



# 75.YIL ANADOLU LİSESİ



# ERASMUS

HERİTAGE ON STAGE



ZORBALIKLA  
MÜCADELEDE BÜTÜNCÜL  
OKUL YAKLAŞIMI







# **BULGARİSTAN**



## **VRATSA HAREKETLİLİĞİMİZ**

**Okulumuzun ortak olduğu "Heritage on Stage" isimli projemiz dahilinde 27 Mart- 1 Nisan 2022 tarihleri arasında proje ortaklarımızdan Joan Ekzarh Specialized Language School'un bulunduğu Vratsa ( Bulgaristan) şehrine 2 öğretmen 4 öğrenci ile hareketliliğimizi gerçekleştirdik. Planlanan program çerçevesinde önce Sofya turu yapıldı. Sonra Vratsa şehrinde okulda etkinliklere katıldık. Her okul kendi ülkesi, şehri ve okulunu tanıttığı sunumları sergiledi. Sırasıyla geleneksel müzik, geleneksel müzik aletlerimiz ve halk oyunlarımız tanıtımıyla devam eden hareketliliğimizde çevre gezileri ve kültürel turlar da yapıldı. Ortak çıkarılacak dergi için öğrenciler birlikte çalışmalar yaptılar. Kendi kültürümüzü tanıtip farklı kültürleri öğrenme bağlamında çok faydalı oldu.**



# HIRVATİSTAN



## ZAGREB HAREKETLİLİĞİMİZ

**K2 projemiz olan "Heritage On Stage" isimli projemizde 2. Hareketliliğimizi 26 Nisan-30 Nisan 2022 tarihleri arasında XI. Gimnazija okulunda Hırvatistan'ın Zagreb şehrinde gerçekleştirdik. 2 öğretmen ve 5 öğrenci ile katıldığımız ziyaretimizde geleneksel kıyafetlerimizi tanıttığımız ve proje dahilinde ortak çıkaracağımız takvim için çalışmalarımızı sunduğumuz sunumlarımızı öğrencilerimiz sergiledi. Ayrıca proje dergisinin 2. Bölümü için de tüm ortak ülkelerin öğrencileri ile çalışmalar yapıldı. Licitar's Heart adlı atölye çalışmasının yanı sıra müze etkinlikleri, Zagreb turu ve çevre gezileri de gerçekleştirildi.**









