce rehber öğretmen/psikolojik danışman tarafından okul yönetimine, velilere ve tüm öğretmenlere akran zorbalığı konusunda seminerler ve uygulanacak sınıf temelli 'Akran Zorbalığı Farkındalık Programı' hakkında bilgi verilecektir. Ayrıca bu programın uygulanması sürecinde dikkat edilmesi gereken hususlar ile ilgili öğretmenlerin bilgilendirilmesi sağlanacaktır. Programın uygulanması sürecindeki görev ve sorumluluklar aşağıda maddeler hâlinde belirtilmiştir:

1. Okulda Akran Zorbalığı Farkındalık Programı'nın planlanması ve yürütülmesi sürecinden okul müdürü sorumludur.
2. Programın uygulanması için gerekli tüm malzeme ve düzenlemeler okul yönetimi tarafından sağlanacaktır.
3. Rehber öğretmen/psikolojik danışman, veli ve öğretmen seminerlerini; sınıf öğretmeni ise öğrenci oturumlarını yapmakla yükümlüdür.
4. Öğretmen ve veli seminerleri, öğrenci oturumlarından önce yapılmalıdır.
5. Öğrenci oturumları ardışık günlerde yapılmaması koşulu ile okulun şartlarına göre dört ya da beş hafta içerisinde tamamlanması esastır.

6. Psiko eğitim uygulamaları sırasında yapılan paylaşımlarla ilgili "gizlilik" ilkesi dikkate alınmalıdır.
7. Rehber öğretmen/psikolojik danışman ve oturumları uygulayan öğretmenler psiko eğitim programının uygulanması sürecinde akran zorbalığından ileri düzeyde etkilendiği tespit edilen öğrencileri ilgili kurum ya da kuruluşlara yönlendirmelidir.
8. Bu program yüzyüze yapılan eğitim çerçevesinde uygulanacak şekilde oluşturulmuştur. Ancak programın uzaktan eğitim sürecinde uygulanmasına ihtiyaç duyulması halinde, etkinliklerin uzaktan eğitim sürecinde nasıl yapılabileceğine ilişkin notlar ilgili yerlerde dipnot şeklinde belirtilmiştir. Uzaktan eğitimde uygulayıcı, bu notları dikkate alarak etkinlikleri gerçekleştirmelidir.
9. Sınıfta özel eğitim ihtiyacı olan öğrenci(ler) varsa etkinlikte görsellerin kullanılması gereklidir. Öğretmen bu öğrencilerin ihtiyaçlarına göre, grup çalışmalarında öğrencilerin yer aldığı gruplara dahil olarak etkinlik sürecinde onları destekleyebilir. Ayrıca sınıftaki özel eğitime ihtiyacı olan öğrencinin(lerin) ihtiyacına göre etkinlikte değişiklikler yapabilir.

PROGRAM UYGULANIRKEN DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

1. Psiko eğitim oturumlarına başlamadan önce, etkinlikler dikkatle okunup, ön hazırlıklar tamamlanmalıdır.
2. Etkinlikler bir önceki etkinlikle bağlantılı şekilde planlanmıştır. Bu nedenle bir önceki etkinlikte eksik kalan bir nokta varsa bu eksikliklerin giderilmesi gerekmektedir.
3. Etkinlik paylaşımlarında öğrencilerin gönüllülüğü esastır. Paylaşımında bulunmak istemeyen öğrenciler teşvik edilmeli, fakat zorlanmamalıdır.
4. Psiko eğitim programı uygulamasında, öğrencilerin duygu ve düşüncelerini ifade etmeleri önemlidir. Bu nedenle etkinlik uygulamalarında, olabildiğince fazla öğrenciye söz hakkı verilmesi, zaman kaygısıyla paylaşımların eksik bırakılmaması faydalı olacaktır.
5. Bazı etkinliklerde akran zorbalığı ile ilgili örnek olaylar verilmiştir. Bu örnek olaylarda karakterleri temsil etmesi amacıyla öğrenci isimleri kullanılmıştır. Eğer uygulama gerçekleştirilen sınıfta benzer isimde öğrenciler bulunuyorsa, farklı isimler kullanılarak senaryoların ifade edilmesi uygun olacaktır.
6. Bazı etkinliklerde grup üyelerinin ikili ya da daha fazla öğrencinin bulunduğu grupların oluşturulmasına ihtiyaç vardır. Sınıf ortamında zorbalık yapan ve zorbalığa maruz kalan öğrenciler varsa bu öğrencilerin farklı gruplarda yer alması daha uygun olacaktır.

7. Bazı etkinliklerde küçük grup çalışmaları vardır. Küçük grup çalışmalarında grupların cinsiyet gibi değişkenler açısından heterojen olması uygun olacaktır. Etkinliklerde bazı bölümlerde uygulayıcılar için ortalama süreler verilmiştir. Bu süreler sınıfın koşullarına uygun değilse uygulayıcıların söz konusu süreleri yeniden düzenlemeleri uygun olacaktır.

PROGRAMIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Psikoeğitim programının gerçekleştirilmesi sürecinde ve sonrasında izleme ve değerlendirme çalışmaları yapılmalıdır. Bu kapsamda uygulayıcılar Form-12'yi farkındalık eğitimine başlamadan uygulayabilirler. Beş haftalık uygulama eğitiminin tamamlanmasından sonra Form-12 tekrardan uygulanabilir. Her iki uygulamadaki öğrenci puanları karşılaştırılarak hem bireysel olarak öğrenci için hem de sınıf düzeyinde programın etkililiği ile ilgili bir değerlendirmede bulunulabilir. Benzer şekilde Form-12 izleme ölçümü amacıyla da kullanılabilir. Yapılan izleme neticesinde değerlendirme süreci süreç ve sonuç odaklı olmak üzere iki aşamalı yürütülmelidir. Süreç değerlendirmesi, etkinlikleri uygulayan öğretmen tarafından Farkındalık Programı Değerlendirme Formu (Form-13) doldurularak gerçekleştirilmeli ve psikolojik danışman/rehber öğretmene teslim edilmelidir. Psikoeğitim programı oturumlarının tamamlanmasından sonra programın amaçlarına ulaşmış olup olmadığını tespit edebilmek amacıyla gözlem, anket vb. ölçme araçları ile değerlendirmelere yönelik çalışmalara devam edilmelidir.

PROGRAMIN YAPISI

1. OTURUM

Öğrencilerin, akran zorbalığı kavramını, zorbalık davranışlarını ve akran zorbalığı rollerini tanıması.

Oturum 1: Akran Zorbalığı Nedir?

2. OTURUM

Öğrencilerin, zorbalık yapan, zorbalığa maruz kalan ve izleyici rollerinin farkına varması ve bu rollerdeki bireylerin ne hissettiklerini açıklayabilmesi.

Oturum 2: Empati Kuruyorum

3. OTURUM

Öğrencilerin, zorbalık girişimlerini durdurmanın etkili bir yolu olan girişken tepkiler verme becerilerinin geliştirilmesi ve zorbalık girişimlerine yanıt vermenin çeşitli yollarının öğrenilmesi.

Oturum 3: Akran Zorbalığına Karşı Koyuyorum

4. OTURUM

Öğrencilerin, izleyici oldukları durumlarda ne yapmaları gerektiğinin farkına varmalarının sağlanması.

Oturum 4: Zorbalığa Sessiz Kalma!

5. OTURUM

Öğrencilerin, zorbalıkla baş etme yollarına ilişkin farkındalık kazanması.

Oturum 5: Ben Olsaydım!



8

OTURUMLAR

1. OTURUM

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

AMAÇ

Öğrencilerin akran zorbalığı kavramını, zorbalık davranışlarını ve akran zorbalığı rollerini tanıması

KAZANIMLAR

Bu oturum sonunda öğrenciler;

- Zorbalık kavramını tanımlayabilirler
- Zorbalığı çatışma ya da saldırgan davranıştan ayırabilirler
- Zorbalığın türlerini bilirler
- Zorbalık yapan, zorbalığa maruz kalan ve izleyicilerin kimler olduğunu söyleyebilirler

MATERYAL

Tahta, kalem, "Evet", "Hayır", "Bilmiyorum" yazılarının bulunduğu A4 boyutunda üç kâğıt, FORM 1- Zorbalık Türleri Çalışma Kâğıdı, FORM 2- Senaryolar, FORM 3- Akran Zorbalığı Nedir?

YÖNTEM VE TEKNİK

Soru-cevap, tartışma, örnek olay

SÜRE

40 dakika

SÜREÇ

• "Bugün akran zorbalığı hakkında konuşacağız; zorbalığın ne olduğunu ve ne olmadığını öğreneceğiz. Akran zorbalığı konusunda paylaşım yaparken sınıf arkadaşlarımızın ismini kullanmamaya, onları suçlayıcı konuşmamaya dikkat edelim. Şimdi zorbalık hakkında zaten bildikleriniz veya bildiğinizi düşündüklerinizle başlayalım." diyerek sürece giriş yapılır.

• "Akran Zorbalığı nedir?", "Okulda gözlemlediğiniz zorbalık davranışları nelerdir?" öğrencilere soruları yöneltilir. Öğrencilerin verdikleri yanıtlar tahtaya yazılır.

• Öğrenciler zorbalık tanımlarını sunduktan sonra, zorbalık "Bir ya da daha fazla güçlü öğrencinin kendisinden güçsüz öğrenciye zarar verme,

rahatsız etme ya da küçük düşürmek için defalarca eziyet etmesi ya da eziyet etme çabası” şeklinde tanımlanır.

• Zorbalığın farklı şekillerde yapılabileceği söylenerek zorbalık türleri konusunda aşağıda yer alan bilgi verilir (Ayrıntılı bilgi FORM 3 de yer almaktadır.). Öğrencilerden tahtaya yazılan (öğrencilerin örnek olarak verdiği) zorbalık davranışlarını sınıflandırmaları istenilir (Tahtanın soluna öğrencilerin örnek verdiği zorbalık davranışları alt alta yazılır. Türlerini anlattıktan sonra sağ tarafa zorbalık türleri alt alta yazılarak öğrencilerden onları eşleştirmeleri istenebilir. Bir başka seçenek de FORM 1’i öğrencilere dağıtarak onlardan zorbalık davranışlarını kağıt üzerinde sınıflamalarını istemek olabilir.)

Fiziksel Zorbalık: *Vurma, çelme takma, iteleme, tekmeleme ya da çocuğun eşyalarını çalma veya onlara zarar verme.*

Sözel Zorbalık: *Ad takma, küçük düşürme, tehdit etme, dalga geçme, hakaret etme, kendini kötü hissetmesine sebep olma, mağdura ya da ailesine hakaret etme, küçük düşürücü, incitici, hakaret edici sözler söyleme, vb.*

İlişkisel Zorbalık: *Dışlama, birini kasıtlı olarak grup dışında tutup yalnızlığa itme, aleyhinde yalan yanlış söylentiler çıkarma ve yayma, oyun veya diğer etkinliklere almama, mağdur hakkında çeşitli yerlere çirkin sözler yazma.*

Siber Zorbalık: *Sms, e-posta, sohbet odaları yolu ile veya sosyal medya hesapları üzerinden zarar verici yazılar ve çevrimiçi (online) resimler yayınlama.*

• Öğrencilere “Bir davranışa zorbalık diyebilmek için davranışın üç özelliğe sahip olması gerekir. Bunlar;

1. Zorbalığı yapan ile zorbalığa maruz kalan kişi arasında güç dengesizliği vardır,
2. Tekrarlanan bir davranıştır ve
3. Davranış zarar verme amacıyla kasıtlı yapılır.

