

# Akran Zorbalığı: Veliler İçin Bilgilendirme Rehberi

Bu rehber, akran zorbalığının ne olduğunu ve çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerini anlamana yardımcı olacaktır. Ayrıca, veli olarak farkındalığınızı artırmayı ve çocuğunuza nasıl destek olabileceğinizi göstermeyi amaçlar.



# Akran Zorbalığının Belirtileri ve Çeşitleri

## Fiziksel Zorbalık

Vurma, itme, tekmeleme gibi fiziksel saldırılar.

## Sözel Zorbalık

Hakaret, alay etme, aşağılama gibi sözlü saldırılar.

## Sosyal Zorbalık

Dışlama, dedikodu yayma, arkadaşlıktan çıkarma.

## Siber Zorbalık

İnternet veya sosyal medya üzerinden yapılan saldırılar.

Çocuğunuzda okul başarısında düşüş, içe kapanma veya uyku sorunları gibi belirtiler görülebilir.

# Velilerin Sorumlulukları ve Yapabilecekleri



## Okul ile İşbirliği

Okul yönetimi ve öğretmenlerle iletişim halinde olun.



## Açık İletişim

Çocuđunuzla dürüst ve açık bir iletişim kurun.



## Empati

Çocuğunuza karşı anlayışlı ve destekleyici olun.



## Uzman Desteđi

Gerekirse bir uzmandan yardım almaktan çekinmeyin.



# Çözüm Önerileri ve Destek Mekanizmaları

## Okul Politikaları

Okulun zorbalıkla mücadele politikalarını öğrenin.

## Akran Arabuluculuğu

Arabuluculuk yöntemlerini değerlendirin.

## Özgüven

Çocuğunuza özgüven kazandırın.

## Rehberlik

Rehberlik servislerinden destek alın.

Çocuklara problem çözme becerileri kazandırmak da önemlidir.