# İTALYA



© dak

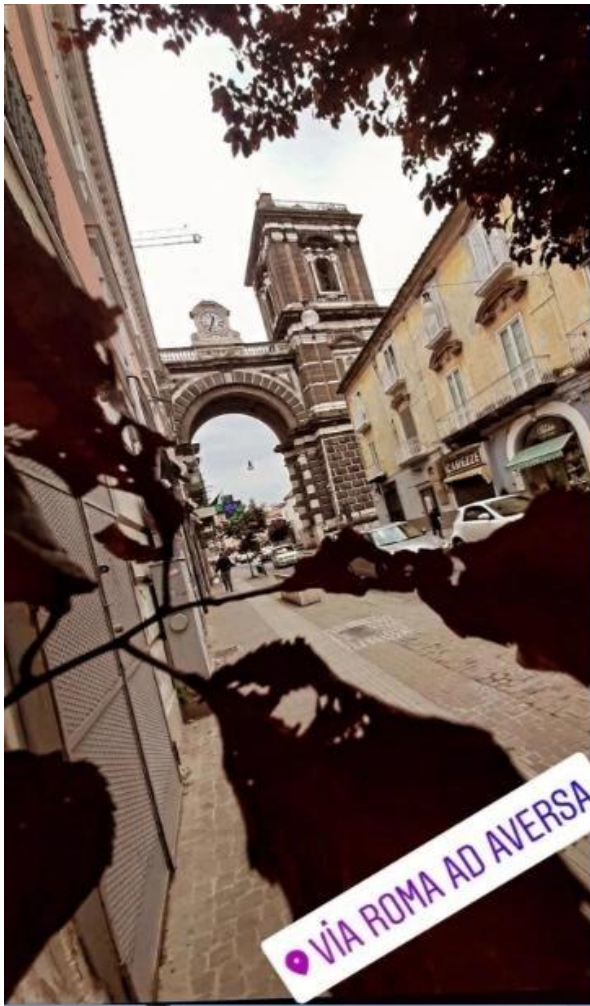
## AVERSA HAREKETLİLİĞİMİZ

**K2 projemizin koordinatörü olan IESS Mattei okuluna İtalya'nın Aversa şehrinde ziyaretimizi gerçekleştirdik. 7-11 Mayıs 2022 tarihleri arasında 2 öğretmen 5 öğrenci ile katıldığımız hareketlilik dahilinde geleneksel danslarımızı sergiledik ve tüm ortak okul öğrencilerine öğrettik. Okulda gerçekleştirilen atölye çalışmalarının yanı sıra Aversa şehrinin kuruluş yıldönümüne denk gelen kültürel festival etkinliklerine de katıldık. Napoli ve Pompei şehirlerini de geziler düzenlendi. Dergimizin 3. Bölümü ve Etwinning çalışmaları da bu hareketliliğimizde sürdürüldü.**











# ROMANYA



## VICOVU DE SUS HAREKETLİLİĞİMİZ

Okulumuzun ortak olduğu "Heritage on Stage" isimli projemiz dahilinde 23-29 Nisan 2023 tarihleri arasında proje ortaklarımızdan Liceul Tehnologic Ion Nistor'un bulunduğu Vicovu de Sus ( Romanya) şehrine 3 öğretmen 6 öğrenci ile hareketliliğimizi gerçekleştirdik. Planlanan program çerçevesinde okulda yapılan açılış seremonisinden sonra öğrenciler kendi kültürlerini tanıtmak amacıyla yarışmalara katıldılar. Belediye Başkanına yapılan ziyaretin ardından şehir tanıtım turuna çıktık. Daha sonraki günlerde Vicovu de Sus etrafında Romanya'nın ünlü tarihi ve turistik noktalarına gezi düzenlendi. Okulda öğrencilerimiz geleneksel el sanatlarımızı anlatan sunumlarını yaptıktan sonra Romanya'nın el sanatlarını tanımak amacıyla atölye çalışmalarında yer aldılar. Kültürümüzü tanıttığımız ve başka ülkelerin kültürlerini tanıdığımız, dostluklar kurduğumuz ve özellikle öğrencilerimizin yeni vizyonlar edindiği paha biçilemez bir tecrübe oldu.













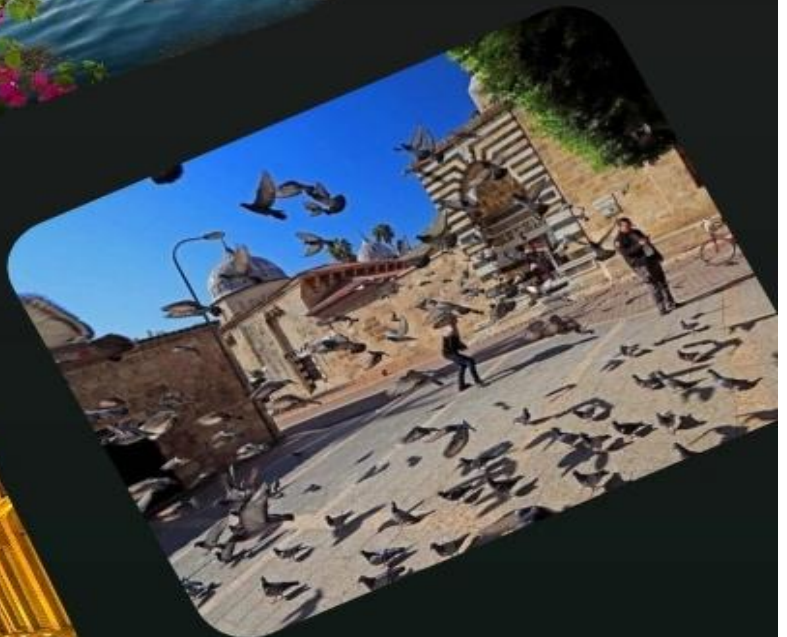
# ADANA



**Projemiz kapsamında 24-28 Ekim 2022 tarihlerinde İtalya, Romanya, Bulgaristan ve Portekiz'den gelen öğretmen ve öğrencileri şehrimizde misafir ettik. Hem Adana'yı hem de bölgemize yakın kültürel ve doğal güzellikleri tanıma fırsatı bulan ortaklarımız ülkemizin misafirperverliği karşısında son derece memnuniyet duydular.**