Davranış bu özellikleri barındırmıyorsa zorbalık olarak kabul edilmez.” açıklaması yapılır.

• Öğretmen “Evet”, “Hayır” ve “Bilmiyorum” yazılarının bulunduğu kağıtları sınıfın farklı köşelerine yerleştirir. Daha sonra öğrencilere aşağıda yer alan ilk senaryoyu okur. Öğrencilere “bu senaryoda anlatılan durum zorbalık mıdır?” sorusunu yöneltir ve verdikleri yanıtı göre sınıfta uygun köşelere gitmeleri istenir. Daha sonra öğrencilere neden bu yanıtı seçtiklerini sorar.¹

¹ Bu çalışma uzaktan öğretimde FORM 2’de yer alan her bir senaryo öğrencilerle ekrandan paylaşılarak okunur. Daha sonra öğrencilerin “Bu senaryoda anlatılan durum zorbalık mıdır?” sorusuna “Evet”, “Hayır” ve “Bilmiyorum” şeklinde sözel olarak ifade etmeleri ya da her bir yanıt için belirlenen emoji’leri kullanmaları istenebilir.

Senaryo 1: Okulda çok popüler bir öğrenci olan Selma, hemen hemen her gün okulda Cansu'yla alay etmektedir. Selma daha önce birçok kez Cansu'yu yere itmiş ve Cansu ağlayana kadar onu rahatsız etmiştir. Cansu ağlayınca da gülerek "Nesin sen? Büyük bir bebek mi?" demiştir. (Öncelikle "Evet" köşesine geçen gruba neden bu yanıtı seçtiklerini sorarak başlayınız. Buradaki durumun güç dengesizliği, tekrarlama ve incitme niyetinin varlığı dolayısıyla akran zorbalığı olduğu belirtilir.)

Senaryo 2: Mine ve Öykü okulun tiyatro grubundadırlar. Ancak tiyatro çalışmalarını dışında arkadaşlıkları yoktur. Derslerden sonra tiyatro çalışmasının olduğu bir gün Mine'nin arkadaşı Selen onları bir arada görünce Mine'ye "İnanamıyorum. Bu garip kızla mı takılıyorsun?" demiştir. ("Bilmiyorum" bölümüne geçen gruba neden bu cevabı seçtiklerini sorarak başlayınız. Açıklayınız: Bu sadece tekrar tekrar olursa zorbalıktır. Ancak, zorbalık olmasa da hoş bir davranış olarak kabul edilmez.)

Senaryo 3: Ceren ve Tülin ilkokuldan beri arkadaşlar. Ceren, cumartesi günü ders projesi üzerinde birlikte çalışmak için Tülin'den onlara gelmesini ister. Tülin evde misafirleri olduğu için gelemeyeceğini söyler. Ancak Ceren Tülin'in cumartesi günü sınıftaki birkaç kızla sinemaya gittiğini duyar. Tenefüste Tülin'le yüzleşir ve ona bağırarak "yalancı ve ikiyüzlü" olduğunu söyler. ("Hayır"a taşınan gruba neden bu cevabı seçtiklerini sorarak başlayınız. Bu olayda herhangi bir güç dengesizliği veya tekrarlama olmadığı için akran zorbalığı olmadığını belirtiniz.)

Senaryo 4: Nihat sınıfın futbol takımında oynamayı çok istemektedir. Ancak takımın lideri olan Selim onun oynamasına hiç izin vermemiştir. ("Bilmiyorum" bölümüne geçen gruba neden bu şekilde cevap verdiklerini sorarak başlayınız. Açıklayınız: Selim Nihat'a hiçbir zaman kötü bir şey söylememiş olsa da, bir otorite konumunda olduğunuzda birini defalarca dışlamak bir zorbalık biçimidir.)

• Öğrencilere "Görüldüğü gibi her saldırgan davranışın olduğu durum akran zorbalığı olarak tanımlanamaz. Akran zorbalığını saldırgan, kaba davranışlar ve arkadaşlar arasında olabilecek çatışma durumlarından ayırt edebilmek önemlidir. Bir durumu zorbalık olarak tanımlayabilmek için daha önce belirttiğimiz gibi ' taraflar arası güç dengesizliği, davranışın bir süredir tekrarlanıyor olması ve incitmek amacıyla kasıtlı yapılıyor olması' gereklidir." açıklaması yapılır.

• “Şimdi sizlerle bir hikâye paylaşacağım. Paylaşımımın ardından da hikâyeye ilişkin sorular yönelteceğim.” diyerek aşağıda yer alan hikâyeye okunur.

Beşinci sınıf öğrencisi olan Fatih son iki ayda birçok kez Arda, Batu ve Demir’in hoş olmayan davranışlarına maruz kalmıştır. Arda ve arkadaşları okulda birçok öğrencinin önünde Fatih’e hoş olmayan isimlerle seslenmiş, dış telleri konusunda onunla alay etmiş, onu yumruklayarak, tekmeleyerek yaralamışlardır. Sonrasında Fatih’i okulda yalnız (arkadaşsız) bırakmayı da başarmışlardır. İki gün önce ise Arda ve Batu, Fatih’in kalemiğini sırasının üzerinden alarak çöp kutusuna atmışlardır.

• “Bu bir akran zorbalığı hikâyesi... Neden zorbalık diyoruz?”, “Burada hangi zorbalık davranışlarını görüyorsunuz? Bu davranışlar hangi zorbalık türündedir?” soruları öğrencilere yöneltilerek çalışma pekiştirilir.

• Öğrencilere “Bir zorbalık durumunda üç rol vardır. Zorbalık yapan, zorbalığa maruz kalan ve zorbalığı izleyenler.” açıklaması yapılır ve “Bu hikâyede kimler hangi rolde?” sorusu yöneltilerek yanıtlar alınır.

• Son olarak “Bugün akran zorbalığı ile ilgili çalıştık. Zorbalığın ne olduğu, bir durumun zorbalık olarak nitelendirilmesi için hangi özelliklere sahip olması gerektiği, zorbalık davranışının türleri ve zorbalık durumunda roller üzerinde durduk. Sonraki çalışmamızda farklı zorbalık rollerindeki bireylerin ne hissettikleri konusunda çalışacağız.” diyerek oturum tamamlanır.

FORM 1

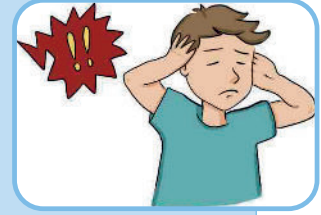
AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI- ÖĞRENCİ FORMU // ZORBALIK TÜRLERİ ÇALIŞMA KAĞIDI

Yönerge: Aşağıda yer alan tabloda zorbalık türleri belirtilmiştir. Hangi zorbalık davranışlarının hangi zorbalık türüne dahil olacağını belirtiniz.

Fiziksel Zorbalık



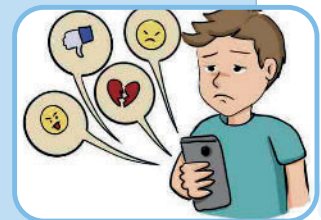
Sözel Zorbalık



İlişkisel Zorbalık



Siber Zorbalık



SENORYALAR

Senaryo 1: Okulda çok popüler bir öğrenci olan Selma, hemen hemen her gün okulda Cansu'yla alay etmektedir. Selma daha önce birçok kez Cansu'yu yere itmiş ve Cansu ağlayana kadar onu rahatsız etmiştir. Cansu ağlayınca da gülererek "Nesin sen? Büyük bir bebek mi?" demiştir.

Senaryo 2: Mine ve Öykü okulun tiyatro grubundadırlar. Ancak tiyatro çalışmalarını dışında arkadaşlıkları yoktur. Derslerden sonra tiyatro çalışmasının olduğu bir gün Mine'nin arkadaşı Selen onları bir arada görünce Mine'ye "İnanamıyorum. Bu garip kızla mı takılıyorsun?" demiştir.

Senaryo 3: Ceren ve Tülin ilkokuldan beri arkadaşlar. Ceren, cumartesi günü ders projesi üzerinde birlikte çalışmak için Tülin'den onlara gelmesini ister. Tülin evde misafirleri olduğu için gelemeyeceğini söyler. Ancak Ceren Tülin'in cumartesi günü sınıftaki birkaç kızla sinemaya gittiğini duyar. Tenefüste Tülin'le yüzleşir ve ona bağırarak "yalancı ve ikiyüzlü" olduğunu söyler.

Senaryo 4: Nihat sınıfın futbol takımında oynamayı çok istemektedir. Ancak takımın lideri olan Selim onun oynamasına hiç izin vermemiştir.

FORM 3 AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI- ÖĞRENCİ FORMU // AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran Zorbaliğı

Bir ya da daha fazla güçlü öğrencinin kendisinden güçsüz öğrenciye zarar verme, onu rahatsız etme ya da küçük düşürmek için defalarca ona eziyet etmesi ya da eziyet etme çabasıdır.

Akran Zorbaliğının Üç Temel Özelliğı Vardır.

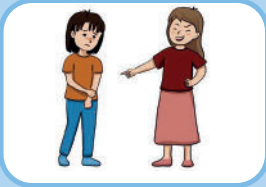
- Zorbaliğı yapan ile zorbaliğına maruz kalan kişi arasında güç dengesizliğı vardır.
- Tekrarlanan, süreklilik gösteren davranışlardır.
- Davranış zarar verme niyetiyle kasıtlı olarak yapılır.

Akran zorbaliğı güç, kontrol ya da maddi şeyler elde etmek gibi amaçlarla yapılabilir.

Akran Zorbaliğı Farklı Şekillerde Yapılabilir.



Fiziksel Zorbalık: Fiziksel güç içeren davranışları içeren akran zorbaliğı türüdür. Vurmak, tokat atmak, dövmek, tekmelemek, itmek- çekmek, tırnaklamak, saçını çekmek, çelme takmak, tükürmek, eşyalara zorla el koymak, para ya da eşya çalmak, zorla bir şeyler ısmarlatmak, defter ya da kitaplarını karalamak, eşyalarını izinsiz kullanmak fiziksel zorbalık örnekleridir.



Sözel Zorbalık: Sözel ifadeler içeren akran zorbaliğı türüdür. Küfür etmek, alay etmek, dalga geçmek, lakap takmak, bedensel özellikleriyle alay etmek (boyu, kilosu, saç vb.), dış görünüşüyle (giysi, gözlük) alay etmek, konuşma tarzı, aksanı veya şivesiyle dalga geçmek, aşağılanmak, küçük düşürmek, hakaret etmek, tehdit etmek sözel zorbalık örnekleridir.