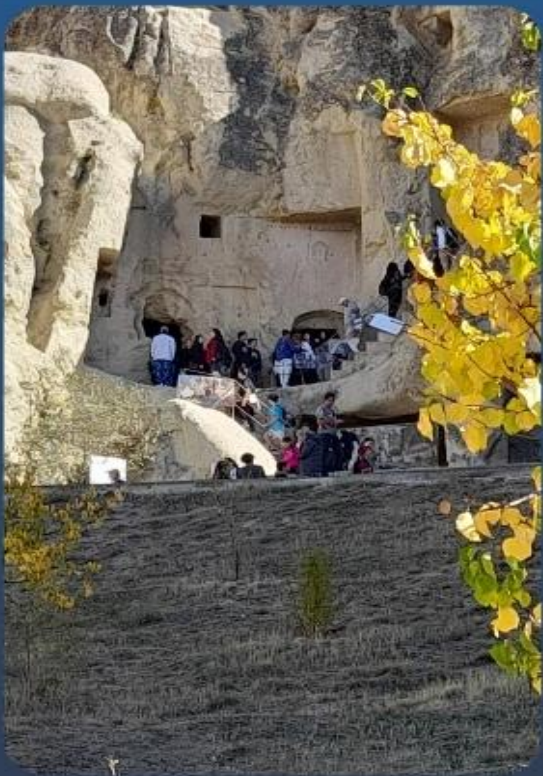
**Ev sahibi olarak ilk gün Adana şehir merkezi turu gerçekleştirildi. Sabancı Merkez Camii, Taşköprü, Büyük Saat, Varda Köprüsü geçildi ve konuklarımız Adana'nın eşsiz lezzetlerini tattılar.**



# KAPADOKYA



**Faaliyetlerin 2. gününde  
Kapadokya gezisi düzenlendi.  
Göreme Açık Hava Müzesi gezildi.  
"Güzel Atlar Ülkesi" nin büyüleyici  
atmosferi hafızalarda eşsiz bir yer  
bıraktı.**





# ANTAKYA



EZAN... ÇAN...HAZZAN...  
MEDENİYETLER ŞEHİRİ ANTAKYA



**Faaliyetlerin 3. gününde birçok kültürü yelpazesine barındıran, hoşgörü ve barış kokan "Medeniyetler Şehri Antakya"ya gidildi. Saint Piere Kilisesi, Antakya Arkeoloji Müzesi, Harbiye ve Uzun Çarşı gezildi.**





**Faaliyetlerin 4. gününde konuklarımızı okulda ağırladık. Halk oyunları ekibinin gösterisinden sonra velilerimiz tarafından hazırlanıp öğrencilerimiz tarafından sunumu yapılan yöresel lezzetler ikram edildi. Öğrencilerimizin yöresel müziklerle ilgili gösterisi büyük beğeni topladı. Yüreğir Gençlik Merkezi iş birliği ile geleneksel el sanatlarımız tanıtıldı, semazen gösterisi yapıldı.**







# ZORBALIKLA MÜCADELEDE BÜTÜNCÜL OKUL YAKLAŞIMI



**Okulumuzun Erasmus+ programı çerçevesinde 2020 yılında "Zorbalıkla Mücadelede Bütüncül Okul Yaklaşımı" adlı, 2020-1-TR01-KA101-082234 No'lu projemiz hibe almaya hak kazanmıştır. Projemiz akran zorbalığı ve siber zorbalıkla mücadele etmek, zorbalıkla mücadelede farkındalık oluşturmak, zorbalığın olumsuz etkilerini ortadan kaldırarak daha güvenli, demokratik, barışçıl bir okul ortamı sağlamak temeli üzerine kurulmuştur**

# PROJE LOGOMUZ VE SLOGAMIMIZ







## BARSELONA AKRAN ZORBALIĞI EĞİTİMİ



**Proje kapsamında hem yurt dışı eğitim faaliyetleri gerçekleştirilmiş hem de okul içinde öğretmenlere, öğrencilere, velilere yönelik çalışmalar yapılmıştır.**

**Eğitim faaliyetlerinin 1. aşamasında 6 öğretmen, İspanya'nın Barselona şehrinde "Akran Zorbaliğı" konulu 5 günlük eğitim faaliyetine katılmıştır. Bu eğitimde "zorbaliğın tanımı, çeşitleri, nedenleri, zorba ve mağdurların özellikleri, zorbaliğa müdahale ve zorbalıkla mücadele, çözüm odaklı iletişim ve empati" konuları üzerinde durulmuştur.**