İlişkisel Zorbalık: Sosyal ilişkilere zarar vermeyi hedefleyen davranışlardır. Bu akran zorbaliğı 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 görmezden gelmek, küsmek, kıskandırmak, taklit etmek, kıs kıs gülmek, tehdit etmek, okul dışı aktivitelere dahil etmemek gibi davranışları içerir.



Siber Zorbalık: Siber zorbalık, bilgisayar, telefon gibi dijital teknolojilerin kullanılarak yapılan akran zorbaliğı türüdür. Sosyal medya, mesajlaşma ve oyun uygulamaları gibi platformlarda veya cep telefonu aracılığıyla yapılabilen, kurbanları kokutmayı, kızdırmayı veya utandırmayı amaçlayan, tekrarlayıcı davranışlardır. Örneğin; sosyal medyada birinin hakkında yalanlar yaymak veya özel videolarını ya da fotoğraflarını yayınlamak, mesajlaşırken incitici veya tehdit edici mesajlar göndermek, başka birinin adına hesaplar açarak diğer insanları kandırmak, onları bu hesapla tehdit etmek vb. gibi davranışlar siber zorbalık davranışlarıdır.

Zorbalıkta Üç Rol Vardır.

- Zorbalık yapan kişi
- Zorbaliğına maruz kalan kişi
- İzleyici(ler) kişi veya kişiler

Zorbalık Herkese Zarar Verir

Zorbalık sadece zorbaliğına maruz kalan kişiye değil, aynı zamanda bunu izleyenlere ve hatta zorbaliğı yapanlara da fiziksel, duygusal veya sosyal olarak zarar verir.

2. OTURUM EMPATİ KURUYORUM

AMAÇ

Öğrencilerin zorbalık yapan, zorbalığa maruz kalan ve izleyici rollerinin farkına varması ve bu rollerdeki bireylerin ne hissettiklerini açıklayabilmesi

KAZANIMLAR

Bu oturum sonunda öğrenciler;

- Bir zorbalık durumunda karşılaşılabilecek üç farklı rolün farkına varır.
- Zorbalık yapan bir öğrenci ile empati kurabilir
- Zorbalığa maruz kalan bir öğrenci ile empati kurabilir
- İzleyici rolündeki bir öğrenci ile empati kurabilir

MATERYAL

Tahta, kalem, FORM 4- Hikâye Kartları

YÖNTEM VE TEKNİK

Soru-cevap, tartışma, örnek olay

SÜRE

40 dakika

SÜREÇ

• Bir önceki oturumda ele alınan konuları hatırlatmak amacıyla öğrencilere "Önceki çalışmamızda zaman zaman çevremizde karşılaştığımız bir sorun olan akran zorbalığı konusunu ele aldık. Akran zorbalığı bir ya da daha fazla güçlü öğrencinin zayıf olan öğrenciye zarar verme, onu rahatsız etme ya da küçük düşürmek için defalarca eziyet etmesi ya da eziyet etme çabası olarak tanımladık. Bir davranışa zorbalık diyebilmek için "güç dengesizliği olması", "tekrarlanıyor olması" ve "kasıtlı yapılması" gerekiyordu. Ayrıca geçen çalışmamızda akran zorbalığının fiziksel, sözel, ilişkisel ve siber şekillerde yapılabileceği üzerinde durmuştuk. Son olarak da bir zorbalık durumunda zorbalığı yapan, zorbalığa maruz kalan ve zorbalığı izleyenler şeklinde üç rol olduğu üzerinde çalışmıştık." açıklaması yapılarak çalışma başlatılabilir. Daha sonra öğrencilere "Şimdi sizlere öğrenciler arasında yaşanan bir zorbalık durumuna ilişkin bir hikâye anlatacağım ve sonra bu hikâyeye ilişkin sizlere sorular yönelteceğim" denilir.

Metin, sınıflarına yeni gelen ve konuşması biraz farklı olan Ahmet'e kötü davranışlarda bulunmaktadır. Önce sınıfta ve koridorda Ahmet'e çelme takmaya, sonra okul bahçesinde bulduğu her fırsatta onu itmeye çalışmaktadır. Metin birkaç hafta önce de Ahmet'in sırt çantasını izinsiz bir şekilde almış ve içindekileri sağa sola fırlatmıştır. Metin'in davranışını gören arkadaşlarına "Bunu kimseye söylemeyin sakın!" diyerek onların gözlerini korkutmuştur. Bugün Metin ve iki arkadaşı Ahmet'i okul bahçesinde köşeye sıkıştırmış ve Ahmet'e onlara para vermesi gerektiğini, yoksa başına daha kötü şeyler geleceğini söylemiştir. Bahçede başka öğrenciler olaya tanıklık etmelerine rağmen tepki göstermemişlerdir. Anlaşılan o ki Ahmet'e kimse yardım etmemiştir. Ahmet tek başına kalmıştır.

- **"Bu çocuklar arasında nasıl bir sorun var? Bu zorbalık mı?"** soruları yöneltilir. Öğrencilerin yanıtları alındıktan sonra "Görüldüğü gibi bu hikâyede bir zorbalık durumu anlatılıyor ve bir durumu zorbalık olarak isimlendirebilmek için gerekli üç özellik de bu hikâyede mevcut. Metin'in Ahmet'e yönelik olumsuz davranışları tekrarlanıyor, Metin bu okulda daha eski bir öğrenci ve arkadaşları var. Ahmet ise yeni bir öğrenci... Metin bu davranışları kasıtlı olarak gerçekleştiriyor. Hikâyemizde de görüldüğü gibi zorbalık olaylarında üç rol vardır. Zorbalığı uygulayan (Metin ve arkadaşları), zorbalığa maruz kalan (Ahmet) ve zorbalığa şahit olanlar, izleyiciler." açıklaması yapılabilir.
- **"Sizce Ahmet nasıl hissediyor?"** sorusu yöneltilir. Öğrencilerin yanıtları alındıktan sonra "Ahmet kendini yalnız ve üzgün hissediyor, Metin'in canını yakıp eşyalarını aldığı ve çok az arkadaşı olduğu bir yere gelmekten korkuyor. Bazen arkadaşları yokmuş gibi görünen ve okulda genellikle yalnız kalan öğrenciler zorbalığa uğrar. İzole ya da yalnız olmak, birini güçsüz ve daha kolay rahatsız edebilirmiş gibi gösterebilir, ancak zorbalığa uğraması Ahmet'in suçu değildir." açıklaması yapılır.
- **"Metin ve arkadaşları Ahmet'e nasıl zorbalık yapıyor?"** sorusu yöneltilir. Öğrencilerin muhtemel yanıtı "Çelme takmak, itmek, bir şeyler almak, tehdit etmek, korkutmak, para talep etmek" şeklinde olabilir.
- **"Metin ve arkadaşlarının Ahmet'e zorbalık yaptığını izleyen öğrenciler ne hissediyor, bu durumla ilgili ne düşünüyor olabilir?"** sorusu yöneltilir. Öğrenciler "üzgün, korkmuş, kızgın, endişeli, başına gelmediğine sevinmiş" gibi yanıtlar verebilir.

• Hikâye üzerinde bu şekilde çalıştıktan sonra öğrencilerin başka hikâyeler üzerinde çalışmalarını için gruplara ayrılması sağlanır. Öğrenciler beş gruba ayrılır.² Her gruba bir hikâye kartı verilir. Öğrencilere “Göreviniz size verdiğim hikâyeyi okumak ve grup olarak tartışmaktır. Hikâyeyi okurken veya dinlerken, zorbalık yapan, zorbalığa maruz kalan ve zorbalığı izleyen öğrencilerin kendilerini nasıl hissettiğini düşününüz ve hikâyedeki zorbalık davranışlarının neler olduğunu not ediniz. Hikâyenizi okuduktan sonra karttaki soruları yanıtlayınız. Grubunuzdaki herkesin sırasıyla düşüncelerini ifade ettiğinden emin olunuz. Bu aktivite için yaklaşık 10 dakikanız olacak ve ardından tartıştıklarınızı paylaşmak için tekrar bir araya geleceğiz.” açıklaması yapılır. Gruptaki her öğrencinin düşüncelerini ifade etmesi gerektiği vurgulanır. On dakika sonra sınıf tekrar bir araya getirilir. Her hikâye sunulduğunda, o gruptaki bir öğrenciden hikâyeyi okuması ve aralarında seçtikleri grup sözcüsünden grupların sorulara verdikleri cevapları listelemesi istenilir.³

• Grupların paylaşımları tamamlandıktan sonra sınıftaki öğrencilerle yapılan çalışma hakkında kısaca konuşularak süreç gözden geçirilir. Daha sonra ise “Bugün zorbalık yapan, zorbalığa maruz kalan ve izleyenlerin duyguları üzerinde çalıştık. Zorbalık olayı meydana geldiğinde zorbalık yapanlar; yapmış oldukları davranıştan keyif alabilirler, can yakma arzusu içinde olabilirler, geçerli bir nedeni olmamalarına rağmen karşıdaki kişiye sürekli ve kasıtlı bir şekilde zarar veriyor olabilecekleri, zorbalığa maruz kalanların maruz kaldıkları zorbalık karşısında kızgın, öfkeli, üzgün, bıkkın, kaygılı, incinmiş, utanmış, haksızlığa uğramış vb. gibi olumsuz duygular hissedebilecekleri ve son olarak izleyicilerin ise zorbalığa tanık olduklarında; şaşkın, çaresiz, kaygılı, kafası karışmış, gergin ve korkmuş hissedebileceklerini belirledik. Bir sonraki etkinliğimizde ise zorbalığa maruz kalan kişilerin bu duruma nasıl ‘Dur!’ diyebilecekleri üzerinde çalışacağız.” diyerek oturum tamamlanır.

² Sınıfın mevcuduna göre grup sayısını arttırabilir ya da azaltabilir. Ekte yer alan hikâyelerden sınıf için uygun olanlar seçilebilir. Eğer sınıfın mevcudu çok yüksek ya da grupla çalışmak için uygun fiziksel koşullar yoksa uygulayıcı bir ya da iki hikâye kartı seçebilir ve hikâyeleri yansıtarak sorular çerçevesinde konuyu ele alabilir.

³ Uzaktan eğitim sürecinde bu çalışma iki şekilde uygulanabilir:

1. Uygulayıcı grupları ve grupların hangi hikâye kartları ile çalışacağını önceden belirleyerek öğrencileri programda tartışma odalarına yerleştirebilir. Ne yapacakları konusunda yönerge verilir ve sürenin tamamlanmasının ardından tüm sınıf olarak çalışılmaya devam edilebilir.
2. Süre gözetilerek hikâye kartlarından bir ya da iki tanesi seçilir ve ekran paylaşımı yapılır. Hikâyenin okunması sonrası kartlarda yer alan sorulara ilişkin öğrencilerin yanıtları alınır ve tartışılır.