# BERLİN SİBER ZORBALIK EĞİTİMİ



**Eğitim faaliyetlerinin 1. aşamasında 6 öğretmen Almanya'nın Berlin şehrinde "Siber Zorbalık" konulu 5 günlük eğitim faaliyetine katılmıştır. Bu eğitimde "siber zorbalığın tanımı, çevrim içi riskler, güvenli internet kullanımı, siber zorbalığa müdahale ve zorbalıkla mücadele" konuları üzerinde durulmuştur.**



REDMI NOTE 8  
AI QUAD CAMERA



REDMI NOTE 8  
AI QUAD CAMERA

**Katılımcı personel deneyim ve kazanımlarıyla zorbalıkla mücadele konusunda Avrupa'daki eğitim yaklaşımlarını ve çözüm stratejilerini kurumun diğer personeline, öğrencilere ve velilere aktararak geniş kitleler üzerinde farkındalık yaratmayı başarmıştır. Proje kapsamında yapılan çalışmalar kurumda empatik ve barışçıl bir eğitim ortamı oluşmasına katkı sağlamıştır.**

# ERASMUS DAYS



**Okulumuzun Erasmus+ programı çerçevesinde 2020 yılında "Zorbalıkla Mücadelede Bütüncül Okul Yaklaşımı" adlı, 2020-1-TR01-KA101-082234 No'lu projemiz çerçevesinde öğrencilerimiz slogan üretme aktivitesi yapmıştır. Bu çalışmayla Erasmus Days2022 etkinliğine katılıp projemizin uluslararası alanda duyulmasını hedefledik.**



**Şiddet ve saldırganlık, tarih dönemleri boyunca en ilkel topluluklardan en çağdaş toplumlara kadar dünyanın her yerinde kendini göstermiştir. Ne yazık ki ülkemizde de akran şiddeti, aile içi şiddet, kadına şiddet, çocuk istismarı konusunda vaka sayısı her geçen gün artmaktadır. Bugün okul sıralarında öğrenim gören bu gençler, toplumun bir ferdi olarak anne-baba olacaklar, çalışma hayatına atılacaklar ve geleceği inşa edeceklerdir. Bu nedenle zorbalığa karşı verilen mücadele bölgemizde, ülkemizde ve tüm dünyada şiddetten arınmış barışçıl yarınlar için verilen bir mücadele olacaktır.**

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK YAPIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- **ÇOCUĞUNUZLA ZORBALIK  
BAKIMINDA KONUŞUN**  
Çocuğunuzun zorbalık yaşamaması gerektiğini  
açıklayın ve zorbalığın diğer çocuklar üzerindeki  
olumsuz sonuçlarından bahsedin.
- **ZORBALIK DAVRANŞLARINA OHAY  
VERMEDİĞİNİZİ BELİRTİN**  
Çocuğunuzla konuşmadığınız şeyin onun zorbalık  
davranışları olduğunu vurgulayın; onu  
desteklemeye ve ona yardımcı olmaya hazır  
olduğunuzu belirtin.
- **ÇOCUĞUNUZA YARDIMCI OLUN**  
Çocuğunuzun hangi davranışlarının ekran  
zorbalığı olduğunu anlatın. Bu davranışları neden  
gösterdiğini anlamaya çalışın. Zorbalığın altında  
yatan nedenleri ortadan kaldırmaya çalışın. Bu  
davranışlar yerine neler yapabileceğini öğretin.
- **FİZİKSEL CEZA VERMEYİN**  
Çocuğunuzun istemeyen davranışları  
karşısında sakın kalın ve olumlu diğilgin  
yöntemleri kullanın. Keskinlikle fiziksel veya  
sözel şiddet uygulamayın.
- **ÇOCUĞUNUZ SOSYAL VE DUYGUSAL  
BECERİLERİNİ (PAYLAŞMA, YARDIM ETME,  
DUYGULARINI İFADE EDİLMESİ) GELİŞTİRMESİ  
KONUSUNDA DESTEKLEYİN**  
Bu konuda çocuğunuzun yaşına uygun kitaplar  
okuyun, film izletin ve etkinlikler gerçekleştirin.
- **OKULU BİLGİLENDİRİN**  
Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin,  
rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf  
öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerektiği zaman  
uzman desteği almaktan çekinmeyin.

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- **ÇOCUĞUNUZLA KONUŞUN  
VE ONU DESTEKLEYİN**  
Çocuğunuzla onun yanında olduğunu ve ona  
yardım etmek istediğinizi belirtin. Ne hissettiğini  
sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın.  
Zorbalığın maruz kalmanın onun bir hatası  
değildiğini açık bir şekilde ifade edin.
- **ZORBALIKLA BAŞ EDİLMESİ İÇİN  
ONU YARDIMCI OLUN**  
Zorbalığın nasıl karşı çıkabileceğine dair  
yöntemler geliştirin. Böyle bir durumda okula  
kimden ve nasıl yardım isteyebileceğini konuşun.
- **ÇOCUĞUNUZU SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİLER  
GELİŞTİRMESİ KONUSUNDA DESTEKLEYİN**  
Çocuğunuzun kendisini etkili bir şekilde ifade  
edebilmesi ve sağlıklı arkadaşlık ilişkileri  
sürdürebilmesi için çalışmalar/etkinlikler/oyunlar  
planlayın. Çocuğunuzun özgüvenini yeniden  
kazanması için çaba gösterin, olumlu ve güçlü  
özelliklerini vurgulayın.
- **OKULU BİLGİLENDİRİN**  
Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin,  
rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf  
öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerektiği zaman  
uzman desteği almaktan çekinmeyin.

## ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA TAMİKLİK EDİYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- **ÇOCUĞUNUZU, zorbalık yapan arkadaşının  
desteklememesi, zorbalığın maruz kalan  
arkadaşına yardımcı olması ve durumu  
güvendiği bir yetiğine anlatıp yardım  
istemesi konusunda cesaretlendirin.**

**EL ELE VERELİM  
ZORBALIĞI YENELİM**

# AKRAN ZORBALIĞI

VELİLER İÇİN  
BİLGİLENDİRME  
REHBERİ





## AKRAM ZORBALIĞI NEDİR?

Akram zorbalığı saldırgan bir davranış türüdür ve üç temel özelliği bulunmaktadır:

- Karşı tarafa bilinçli ve kasıtlı olarak zarar vermeyi amaçlaması
  - Tekrarlayan ve sürekli olarak yapılması
  - Çocuklar arasında güç dengesizliği olması
- Araştırmalar, akram zorbalığının okul öncesi dönemde başladığını, ilkokulun sonlarına doğru arttığını, ortaokulda en üst seviyeye ulaştığını ve lisenin son sınıflarındaysa azaldığını göstermektedir.

## AKRAM ZORBALIĞININ TÜRLERİ NELERDİR?

### FİZİKSEL ZORBALIK:

Vurmak, öpmek, tükürmek, eşyalarına zarar vermek gibi davranışlarla doğrudan fiziksel güç uygulanmasını içermektedir.



### SÖZEL ZORBALIK:

İsim/ lakap takmak, hakaret etmek, aşağılamak gibi olumsuz sözler ifadelerin kullanılmasını içermektedir.



### İLİŞKİSEL/SOSYAL ZORBALIK:

Oyuna almamak, arkadaş grubundan dışlamak, görünmezden gelmek gibi kişinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışları içermektedir.



### SİBER ZORBALIK:

Rahatsız edici mesaj almak, fotoğraflarını olumsuz paylaşmak, sosyal medya hesabını ele geçirmek gibi elektronik iletişim araçlarıyla yapılan davranışları içermektedir.



## AKRAM ZORBALIĞININ SONUÇLARI NELERDİR?

Akram zorbalığı okuldaki tüm öğrencileri, öğretmenleri ve okul ortamının olumsuz yönde etkilemektedir.

Akram zorbalığının çocuklar üzerinde kısa ve uzun vadeli olmak üzere fiziksel, psikolojik, sosyal ve duygusal etkileri vardır.

### ZORBALIK YAPAN ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN SONUÇLAR

- Okula uyumda güçlük
- Düşük akademik başarı
- Disiplinle, yalnız kalma, sevilme
- Sosyal ilişkilerde güçlük
- Erken yaşlarda sigara, alkol ve madde kullanma riski
- Saldırgan ve suçla yönelik davranış gösterme

### ZORBALIĞA MARUZ KALAN ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN SONUÇLAR

- Üzgün, çaresiz ve değersiz hissetme
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)
- Okula gitmeye karşı isteksizlik
- Düşük akademik başarı
- Kendine zarar verme davranışları

## AKRAM ZORBALIĞINI NASIL ANLAYABİLİRSİNİZ?

Çocuklar ve ergenler zorbalık yaptıklarını veya zorbalığa maruz kaldıklarını yetişkinlere doğrudan anlatmayabilirler. Bazı işaretler akram zorbalığı durumları hakkında bizlere bilgi verebilir. Bu işaretler, zorbalık dışındaki nedenlerden de kaynaklanıyor olabilir ancak mutlaka önemsenmeli ve takip edilmelidir.