FORM 4 AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI- ÖĞRENCİ FORMU // HİKÂYE KARTLARI

Hikâye-1

6-F sınıfında öğrenim gören Berk ve Buğra sınıflarına yeni gelen Serdar'a hoş geldin şakası yapmak istediler. Bu şakayı ise Serdar'ın sırasına bebek bisküvisi bırakarak yaptılar. Sınıf arkadaşları bu şakaya gülerken Serdar bu şaka yüzünden ağladı. Serdar'ın ve sınıf arkadaşlarının tepkilerinden güç alan Berk ve Buğra bu bisküviyi her gün sıraya bırakmaya, Serdar'ın sırasına su dökmeye ve çantasını çöpe atmaya başladılar. Sınıftaki diğer öğrenciler bu konuda bir şey yapmadılar.

• Serdar'ın kendisini nasıl hissettiğini düşünüyorsunuz? Sahip olabileceği en az beş duyguyu düşünmeye çalışın.

• Sizce Berk ve Buğra ne hissediyor olabilir?

• Bu duruma şahit olan (izleyen) diğer çocuklar ne hissediyor ve düşünüyor olabilir?

Hikâye-2

Çalışkan bir öğrenci olan Onur, arkadaşları Caner ve Kayhan'dan uzak durmaya çalışmaktadır. Çünkü son zamanlarda bu öğrenciler Onur'u gördüklerinde saçları, gözlükleri, boyu ya da kıyafetleri ile alay etmektedirler. Hatta bazen o yanlarından geçerken inek sesi çıkarmaktadırlar. Caner ve Kayhan sınıfta her zaman onun hakkında fısıldaşmakta, ona değişik yüz hareketleri yapmakta, bazen de masasına hoş olmayan notlar bırakmaktadırlar. Bir şey olduğundan şüphelenen öğretmen sınıfa neler olduğunu sormuş ancak sınıftaki öğrenciler bildiklerini söylememeyi tercih etmişlerdir.

• Onur'un kendini nasıl hissettiğini düşünüyorsunuz? Sahip olabileceği en az beş duyguyu düşünmeye çalışın.

• Sizce Caner, Kayhan ve Tamer ne hissediyor olabilir?

• Bu duruma şahit olan (izleyen) diğer çocuklar ne hissediyor ve düşünüyor olabilirler?

Hikâye-3

Altıncı sınıfa devam eden Yusuf'un başı çok sık belaya girmektedir. Her defasında bunun kendi hatası olmadığını söylemekte, bazen ağlamaktadır. Bu nedenle, Yusuf uyum sağlamayı ve arkadaşları olmasını çok istese de, hiç kimse onun arkadaşı olmak istememektedir. Nehir, Ömer, Demir ve diğerleri Yusuf'u üzmenin kolay olduğunu bildikleri için genellikle Yusuf'un ceketini ve kalem kutusunu saklar, onunla alay eder, hakkında kötü şeyler söylerler. Ayrıca Ömer ve Demir koridorda ya da oyun bahçesinde sık sık ona çarpar ya da onu iterler. Bu davranışlar karşısında Yusuf bazen çok üzülür ve ağlar, bazen de bir şeyler fırlatır, bağırır veya karşılık verir. O zaman da başı belaya girer.

• Sizce Yusuf kendini nasıl hissediyor? Sahip olabileceği en az beş duyguyu düşünmeye çalışın.

• Sizce zorbalık yapanlar ne hissediyor olabilirler?

• Bu duruma şahit olan (izleyen) diğer çocuklar ne hissediyor ve düşünüyor olabilirler?

Hikâye-4

Çağın sınıfındaki çocuklarla arkadaş olmaya çalışsa da arkadaşları onu görmezden gelmekte, onunla alay etmektedir. Doruk, boyu sınıftakilerden daha kısa olan Çağın'a sık sık "bücür", "ufaklık", "sen yanlış sınıftasın", "daha fazla süt içmelisin" diyerek ona takılmakta, rahatsız etmektedir. Ayrıca geçen hafta, matematik dersinde yapılan işlem yarışmasında Doruk, Çağın'a çok yavaş olduğu için yarışmayı kaybettiklerini söylemiştir. Beden eğitimi dersinde ise Çağın'ın topa vurma şeklini taklit ederek onunla dalga geçmiş, diğerleri de bu duruma gülmüştür. Doruk bunu her zaman yalnız olduklarında ya da konuşmayacağından emin olduğu arkadaşlarının yanında yapmaktadır. Bu nedenle Çağın bu durumu öğretmenlerine söylemekten korkmaktadır. Çağın bir süredir okula gelmek istememekte, okulunu ve sınıfını sevmediğini hissetmektedir. Artık derslerine de pek odaklanamamakta, ödevlerini de ihmal etmektedir.

• Sizce Çağın nasıl hissediyor? Sahip olabileceği en az beş duyguyu düşünmeye çalışın.

• Sizce Doruk ne hissediyor olabilir?

• Bu duruma şahit olan (izleyen) diğer çocuklar ne hissediyor ve düşünüyor olabilirler?

Hikâye-5

6-C sınıfından Ece ve Seda isimindeki ikiz kardeşler okulun en popüler öğrencileridir. Teneffüs saatlerinde sınıf arkadaşları olan Pelin'e saçların güzel olmamış, sen çirkinsin, erkek gibisin gibi cümleleri sürekli kullanmaktadırlar. Sınıftaki diğer kız öğrenciler de zaman zaman bu duruma maruz kalmalarına rağmen Pelin hedef alındığında sessiz kalmayı veya Ece ve Seda'yı desteklemeyi tercih ediyorlar. Pelin ne yapacağını bilemez durumdadır, konuşacak birini de bulamamaktadır.

• Sizce Pelin nasıl hissediyor? Sahip olabileceği en az beş duyguyu düşünmeye çalışın.

• Sizce Ece ve Pınar ne hissediyor olabilir?

• Bu duruma şahit olan (izleyen) diğer çocuklar ne hissediyor ve düşünüyor olabilirler?

3. OTURUM

AKRAN ZORBALIĞINA KARŞI KOYUYORUM

AMAÇ

Öğrencilerin zorbalık girişimlerini durdurmanın etkili bir yolu olan girişken tepkiler verme becerilerinin geliştirilmesi ve zorbalık girişimlerine yanıt vermenin çeşitli yollarının öğrenilmesi

KAZANIMLAR

Bu oturum sonunda öğrenciler;

- Pasif, saldırgan ve girişken davranışlar arasındaki farkı bilirler.
- Zorbalık karşısında girişken yanıt vermenin adımlarını bilirler.
- Zorbalık davranışlarıyla başetme yollarını bilirler.

MATERYAL

Tahta, kalem, FORM 5- Girişken Yanıt Veriyorum, FORM 6- Biri Size Zorbalık Yaparsa

YÖNTEM VE TEKNİK

Soru-cevap, tartışma, örnek olay, rol oynama

SÜRE

40 dakika

SÜREÇ

- “Sevgili öğrenciler, önceki çalışmamızda zorbalık olayında zorbalık davranışını yapan, zorbalığa maruz kalan ve izleyicilerin neler hissettikleri üzerinde konuşmuştuk. Zorbalık yapanlar geçerli bir nedeni olmamalarına rağmen karşıdaki kişiye sürekli ve kasıtlı bir şekilde zarar verebilmekte, bunu eğlenmek veya güçlü hissetmek için gerçekleştirebilmektedirler. Zorbalığa maruz kalanlar zorbalık karşısında kızgın, öfkeli, üzgün, bıkkın, kaygılı, incinmiş, utanmış, haksızlığa uğramış vb. gibi olumsuz duygular hissedebilmekte ve son olarak izleyiciler ise zorbalığa tanık olduklarında; şaşkın, çaresiz, kaygılı, kafası karışmış, gergin ve korkmuş hissedebilmektedirler. Bugün ise sizlerle zorbalık karşısında nasıl davranılabileceği, nelerin işe yarayıp, nelerin ise işleri kötüleştirebileceği konusunda paylaşımında bulunacağız. Ayrıca zorbalığa karşı koymada etkili bir yol alan güvengen bir şekilde yanıt verme üzerinde çalışacağız.” denilerek oturum başlatılır. Daha sonra öğrencilere “Şimdi sizlere öğrenciler arasında yaşanan bir zorbalık durumuna ilişkin bir hikâyeye anlatacağım ve sonra bu hikâyeye ilişkin sizlere sorular yönelteceğim” denilir.



Deren birkaç ay önce sınıfa gelen Sinem ile bir süredir dalga geçmekte, ona isim takmaktadır. Sinem'in kullandığı kalemlerin, defterlerindeki süslemelerin, kullandığı toka ve çantaların bebeksi olduğunu söylemektedir. Sinem'e "Bunlar kimin? Anaokuluna giden kardeşinden ödünç mü aldın? Senin yaşına da pek uygun!" diyerek gülmektedir. Artık birçok kişi ona "Bebek Sinem!" demeye başlamıştır. Sinem iyice yalnız kalmaya başlamıştır. Olup bitenler Sinem'i hem

çok üzmemekte hem de kızdırmaktadır. Sinem girişken bir şekilde kendisiyle alay edilmesini, isim takılmasını durdurmaya karar verir. Deren'in karşısında durur, ona bakar, net ve güçlü bir sesle "Deren, benimle alay ediyorsun. Beni utandırmaya çalışıyorsun. Bu tavrına bir son vermeni istiyorum!" der ve arkasını dönüp gider.

• **"Eğer Sinem öfke duygusuyla hareket ederse neler olabilirdi?"** sorusu yöneltilir. Muhtemel yanıtlar "Birine zarar verebilir, kavga edebilir, başını belaya sokabilir" şeklinde olacaktır. Öğrencilere şöyle der: "Sinem öfke duygusuyla davranırsa, saldırgan davranıyor olacaktı. Birine zarar verebilir veya bağırabilir ve diğerlerini kızdırabilir. Saldırgan davranış, insanların başını belaya sokabilir ve sorunlarını çözmez. Daha büyük sorunlara yol açabilir. Zorbalık davranışını durdurmak için saldırmak kesinlikle iyi bir çözüm değildir."

• **"Sinem hiçbir şey yapmasa ne olurdu?"** sorusu yöneltilir. Muhtemel yanıtlar "Sorun çözülmez ve Sinem yine de üzgün ve kızgın hissederdi. Deren ve diğerleri Sinem'in kendini nasıl hissettiğini anlamazlardı" şeklinde olabilir. Öğrencilere "Hiçbir şey yapmamak, pasif davranmanın bir örneğidir. Sinem, diğerlerinin kendisini rahatsız etmesini engellemek için hiçbir şey yapmazsa onların durmalarını istediğini bilmelerine de izin vermemiş olur. Pasif davranış; başkalarına daha fazla kontrol olasılığı veren, kişinin düşüncesini veya duygularını ifade etmeyen davranıştır. Başkalarına zorbalık yapan öğrenciler bu şekilde davranan öğrencileri daha fazla seçerler çünkü onların zorbalığı durdurmak için hiçbir şey yapmayacağını bilirler. Bu öğrencilerin zorbalık davranışını bir yetişkine bile söylemeyeceğini bilirler." açıklaması yapılır.

• **"Sinem başka neler yaparsa durum daha kötü olurdu?"** sorusu ile devam edilir. Öğrencilerin yanıtları alınır. Öğrencilere "Sinem saldırgan ya da pasif davranırsa zorbalık davranışının devam edeceğini, bu davranışların zorbalığı azaltmayacağını söylemiştik. Tehdit etmek, zorbalık yapan kişinin önünde ağlamak, korktuğunu belli etmek de durumu kötüleştirebilecektir" açıklaması yapılır.

• **“Sinem ne yaparsa işe yarar, durum daha iyi olur?”** sorusu yöneltilir. Öğrencilerin yanıtları alınır. Öğrencilere *“Sinem zorbalık yapan kişiden uzak durabilir, durumu bir yetişkine anlatabilir, yalnız kalmamaya gayret edebilir, zorbalık yapan öğrencilere güvenli bir beden duruşu ile girişken bir tepki verilebilir. Burada Sinem girişken bir tepki verme yolunu seçmiştir.”* açıklaması yapılır. Öğrencilere Form 6 dağıtılır. Uygulayıcı FORM 6’dan yararlanarak zorbalığa maruz kalınması durumunda zorbalıkla başa çıkmada nelerin etkili olabileceği, nelerin ise işe yaramayacağı hakkında bilgi verir.

• Öğrencilere Sinem’in zorbalıkla başa çıkabilmek için girişken tepki verdiği açıklaması yapılır ve **“Sinem girişken tepki verirken sırasıyla neler yaptı?”** sorusu yöneltilir. Öğrencilerin yanıtları alınır. Sonra *“Girişken bir tepki verirken kullanılması gereken adımlar şunlardır:*

- *Sakin ol*
- *Dik dur*
- *Kişinin gözlerine bak*
- *Kararlı, net ve güçlü bir ses kullan*
- *Kişinin adını söyle*
- *Rahatsız eden, hoşlanmadığın davranışı adlandır*
- *Ona durmasını söyle.”* açıklaması yapılır ve bu adımlar tahtaya yazılır.

Kişinin adını söyle, davranışı adlandır ve onlara durmalarını söyle basitçe şu şekilde formüle edilebilir: **“isim+rahatsız eden davranış+Yapma/Dur veya isim+ bundan hoşlanmadım+Yapma/Dur”**

• Öğrencilere *“Zorbalık karşısında girişken tepki, tehlikeli olmayan bir durumda kendi kendinize deneyebileceğiniz bir şeydir. Davranış durmadan önce girişken ifadenizi birkaç kez tekrarlamanız gerekebilir. Girişken davranış, birisinin sizi ilk kez rahatsız etmeye başladığı zamanlarda daha fazla işe yarar. Bunu yetişkin yardımı olmadan yapabilir ve sorunu kendiniz çözebilirsiniz. Ancak, girişken olmayı denediyseniz ve işe yaramadıysa, yardım için bir yetişkinden yardım isteyiniz.”* açıklaması yapılır.

• *“Sevgili öğrenciler şimdi girişken sözlü tepkiyi nasıl verebileceğimiz üzerinde çalışacağız.”* denilir ve FORM 5 (Girişken yanıt veriyorum) dağıtılır.

Öğrencilerden ikişerli gruplar halinde çalışmalarını ve tahtada yazılı olan formülden de yararlanarak FORM 5’de yer alan durumlara girişken yanıt yazmalarını isteriz. Öğrencilere. “Form üzerindeki isimleri doldururken sınıf arkadaşlarınızın veya tanıdığınız diğer öğrencilerin isimlerini kullanmamayı unutmayın. Sizin için doğal, rahat olan kelimeleri bulmaya çalışın. Bu yanıtlar gerçekten kullanabileceğiniz yanıtlar olmalıdır.” açıklaması yapılır.⁴

• Öğrenciler Form 5’i doldurduktan sonra gönüllü öğrencilerden sınıfın önünde zorbalık durumlarına verdikleri girişken tepkiyi eşleştirdiği arkadaşları ile birlikte canlandırmaları isteriz. Canlandırma öncesi öğrencilere “Sevgili öğrenciler sizlere girişken bir tepki verebilmek için öncelikle dikkat etmemiz gereken iki önemli şey olduğunu hatırlatmak istiyorum. Bunlardan ilki beden dilimizi girişken tepki vermeye uygun şekilde ayarlamamızdır. Yanıt verirken dik durmaya, göz teması kurmaya ve ayaklarınızın bir miktar açık durmasına dikkat ediniz. İkincisi güvenli bir yanıt verebilmek için ses tonumuzu iyi ayarlayabilmemiz önem taşır. Kızgın, yüksek bir sesle ya da kısık, güçsüz bir sesle konuşmamalı, sesimizin kararlı, güçlü ve nazik olmasına dikkat etmeliyiz.” denilir. Canlandırma sonrası öğrencilere sergiledikleri girişken tepki konusunda geribildirim verilir.

• Öğrencilere “Bugün zorbalığa maruz kalan kişilerin neler yaparsa zorbalığa etkili bir şekilde karşı koyabileceği, neler yaparsa işlerin daha kötü gidebileceği üzerinde konuştuk. Fiziksel bir tehdit altında değilseniz kullanılabilecek etkili bir strateji olan girişken tepki vermenin basamaklarını ele aldık ve denemeler yaptık.” diyerek oturum tamamlanır.

⁴ Uzaktan eğitimde senaryolar tek tek paylaşılır ve öğrencilerin girişken sözlü yanıt vermeleri isteriz. Öğrencilere yanıtları ile ilgili geribildirim verilir.

GİRİŞKEN YANIT VERİYORUM



(.....) diğer çocuklara senin yüzünden maçı kaybettiklerini, senin zayıf ve beceriksiz olduğunu, çok da yavaş koştuğunu söylüyor.

(.....) derste ona her baktığında size garip yüz hareketleri yapıyor.

Yeni bir mont aldınız. Ancak onu giydiğiniz ilk günden beri (.....) montunla alay ediyor. Gülerek "Bu mont kimin? Küçük kardeşinin mi? Pek de cici!" diyor.

(.....) her zaman sana "Bebe, ana kuzusu" gibi isimlerle sesleniyor.

Saçını geçen hafta kestirdin. O zamandan beri (.....) bu konuda seninle alay ediyor. "Saçını kim kesti? Kuaföre mi gittin, terziye mi yoksa kasaba mı?" "Bir şapka tak da şu çirkin görüntüyü ört!" diyor.

(.....) sen her yanından geçtiğinde inek sesi çıkarıyor.

FORM 6

AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI- ÖĞRENCİ FORMU // BİRİ SİZE ZORBALIK YAPARSA

BİRİ SİZE ZORBALIK YAPARSA

NELER İŞE YARAR?

- Kendinizi güvende hissetmiyorsanız uzaklaşın. Olabildiğince hızlı yürüyün (veya koşun).
- Zorbaliğı güvendiğiniz yetiškine anlatın. Bu yetişkin öğretmeniniz, aileniz veya okul idari personeli olabilir. Anlatmak dedikodu yapmak ya da ispiyonlamak değildir. Hak aramaktır. Güvende kalmanıza yardımcı olur. Yetiškine zorbaliğın nerede ve ne zaman gerçekleştiğini, ne olduğunu ve kimin yaptığını söyleyin.
- Diğer çocuklarla arkadaş olun. Zorbalık yapan insanlar yalnız çocukları daha fazla seçer. Bu yüzden diğer çocuklarla birlikte kalın.
- Kendinizi güvende hissediyorsanız, kişiye size zorbalık yapmayı bırakmasını söyleyin. Girişken bir tepki işe yarayabilir.
- Zorba davranış yapan öğrenci ile karşılaştığınızda, güvenli duruş sergileyin. Zorbalık yapan öğrencinin sizin hakkınızda neler düşündüğünü önemsemediğini sözlerinin sizi incitmeyeceğini kararlı bir şekilde söyleyin.
- Korktuğunuzu belli etmeyin. Zorba davranış yapan öğrenciye karşı sağlam bir beden duruşuna (sırtınızı ve başınızı dik tutun) sahip olmak önemlidir. Korktuğunuzu zorbalık yapana belli etmemek, onun geri çekilmesini sağlayabilir.
- Sözel zorbalığa maruz kaldığınızda (hareket etmek, alay etmek, lakap takmak vb.) ona karşılık vermeyip kafanızı çevirip oradan uzaklaşmaya çalışın. Zorba davranış yapan öğrenci bir süre sonra bu davranışı sergilemekten vazgeçebilir.

NELER İŞE YARAMAZ?

- Saldırgan davranmak zorbaliğı daha da kötüleştirebilir. Biri sizi fiziksel olarak tehdit ederse, kavga etmeyin. Bunun yerine olabildiğince çabuk uzaklaşın. Bunun tek istisnası, ani fiziksel tehlikede olmanız ve kendinizi savunmaktan başka seçeneğiniz olmaması durumudur.
- Tehdit etmeyin. Bu, zorbaliğın şiddetinin artmasına, hatta daha da kötüye gitmesine neden olabilir.
- Zorbalık yapan kişinin önünde ağlamayın. Zorbalık yapan kişiler sizi ağlarken görmek isteyebilir. Derin nefes alın ve sakin kalmaya çalışın. Kendi kendinize "bununla baş edebilirim", "kararlı olmayı başarabilirim" gibi olumlu mesajlar verin.
- Sürekli görmezden gelip, durmasını ummayın. Zorbaliğa devam eden insanların, basitçe görmezden gelinerek durmaları veya uzaklaşmaları olası değildir. Kendiniz için ayağa kalkmaya veya bir yetiškinden yardım almaya karar verin.

4. OTURUM

ZORBALIĞA SESSİZ KALMA!

AMAÇ

Öğrencilerin izleyici oldukları durumlarda ne yapmaları gerektiğinin farkına varmalarının sağlanması

KAZANIMLAR

- Öğrenciler izleyici oldukları durumlarda ne yapmaları gerektiğinin farkına varır.
- Zorbaliğa maruz kalanlara nasıl yardım edebileceğini fark eder.

MATERYAL

Tahta, kalem, FORM 7-Senaryolar ve FORM 8- İzleyiciler Zorbaliğa Karşı Neler Yapabilir?

YÖNTEM VE TEKNİK

Soru-cevap, tartışma, rol oynama

SÜRE

40 dakika

SÜREÇ

• Öğrencilere bir önceki oturumda yapılan çalışma hatırlatılarak süreç başlatılır. Daha sonra *“Daha önceki çalışmalarımızda akran zorbalığında üç rol olduğunu konuşmuştuk. Bunlar, zorbalığı yapan, zorbalığa maruz kalan ve zorbalığa şahit olanlar yani izleyicilerdi. Bugün zorbalıkta çok önemli bir konumda olan izleyiciler konusunu konuşacağız.”* açıklaması yapılır.