### ÇOCUĞUZUMUZ ZORBALIK YAPTIĞINI GÖSTEREN İŞARETLER

- Farklı ortamlarda saldırgan davranışlar gösterme
- Öğretmen ve yetişkinlerin sözünü dinlememe, onlara karşı gelme
- Akranlarını baskıyla yönetme ve kontrol etme
- Başkalarının duygularına karşı duyarlı olma, zayıf empati teorisi

### ÇOCUĞUZUMUZ ZORBALIĞA MARUZ KALDINI GÖSTEREN İŞARETLER

- Vücudunda morluk, çizik, yara gibi belirtiler
- Okuldan kıyafetleri yırtılmış, dağılmış, kirli olarak dönmesi
- Normalde okulu sevmesine rağmen okula gitmek istememesi
- İçre kapanma, açılma
- Her an kötü bir şey olacağı gibi endişeli ve tedirgin davranma
- Arkadaşlarıyla birlikte olmak istememe, kendini uzaklaştırma
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)

## ÇOCUKLARIN SİBER ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINA YÖNELİK SİNYALLER

Birçok çocuk siber zorbalığa maruz kaldığını aileleriyle ve yetişkinlerle paylaşmadığı için çocuğun siber zorbalığa maruz kaldığını anlayamayabilirsiniz. Çocukta görülen bazı davranış değişiklikleri çocuğun siber zorbalığa maruz kaldığına yönelik ipuçları verebilir. Bunlar:

- Çocuğun internet kullanımından sonra üzgün görünmesi
- Çocuğa gelen cep mesajından sonra üzgün görünmesi
- Kendi yaşlarıyla sosyal aktivitelerinin azalması
- Akademik performansının düşmesi
- Çok sık kullandığı internete eskisi kadar ilgi göstermemesi
- Telefonuna gelen mesajları okumadan silmesi.

Bu tür davranışlar çocukların siber zorbalığa maruz kaldığına yönelik işaretler olabilir ancak bu davranışları gösteren her çocuğun siber zorbalığa maruz kaldığını söyleyemeyiz.



## SEVGİLİ VELİLER!

- Günümüzde artık teknolojiyi kullanmak değil bilinçli, kontrollü ve güvenli kullanmak önemlidir. Bu nedenle çocuklarınızın teknolojiyi bilinçli kullanımına önem göstermek gerekmektedir.
- Çocuklarınıza internette hiçbir şeyin geçici olmadığını ve kaybolmadığını hatırlatın.
- Çocuklarınızın sanal ortamda profillerinin görsel ve güvenlik ayarlarını yapmaları gerektiğini hatırlatınız.
- Çocuklarınıza sanal ortamdaki parolalarını hiç kimseye paylaşmamaları gerektiğini, parolalarını güvenli hale getirmelerini ve sık sık değiştirmeleri gerektiğini ifade ediniz.
- Çocuklarınıza her gördükleri paylaşım yorum yapmamaları gerektiğini ifade ediniz.
- Sanal ortamda her gelen talebi ve isteği kabul etmemeleri gerektiğini vurgulayın.
- Uygunuz davranışları [iberweb.org.tr](http://iberweb.org.tr), [guvenli.cocuk.org.tr](http://guvenli.cocuk.org.tr), [guvenliinet.org](http://guvenliinet.org), [guvenliweb.org.tr](http://guvenliweb.org.tr), [gim.gov.tr](http://gim.gov.tr) adreslerinden bilgilenebileceklerini anlatın.
- Çocuklarınıza "Dijital ayak izini" kontrol etmelerini söyleyin. Ekran adınıza veya e-posta adresinize bir arama motoruna yazarak aramaların sonucunu görmelerinin başlatmasını onları sanal ortamda nasıl görüldüklerini anlamak için önemli olduğunu ifade edin.

## SİBER ZORBALIK VELİ BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ



1/2

## SİBER ZORBALIK NEDİR?

Günümüzde bireylerin bilgiye hızlı bir şekilde ulaşmasını ve insanların iletişimini kolaylaştıran bilgi ve iletişim teknolojileri (İnternet, cep telefonu, bilgisayar vb.) bireyler tarafından yaygın olarak kullanılmaktadır. Özellikle akıllı telefonların yaygınlaşmasıyla birlikte bireyler internete artık koca zamanda ve istenilen miktarda ulaşabilmektedirler. Bu bilgi ve iletişim teknolojileri bireylerle sağlanmış olduğu birinci kolaylığın yanında amacının dışında kullanılmaya başlanmasıyla bazı olumsuz sonuçların yaşanmasına da neden olmaya başlamıştır. Yaşanan bu olumsuzluklardan bir tanesi de iletişim teknolojilerini birbirlerine zarar vermek amacıyla kullanmasıyla ortaya çıkan siber zorbalıktır.



Siber zorbalık; bir birey veya grubun bilgi ve iletişim teknolojilerini diğer bireylere zarar vermek amacıyla kullanması olarak tanımlanmaktadır.

Bilgi ve iletişim araçlarıyla (telefon, tablet, bilgisayar, internet vs.) bir kişi ya da grubun kendisine hedef olarak seçtiği bir kişi ya da gruba yönelik yaptığı zarar verici her türlü eyleme siber zorbalık denir.

## HANGİ DAVRANIŞLAR SİBER ZORBALIKTIR?

- Kişinin görüntülerini çalmak ya da çakılmış görüntülerin kişiden izin alınmadan sanal ortamlarda yayınlamak.
- Sanal ortamda olumsuz sözler sarf etmek

- Sanal ortamda başkasının yerine geçmek o kişiyi gibi davranmak
- Sanal ortamda birilerini tehdit etmek
- Sosyal medyada birilerine hakaret etmek, aşağılamak, dilaga geçmek
- Birisine ait özel bilgileri onun izni olmadan sanal ortamda paylaşmak
- Bir kişiye ilişkin onu karalayıcı, küçük düşürücü site, sayfa ya da grup oluşturmak
- E-posta, mesaj ya da anlık mesajlar kişiye hakaret etme, aşağılama, alaya alma ya da tehdit etme
- Sosyal ağlarda birisi hakkında dedikodu çıkartma
- Arkadaşlarıyla online olup mağdur olarak seçtiği kişiyi sosyal platformlarda dışlama (arkadaşlıktan çıkarma, takibi bırakma vs.)