• Öğrencilere **“Bir zorbalık durumunda izleyiciler ne yapabilir?”** sorusu yöneltilir ve yanıtları alınır. Öğrencilere *“İzleyiciler, zorbalık olaylarında önemli bir yere sahiptir. İzleyiciler bazen hiçbir şey söylemeyerek, bir şey yapmadan sessizce durarak, bazen de gülerken, mimikleriyle ya da sözel olarak zorbalık yapan kişinin olumsuz davranışlarına onay verirler. Bu da zorbalık yapanlara cesaret verir. Zorbalık davranışlarının artmasına yol açar. İzleyiciler zorbalığın önlenmesinde çok önemli bir role sahiptir. Eğer*

izleyiciler zorbalık sırasında veya sonrasında müdahale eder, zorbalığa maruz kalan çocuklara destek verirse zorbalık döngüsünün kırılmasına yardımcı olabilirler.” açıklaması yapılır. Öğrencilere “Sevgili çocuklar etkinliğimize geçmeden önce bugüne kadar tanık olduğunuz bir zorbalık olayını düşünmenizi istiyorum. Siz bu olay karşısında neler yaptınız ya da yapmadınız?” sorusu yöneltilir. Yanıtlar alındıktan sonra öğrencilerle zorbalık karşısında izleyicilerin neler yapabileceklerine ilişkin bilgileri içeren FORM 8 paylaşılır (FORM 8 öğrencilere dağıtılabilir veya yansıtılabilir). FORM 8’de yer alan bilgiler öğrencilere anlatılır ve varsa öğrencilerin soruları yanıtlanır.

• “Şimdi sizlerle karşılaşabileceğimiz bazı zorbalık durumları karşısında izleyici olarak neler yapabileceğimizle ilgili çalışalım.” diyerek, sınıftaki öğrencileri dört gruba ayırır. Gruplara aşağıda yer alan senaryolar dağıtılır. Öğrencilere 10 dakika süre verilir ve “Aşağıda açıklanan durumu iki kez canlandıracaksınız. İlkinde durum senaryodaki gibi canlandırılmalıdır. İkincideyse zorbalığa maruz kalan öğrenci ve izleyiciler tarafından yapılan uygun tepkileri göstermelidir.” yönergesi verilir.⁵

• Her gruptan kendilerine verilen durumları canlandırmaları istenir. Her durum tartışılır ve eğer uygun değilse öğrencilerin çözümleri ve yorumları düzeltilir. Grup uygun çözümler bulamazsa ek çözümler sunulur.

• Öğrencilere “Bugün izleyicilerin zorbalıkla baş etmede ne kadar önemli bir yere sahip oldukları üzerinde durduk ve izleyicilerin neler yaparak zorbalığa karşı durabilecekleri üzerinde çalıştık.” denilerek oturum tamamlanır.

⁵ Uzaktan eğitim sürecinde uygulanırken rol oynama yerine örnek olay olarak senaryolar okunabilir. Sonrasında öğrencilere “Zorbalığa maruz kalan veya zorbalığı izleyen öğrenciler ne yapsalar zorbalık devam eder?” ve “Ne yaparlarsa zorbalığı önlemeye yönelik uygun tepkiler vermiş olurlar?” soruları yöneltilerek öğrencilerin yanıtları alınabilir ve tartışılabilir.

SENORYALAR



Senaryo 1 : Simge uzun bir süredir kendisinden daha büyük ve iri olan Sedef'in zorbalığına maruz kalmaktadır. Bir gün sınıfa doğru yürürken Sedef, iki arkadaşıyla birlikte Simge'ye yaklaşır ve omuzuyla çarpar. Simge geriye doğru sendeler ve neredeyse düşecek gibi olur. Sedef etrafına bakarak alaycı bir şekilde "Ay bir şeye mi çarptım?" der ve sonra Simge'ye doğru aşağılarcasına bakarak "Ah, pardon Bayan Görünmez!" der. Sedef ve yanındaki iki kız arkadaşı güler. İzleyen diğer öğrencilerse gülümsemekten başka bir şey yapmazlar.

Senaryo 2 : Eser altıncı sınıf öğrencisidir. Eser sağlıklı beslenmeye özen göstermektedir. Öğle yemeklerinde dışarıdan yemek yerine evden getirdiği yemekleri yemeyi tercih etmektedir. Sınıf arkadaşları ise genellikle kantinden alışveriş yapmaktadır. Bu durumu gözlemleyen Ahmet ve Burak, Eser'in sağlıklı beslenmesine sinir olmakta ve onunla "yürüyen sağlık" şeklinde sürekli dalga geçmektedirler.

Senaryo 3 : Cüneyt uzun bir süredir zorbalığa maruz kalmaktadır. Sınıfından beş sınıf arkadaşı gelecek hafta sonu geziye gideceklerdir. Cüneyt onlarla gitmeyi çok istemektedir. Ancak onlar tarafından davet edilmemiştir. Cüneyt gezi planlarını tartışmak için kantinde oturan bu çocukların yanına yaklaşır ve gruba katılmaya çalışır. Gruptan Mete, Cüneyt'e bakar ve "Ne istiyorsun? Defol git!" der. Herkes güler. Cüneyt üzgün ve incinmiş bir şekilde başını öne eğerek kantinden çıkar.

Senaryo 4 : Sezin ve Öykü birbirlerinin sırlarını bilen iki yakın arkadaştır. Ancak Sezin Öykü'nün sürekli onu yönlendirmeye yönelik davranışlarından ve kararları sürekli onun almasından şikayetçidir. Bir gün Öykü'ye "kararları hep sen alıyorsun. Benim düşüncelerime önem vermiyorsun. Bu durumdan sıkıldım" der. Buna kızan Öykü Sezin'le ilgili sınıf arkadaşlarına olumsuz şeyler anlatmaya başlar. Hatta Sezin'in onunla paylaştığı bir problemini diğer kızlara anlatır. Kızlara Sezin'in hala karanlıktan korktuğunu ve sık sık annesiyle birlikte uyduğunu söyler. Bu Sezin'in kulağına gider. Sezin çok incinir ve utanır.

FORM 8

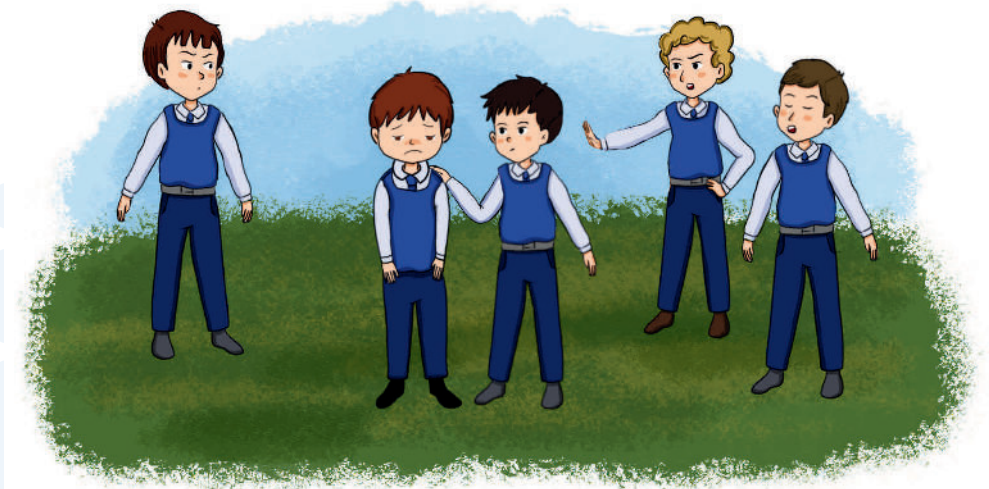
AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI-

ÖĞRENCİ FORMU // İZLEYİCİLER ZORBALIĞA KARŞI NELER YAPABİLİR?

İZLEYİCİLER ZORBALIĞA KARŞI NELER YAPABİLİR?

Birisinin zorbalığa maruz kaldığını görürseniz (eğer bir izleyiciyseniz) zorbalığa maruz kalan kişiye yardımcı olmak için aşağıdakileri yapabilirsiniz:

- Müdahale etmeden önce güvende olduğunuzdan emin olun. Çünkü zorbalık yapan kişi, size de zorbalık yapmak isteyebilir.
- Böyle davranışlara tanık olduğunuzda zorbalık yapan öğrenciyi cesaretlendirecek veya davranışının şiddetini arttıracak söylemlerde ve hareketlerde bulunmayın (alkışlamak, tezahürat yapmak, gülmek vb.).
- Zorbalık yapan ya da zorbalığa maruz kalan öğrenciyle farklı ve yeni bir konuda konuşmaya başlayabilirsiniz.
- Zorbalığa maruz kalan öğrenci de dâhil olmak üzere herkesi zorbalık yapan kişiden uzaklaşmaya davet edebilirsiniz.
- Eğer uygunsa zorbalık yapan kişiyle insanlarla nasıl konuşması, iletişim kurması ve arkadaş olması gerektiğiyle ilgili konuşabilir ve ona örnek olmaya çalışabilirsiniz.
- Bazen zorbalık yapana, güçlü bir şekilde "Dur!" ya da "Yeter!" demek gerekebilir. Arkadaşlarınızla birlikte, zorbalık yapan öğrenciyi uyarmaktan çekinmeyin. Zorbalık yapan öğrenciye, bu davranışın karşı taraftaki bireyi nasıl etkilediğini söyleyebilirsiniz.
- Zorbalık yapanın, yaptığı şeyin yanlış olduğunu anlamasını sağlayın. Zorbalık yapanı tamamen görmezden gelmek, zorbalığa maruz kalana odaklanmak ve onu uzaklaştırmak, zorbalık yapanın davranışlarının sosyal olarak kabul edilemez olduğunu ve bunun için dışlanacağını bilmesini sağlar. Herkes bunu yaparsa, zorba davranışlarından dolayı kendini yalnız hisseder ve değişmeye çalışabilir.
- Zorbalığa tanık olduğunuzda öğretmenlerinize ya da çevrenizdeki yetişkinlere haber verin. Haber vermek ispiyonculuk değildir. Bir hak arama ya da birisinin hakkını aramasına yardımcı olmaktır. Güvenli bir okul ortamının yaratılmasıyla ilgili tüm öğrencilerin sorumluluğu vardır. Bu sorumluluğunuzu yerine getirmek için yetişkinlerle iletişime geçin ve olayı anlatın.
- Zorbalığa maruz kalan öğrenciye yardım etmek ispiyonculuk değildir. Çünkü yardım etmede herhangi bir çıkar sağlama durumu söz konusu değildir.
- Zorbalığa maruz kalan kişiyle iletişiminizi arttırabilir, onun bu süreci daha çabuk atlatması için ona yardımcı olabilirsiniz.
- Zorbalık yapan öğrenciyle de aynı şekilde iletişim kurabilir ve onun bu davranışları değiştirmesine yardımcı olabilirsiniz.
- Okulda her öğrencinin kendini güvende hissetme hakkı olduğunu unutmayınız.



5. OTURUM

BEN OLSAYDIM

AMAÇ

Öğrencilerin zorbalıkla baş etme yollarına ilişkin farkındalık kazanması.

KAZANIMLAR

- Zorbalık yapan öğrenci, davranışını değiştirmek için neler yapabileceğini fark eder.
- Zorbalığa maruz kalan öğrenci, zorbalıkla baş etmek için neler yapabileceğini fark eder.
- İzleyici rolündeki öğrenci, zorbalığı önlemek ya da müdahale etmek için neler yapabileceğini fark eder.

MATERYAL

Kalem, A3 kâğıt (karton), FORM 9-Örnek Olaylar, FORM 10-Akran Zorbalığıyla Baş Etme Yolları, FORM 11-Akran Zorbalığıyla Baş Etme Stratejileri

KULLANILACAK YÖNTEM VE TEKNİK

Soru-cevap, tartışma, örnek olay

SÜRE

40 dakika

SÜREÇ

• “Sevgili öğrenciler, önceki oturumlarda zorba davranışın zorba davranışı yapan, zorbalığa maruz kalan ve zorba davranışın izleyicileri olmak üzere her üç rolde olan öğrenciyi olumsuz etkilediğini konuşmuştuk. Her öğrencinin okulda kendini güvende hissetme hakkı olduğundan söz etmiştik. Ayrıca her üç rolde olan öğrencinin zorba davranışı ortadan kaldırmak için neler yapabileceğini ele aldık. Bugün sizlerle akran zorbalığı farkındalık eğitimi kapsamında son etkinliğimizi gerçekleştireceğiz. Bu etkinlikte amacımız zorba davranışı yapan, zorbalığa maruz kalan ve zorba davranışı izleyiciler açısından zorbalık ile baş etmeye yönelik davranışlarının neler olabileceğini ele almak ve bugüne kadar etkinliklerde öğrendiğimiz bilgileri gözden geçirmektir.” açıklaması yapılarak süreç başlatılır

- Uygulayıcı bu açıklamanın ardından öğrencileri dörder kişilik gruplara

ayırır (uygulayıcı sınıf mevcuduna göre ayarlamayı yapabilir) ve her gruba FORM 9'u verir ve her grubun FORM 9'daki bir örnek olay üzerine çalışmasını ister⁶.

• Örnek senaryoları alan gruplara şu yönerge verilir:

"Sevgili öğrenciler, zorbalıkla karşılaştığımızda bu olayla baş etmek için birtakım stratejiler geliştirebiliriz. Bu kapsamda FORM 9'da verilen örnek olaylarda tepkiniz nasıl olurdu? Her grubun bir örnek olay seçmesini ve bu örnek olay ile ilgili cevaplarınızı FORM 10'a yazmanızı istiyorum. Üçe ayırdığınız bu kâğıtlardan birinci sütuna zorbalık yapan öğrenci olarak, ikinci sütuna zorbalığa maruz kalan öğrenci olarak, üçüncü sütuna zorbalığı dışarıdan izleyen öğrenci olarak bakmanızı istiyorum. Siz bu rollerin herhangi birinde olsaydınız durumla baş etmek için neler yapardınız? Bununla ilgili bir grup broşürü hazırlamanızı istiyorum. Bu broşürü hazırlamanız için 15 dakika süreniz olacak."

• Grup çalışması tamamlandıktan sonra uygulayıcı, "Sevgili öğrenciler, hepimizden kendi gruplarınız için birer sözcü seçmenizi istiyorum. Bu sözcülerin gruplarınızda zorbalığa maruz kalan, zorbalık yapan ve izleyici rolünde zorbalığı önlemek için neler yapılabileceğiyle ilgili hazırladığınız broşür konusunda paylaşımında bulunmalarını istiyorum." şeklinde açıklama yapar. Ardından verilen cevaplar üzerinde tartışılarak etkin baş etme yöntemlerinin belirlenmesi istenir (Uygulayıcı, öğrencilerin baş etme yöntemlerine katkı sağlamak için FORM 11'deki yöntemlerden faydalanabilir). Öğrencilerin sunduğu baş etme yolları A3 boyutunda bir kağıda yazılabilir ve böylece afiş olarak sınıf panosuna asılabilir. Yıl boyunca sınıf panosunda sergilenebilir.

• Son olarak uygulayıcı, öğrencilerden etkinlikten sonra okul panosuna asmak üzere o gün öğrendikleri ile ilgili zorbalık yapan öğrenciye, zorbalığa maruz kalan öğrenciye ve izleyici öğrenciye yönelik zorbalık karşıtı birer slogan yazmalarını ister⁷.

• Oturum "Sevgili öğrenciler, görüldüğü gibi zorbalıkla günlük hayatta karşılaşabiliriz. Ancak zorbalıkla etkin bir şekilde baş etmeye yönelik birçok farklı yol da vardır. Günlük hayatta karşılaştığınız zorbalık davranışlarına yaptığımız etkinlikte konuştuğumuz baş etme yollarını uygulayarak bu davranışların azalmasına katkı yapabilirsiniz." açıklaması yapılarak sonlandırılır.

⁶ Uzaktan eğitim sürecinde uygulayıcı grupları ve grupların hangi örnek olayları çalışacağını önceden belirleyerek öğrencileri programda tartışma odalarına yerleştirebilir. Öğrenciler ile Form-10'u paylaşarak doldurmalarını ister. Sürenin tamamlanmasının ardından tüm sınıf olarak çalışılmaya devam edilir.

⁷ Uygulayıcı beyin fırtınası yoluyla her üç rolde olan öğrenciler için sırasıyla zorbalık karşıtı sloganları yazmalarını ve sohbet kısmından uygulayıcıya özel olarak iletmelerini ister. Uygulayıcı sloganları okur ve oylama yöntemiyle en uygun üç slogan seçilir.

ÖRNEK OLAYLAR

Örnek Olay 1: "Sınıftaki bir grup arkadaşınız, siz sınıfta yokken içtiğiniz su matarasına tükürmüş. Birkaç kez tekrarlanan bu olayı, siz suyunuzu içtikten sonra öğreniyorsunuz."

Örnek Olay 2: "Sınıf arkadaşlarınızla birlikte okul bahçesindesiniz. Daha önce de olduğu gibi oturduğunuz bankın yanında bulunan karşı sınıfın öğrencileri bankınıza yanaşarak sizin şivenizle, konuşma tarzınızla dalga geçti."

Örnek Olay 3: "Okulun kantininde otururken bir anda bir konuşmaya kulak misafiri oldunuz. Yapılan konuşmada üst sınıf öğrencilerinden birkaç kişinin sık sık sizinle ilgili asılsız, dikkat çekici ama çirkin iftiralar yaydığını duydunuz."

Örnek Olay 4: "Sınıftaki birkaç öğrenci, oturduğunuz sıraya Japon yapıştırıcısı sürmüş ve siz de bu durumu fark etmeden sıranıza oturdunuz. Daha sonra aynı öğrencilerin siz farkında olmaksızın saçınıza sakız yapıştırdığını fark ettiniz. Bu durum karşısında sürekli eğlendiklerini gördünüz."

Örnek Olay 5: "Ailenizle bir başka ülkeye göç etmek zorunda kaldınız. Yeni okulunuzda diğer öğrenciler konuşmanızla ve memleketinizle dalga geçiyor. Okuldaki bir grup öğrenci, sizi yalnız bulduğunda itip kakıyor ya da sürekli aşağılıyor."

Örnek Olay 6: "Aylardır uğraştığınız bir maket ödevini okula getirdiniz ve sıraya koydunuz. Kantine gidip geldiniz ve maket ödevinizin oradan alındığını, üst sınıflardan birkaç öğrencinin maketinize kasıtlı bir şekilde zarar verdiğini gördünüz. Bu öğrencilerin daha önce de ödevinize zarar veren öğrenciler olduğunu fark ettiniz."

Örnek Olay 7: "Her hafta beden eğitimi dersinde arkadaşlarınızla oyun oynamak istiyorsunuz. Ancak birkaç öğrencinin sizi hiçbir şekilde oyuna almadığını, grup dışına iterek sizi dışladığını fark ettiniz."

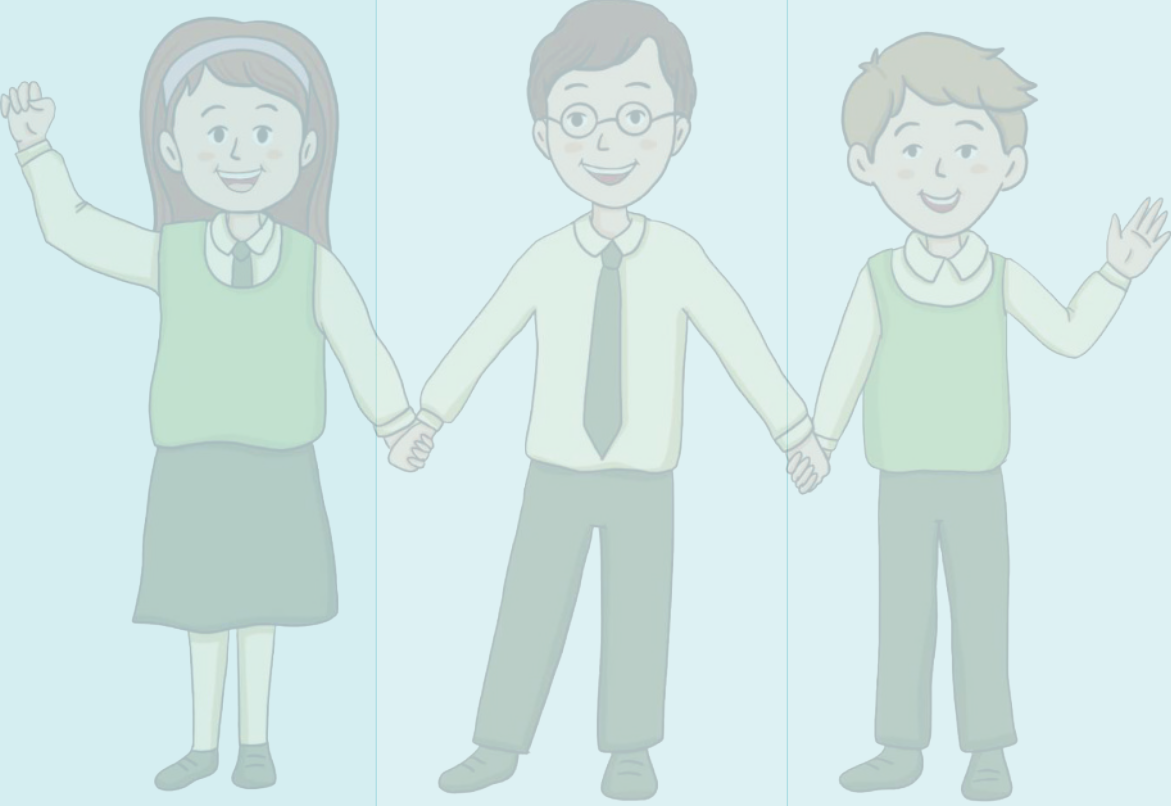
Örnek Olay 8: "Sınıfta farklı değer ve görüşlere sahip olduğunuz birkaç öğrenci, size sürekli küfrediyor ve size karşı kaba davranışlarda bulunuyor."