## SİBER ZORBALIKIN SONUÇLARI

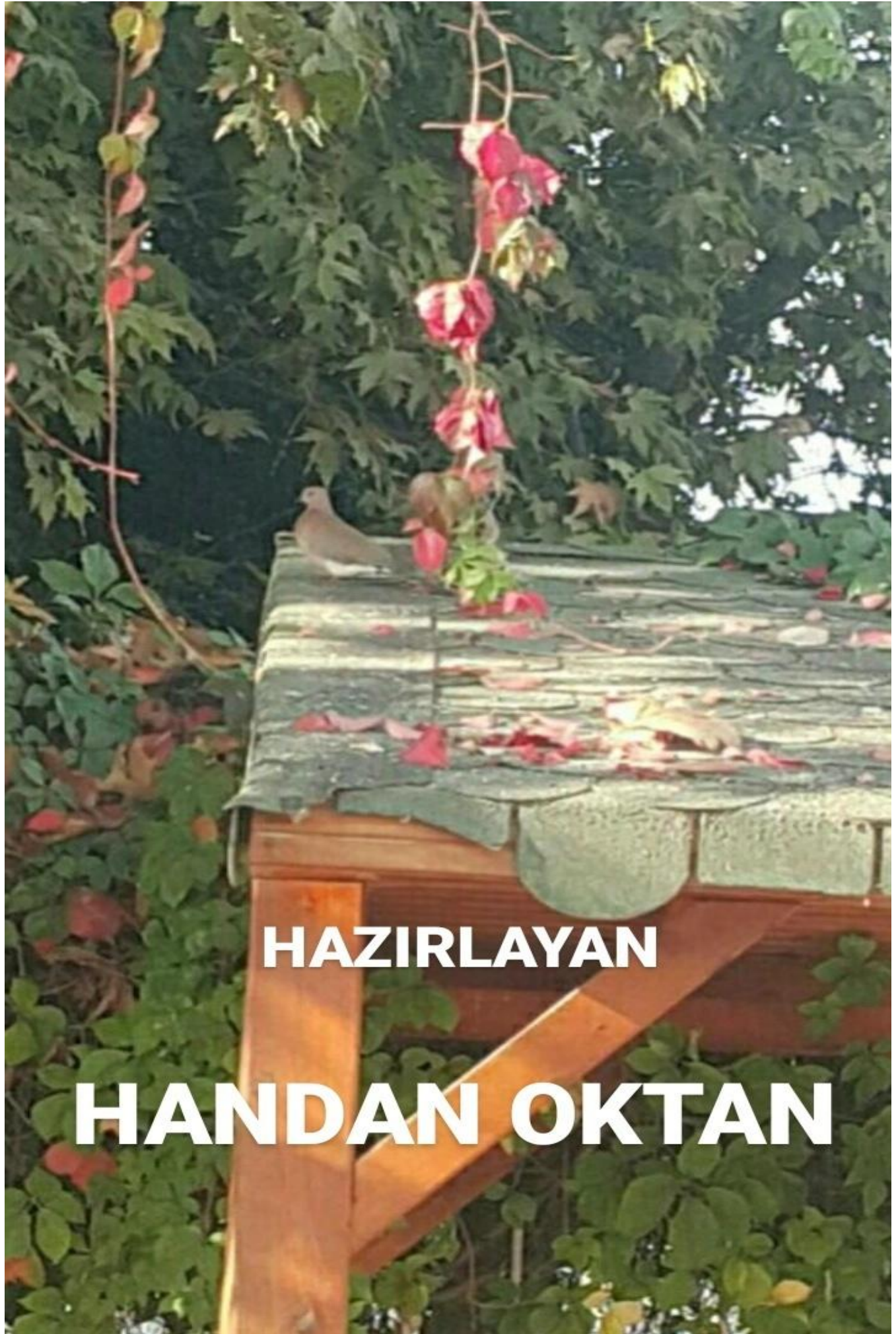
- Siber zorbalığın, psikolojik, duygusal ve sosyal alanlarda ciddi olumsuz etkileri vardır.
- Zorbaca davranışlara maruz kalma durumunun bir süre sonra fiziksel ve ruhsal rahatsızlıklara neden olmakta zorbaca davranışların uzun süre devam etmesi ve mağdurun çevreden destek görememesi durumunda yaşanan bu rahatsızlıkların daha da şiddetli hüsneleşmesine neden olmaktadır

- Zorba ve mağdurlarında depresyon, yalnızlık, düşük sosyalizme, düşük özsaygı, uyumsuz, kızgın, korku, anksiyete gibi psikolojik etkiler görülür.
- Siber zorbalığa maruz kalanlarda kusma, kol ve bacak ağrısı, nefes darlığı, karnı ağrısı, sırt ağrısı, Çarpıntı, Bulantı vb. fiziksel etkiler görülebilmektedir
- Siber zorbalığa maruz kalanlar dikkati bir noktada toplama da güçlük çekme ve yaptıkları ile uyum sağlama da problem yaşamaktadırlar.
- Yine hem zorba hem de mağdurlarda okul başarısında azalma, devamsızlıkta artışlar görülebilmektedir.
- Siber zorbalığa maruz kalanlar aile ve sosyal çevresindekilerle sıklıkla çatışma yaşarlar

## SİBER ZORBALIKIN NEDENLERİ

- Eğilence/jaka amaçlı yaptığı düşüncesi
- Kendisine kötü davranan kişilerden sanal dünyada intikam almaya çalışma, başkalarını kontrol etme arzusu
- Arkadaşları arasında saygınlık kazanma
- Saldırganlıktan zevk alma
- Sert görünme isteği
- Yakalanma ihtimalinin düşük olması
- Mağdurla yüz yüze iletişim kurma zorunluluğunun bulunmaması
- Anonim olabilmesi (kimliğini gizleyebilmesi)
- Davranışlarının sorumluluğunu almaktan kaçma
- Kırkançlık
- Gerçek yaşamda davranışları dikketmediği saldırganlık içeren düşüncelerini sanal ortamda gerçekleştirmeye isteği
- Gerçek hayattaki kızgınlığın sanal ortamda başka birine yöneltilmesi
- Sanal ortamın yalnızca denetlenmemesi
- Onları düşüncesine göre mağdurlara fiziksel zarar veremeleri





**HAZIRLAYAN**

**HANDAN OKTAN**