Örnek Olay 9: "Okula yeni başladınız ve üst sınıf öğrencileri sizinle 'çöm, cik cik, ezik vb.' gibi sözler kullanarak sürekli alay ediyor ve gördüğü zaman sizi ya bir köşede sıkıştırıyor ya da size vurup kaçıyor."

FORM 10 AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI- ÖĞRENCİ FORMU // AKRAN ZORBALIĞIYLA BAŞ ETME YOLLARI

AKRAN ZORBALIĞIYLA BAŞ ETME YOLLARI

Zorbalık Yapanlar	Zorbaliğa Maruz Kalanlar	İzleyiciler



The illustration shows three children standing in a line, holding hands. On the left is a girl with long brown hair, wearing a green vest over a white shirt and a dark skirt. In the middle is a boy with short brown hair and glasses, wearing a light green shirt, a dark tie, and dark pants. On the right is a boy with short brown hair, wearing a green vest over a white shirt and dark pants. They are all smiling and looking towards the viewer.

AKRAN ZORBALIĞI İLE BAŞ ETME STRATEJİLERİ

Zorba davranış gösteren açısından	<ul style="list-style-type: none">• Sinirlendiğinizde karşınızdaki kişiden uzaklaşmaya çalışın, bu durumu daha sonra konuşun.• Arkadaşlarımızın hepsi sizinle aynı şekilde olmak ya da sizin istediğiniz gibi görünmek zorunda değil, onları olduğu gibi kabul edebilirsiniz.• Başkalarının duygularına önem vermek zayıflık değildir.• Öfkeli ve bilerek zarar verici davranışlar sergilemek de güçlü olmak demek değildir!• Zorbalık davranışlarını sergiliyorsanız, yardım almak için rehberlik servisi ya da güvendiğiniz bir yetişkin ile konuşabilirsiniz.
Zorbalığa maruz kalan açısından	<ul style="list-style-type: none">• Zorbalık yapana yüksek sesle "HAYIR!" diyerek rahatsızlığınızı net bir biçimde ifade edin.• Zorbalık yapanın söyledikleri ya da yaptıkları karşısında kendi kendine "Bu benim problemim değil. Ben kendimi tanıyorum. O ne söylese söylesin, ben yine de iyi biriyim." gibi olumlu mesajlar verin.• Olayları gizleyerek zorbalık yapan öğrencilere yardımcı olmayın. Çünkü gizlilik, zorbaların en güçlü silahıdır. Güvendiğiniz bir yetişkine mutlaka haber verin ve ondan yardım isteyin. Zorbayla karşılaştığınızda ortamı terk edin.
İzleyiciler açısından	<ul style="list-style-type: none">• Zorbalık yapan kişiyi uyarabilir ve ona "Dur!" diyebilirsiniz.• Zorbalığa maruz kalan arkadaşınıza destek verebilirsiniz.• Güvendiğiniz bir yetişkine durumu anlatarak yardım isteyebilirsiniz.• Ne olursa olsun sessiz kalmayın!• Gülümseyerek de olsa zorbaya güç vermeyin.

PROGRAMIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Akran Zorbaliğı Farkındalık Programı oturumları sona ermiştir. Uygulayıcı giriş kısmında da belirtildiğı gibi buradaki formları programın değerlendirmesi amacıyla kullanabilir. FORM 12 öğrencilere farkındalık programı oturumları başlamadan önce uygulanabilir. Farkındalık programının tamamlanmasının ardından tekrar uygulanarak puanlar istatistiksel olarak karşılaştırılabilir. Uygulayıcı, bu formu izleme çalışmaları çerçevesinde de kullanabilir. FORM 13 ise uygulayıcının oturumları değerlendirmesi amacıyla hazırlanmış olup her bir oturumdan sonra uygulayıcı tarafından doldurulabilir. FORM 13'ün ilk kısmı farkındalık programına katılan öğrenci bilgilerini içermektedir. İkinci kısmı ise uygulayıcının oturumları değerlendirmesi ile ilgili bilgileri içermektedir.



FORM 12 AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI- ÖĞRENCİ FORMU // DOĞRU MU, YANLIŞ MI?

DOĞRU MU, YANLIŞ MI?	Doğru Yanıtı Daire İçine Alınız	
Yönerge: Zorbalıkla ilgili aşağıdaki ifadelerin her birini dikkatlice okuyunuz ve ifade doğruysa "D" yi, yanlışsa "Y" yi daire içine alınız.	D	Y
Zorbalık davranışı, tekrar tekrar gerçekleşen ve öğrencileri olumsuz bir şekilde etkileyen davranıştır.	D	Y
Tüm zorbalık davranışları fizikseldir (tekmeleme, yumruk atma, tükürme veya vurma gibi).	D	Y
Eğer zorba davranışa maruz kaldıysanız bu, sizin suçunuz değildir.	D	Y
Sadece erkek öğrenciler zorba davranış yapar.	D	Y
Bazı öğrenciler zorba davranışa maruz kalmayı hak eder.	D	Y
Yalnızca fiziksel zorbalık tehlikelidir.	D	Y
Zorba davranış, bazen internet ortamında da gerçekleşebilir.	D	Y
Her öğrenci akran zorbalığına uğrayabilir.	D	Y
Sürekli olarak alay edilme, dalga geçilme gibi davranışlar akran zorbalığı değildir.	D	Y
Birilerini dışlamak ya da o kişi hakkında dedikodu yaymak akran zorbalığıdır.	D	Y
Eğer zorba davranışa maruz kalırsanız, karmaşık duygular yaşayabilirsiniz. Örneğin, bir an korkabilir ve bir sonraki an kızabilirsiniz.	D	Y
Zorbalık davranışıyla başa çıkmanın iyi bir yolu, karşılık vermektir.	D	Y
Zorba davranışa maruz kaldığınızı bildirmek, birine "dedikodu yapmak" veya "ispiyonlamak" demektir.	D	Y
Birisinin zorbalığa maruz kaldığını gördüğünüzü bildirmek, birisine "dedikodu yapmak" veya "ispiyonlamak" demektir.	D	Y
Akran zorbalığıyla başa çıkmak için öğrenciler atılgan/girişken davranışları deneyebilirler.	D	Y
Akran zorbalığıyla başa çıkmak için bir yetişkinden yardım almaya gerek yoktur.	D	Y
Zorba davranış, büyümenin normal bir parçası olduğu için yetişkinlere söylememeliyiz.	D	Y
Zorba davranışa maruz kalan öğrenciler muhtemelen hayatlarının geri kalanında bunu hatırlayacaklardır.	D	Y
Bir kişi zorba davranışa maruz kaldığında her zaman daha güçlü bir kişi olur.	D	Y

FORM 13 AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI- ÖĞRENCİ FORMU // FARKINDALIK EĞİTİMİ DEĞERLENDİRME FORMU

FARKINDALIK EĞİTİMİ DEĞERLENDİRME FORMU

Bu form farkındalık programını uygulayan öğretmen tarafından doldurulacak ve Okul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisine teslim edilecektir.

Okulun adı:

Öğretmenin adı:

Tarih:

Sınıf:

Programa katılan öğrencilere ilişkin bilgiler:

Oturum	Uygulama Tarihi	Kız	Erkek	Toplam
1. Oturum				
2. Oturum				
3. Oturum				
4. Oturum				
5. Oturum				

Farkındalık eğitimine ilişkin değerlendirmeler

Aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra ifadeye ilişkin değerlendirmenizi Hiç Katılmıyorum (1) ile Tamamen Katılıyorum (5) arasında puanlayınız. Değerlendirmenizi uygun rakamı daire içine alarak belirtiniz.

Oturum amaçları programın genel amaçlarına uygundu.	1	2	3	4	5
Oturumun amaçları ile içerik uygundu.	1	2	3	4	5
Oturumda yer alan yönergeler öğrenciler için açık ve anlaşılırdı.	1	2	3	4	5
Oturumda yer alan açıklamalar öğretmen için yeterliydi.	1	2	3	4	5
Oturum öğrencilerin bilişsel düzeylerine uygun seviyedeydi.	1	2	3	4	5
Oturum süresi yeterliydi.	1	2	3	4	5
Etkinlikler sonunda programın amaçlarına ulaşıldı.	1	2	3	4	5

AKRAN ZORBALIĞI FARKINDALIK PROGRAMI KAYNAKÇA

Ayas, T. (2019). Okullarda zorbalığı önlemek. Ankara: Vizetek Yayıncılık.

Beane, A., Beane, L. Matlock, P. (2008). Bully Free Lesson Plans –Fifth Grade- Erişim Adresi: HYPERLINK "[http://bullyfree.com/files/products/FifthGradeBullyFreeLessonPlans\(Jan2010\)%20_Samples.pdf](http://bullyfree.com/files/products/FifthGradeBullyFreeLessonPlans(Jan2010)%20_Samples.pdf)" [http://bullyfree.com/files/products/FifthGradeBullyFreeLessonPlans\(Jan2010\)_Samples.pdf](http://bullyfree.com/files/products/FifthGradeBullyFreeLessonPlans(Jan2010)_Samples.pdf) Erişim Tarihi: 10.05.2021

Çevik, B. (2021). *Gerçek tanıklarla akran zorbalığı: Zorbalığı fark etmek ve iyileşmek*. İstanbul: Sola Unitas-Sola Kidz.

Donnellan, C. (2006). *Bullying* (Issues Series Vo. 122). Cambridge: Independence Educational Publishers.

Drew, N. (2010). No Kidding about Bullying: 125 Ready-to-use Activities to Help Kids Manage Anger, Resolve Conflicts, Build Empathy, and Get Along, Grades 3-6, Minneapolis: Free Spirit Pub.

42

Erk, A. B. (2019). Çocuklarda akran zorbalığı. İstanbul: Ekinoks Yayınevi.

Olweus, D. (2005). *Bullying at school*. Australia, Oxford: Blackwell.

O'Moore, M., ve Minton, S. J. (2004). *Dealing with bullying in schools: A training manual for teachers, parents and other professionals*. London: Sage.

Page, R. M. & Page, S. T. (2003). *Fostering emotional well-being in the classroom*. Massachusetts: Jones & Barlett Publishers.

Rigby, K. (2003). *Stop the bullying: A handbook for schools*. Melbourne: Aust Council for Ed Research.

Şahan, Ö. (2020). *Akran zorbalığı: Arkadaşlık ilişkileri ve çatışmaları üzerine rehber*. İstanbul: Pozitif Yayınevi.

Totan, T. (2007). Okulda zorbalığı önlemede eğitimciler ve ebeveynlere öneriler. *AİBÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*. 190-202.

Ural, B. ve Özteke (2010). *Okulda zorbalık*. Ankara: Kök Yayıncılık.

WCSD (2004). A School Climate Approach to Bullying Prevention- - Erişim Adresi: <https://www.wcsd.ca/wp-content> Erişim Tarihi: 05.05.2021



Bu kitap Millî Eğitim Bakanlığı tarafından UNICEF'in finansal desteği ile Zorlayıcı Yaşam Olaylarında Psiko eğitim Projesi (ZOYOP) kapsamında hazırlanmıştır.

Bu kitap Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
Para ile satılmaz.



Özel Eğitim ve
Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü

