



ŞİDDETİN ÖNLENMESİ

Öğrenci Sunumu – İLKOKUL

KOCAELİ İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

İÇİNDEKİLER

- 1.Şiddetin Tanımı ve Türleri
- 2.Şiddetin Sonuçları
- 3.Şiddeti Önlemenin Yolları
- 4.İletişim Becerileri ve Empati
- 5.Destek Sistemleri
- 6.Kendi Haklarını Bilmek



BU RESİMDEKİ
ÇOCUK NASIL
GÖZÜKÜYOR?



OKULDA HANGİ
ZAMANLARDA
BÖYLE MUTLU
HİSSEDERİZ?





BU RESİMDEKİ
ÇOCUK NASIL
GÖZÜKÜYOR?



OKULDA HANGİ
ZAMANLARDA
BÖYLE ÜZGÜN
HİSSEDERİZ?





1-ŞİDDET NEDİR?

Karşımızdaki kişiye bilerek ve isteyerek verdiğimiz her türlü zarar şiddet olarak tanımlanır.

1-ŞİDDET TÜRLERİ

1-FİZİKSEL ŞİDDET

2-SÖZEL ŞİDDET

3-DUYGUSAL ŞİDDET

4-SİBER ŞİDDET

1-FİZİKSEL ŞİDDET

Vurma, itme, çelme takma, saç çekme gibi davranışlar.



2-SÖZEL ŞİDDET

Dalga geçmek, isim takmak, bağırarak gibi davranışlar.



3-DUYGUSAL ŞİDDET

Küsmek, oyuna almamak, yokmuş gibi davranmak



4- SIBER ŞİDDET

Teknolojik aletler kullanarak Şiddet.



2-ŞİDDETİN SONUÇLARI

- Okula gelmek istememe
- Ders başarısında düşme
- Mutsuz, keyifsiz hissetme
- Kendi ile ilgili olumsuz düşünceler
- Yalnız hissetme

3-ŞİDDETİ ÖNLEMENİN YOLLARI

SORUN ÇÖZME
BECERİLERİNİ
GELİŞTİRMEK

ATILGANLIK BECERİLERİNİ
GELİŞTİRMEK

1

4

2

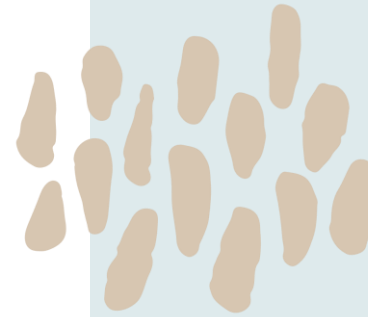
3

ŞİDDETE SESSİZ KALMAMAK

ÖFKE YÖNETİMİ BECERİLERİ
GELİŞTİRMEK

3.1-SORUN ÇÖZME BECERİLERİ

- 1- SORUN NE?
- 2-ÇÖZÜMLER NE?
- 3-ÇÖZÜMLERİ DEĞERLENDİR
- 4- EN İYİ ÇÖZÜMÜ SEÇ
- 5-UYGULA!

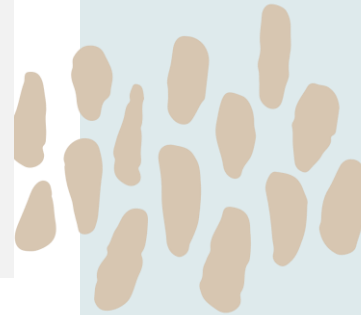


Örnek olay:
Arkadaşım
benimle dalga
geçti.

1. **Çözümlerim neler olabilir?** Vurmak, Küfür etmek, Neden dalga geçtiğini sormak, görmezden gelmek, öğretmene/anneme söylemek, espri yapmak.
2. **Çözümleri Değerlendir:** Ona vurursam canı acır, öğretmen kızar, küfredersen o da bana kötü sözler söyleyebilir. Görmezden gelirim bir daha alay etmez. Öğretmene ya da anneme söylersem öğretmen kızabilir ve arkadaşım küsebilir. Espri yaparsam buna çok şaşırır ve güler.
3. **En iyi iki seçenek arasında seçim yap ve uygula!**

3.2-ATILGANLIK BECERİLERİ

- Yaşadığımız olaylara verilen tepkiler genellikle 3 şekilde ortaya çıkar.
- Agresif: Saldırgan ve öfkeli tepkiler.
- Pasif: Kendimizi düşünmeden, karşı tarafın istediğini yaptığımız tepkiler
- Atılgan: Hem kendi istek ve ihtiyaçlarımızı düşündüğümüz hem de karşı tarafı düşündüğümüz ve kendimizi uygun şekilde ifade ettiğimiz beceriler.



Örnek olay:
Arkadaşın
senin yerine
oturmuş ve
kalkmıyor.

SIRADAN İTEREK ONU DÜŞÜRÜRÜM.

SES ÇIKARMAM, BOŞ BİR YERE
OTURURUM.

ARKADAŞIMA ORASININ BENİM
YERİM OLDUĞUNU, DERS
BAŞLAYANA KADAR YERİME
GEÇMEK İSTEDİĞİMİ KİBARCA
SÖYLERİM.

Örnek olay:
Arkadaşın
senin yerine
oturmuş ve
kalkmıyor.

SIRADAN İTEREK ONU DÜŞÜRÜRÜM.
(AGRESİF)

SES ÇIKARMAM, BOŞ BİR YERE
OTURURUM. (PASİF)

ARKADAŞIMA ORASININ BENİM
YERİM OLDUĞUNU, DERS
BAŞLAYANA KADAR YERİME
GEÇMEK İSTEDİĞİMİ KİBARCA
SÖYLERİM. (ATILGAN)

Örnek olay:
Öğretmenin
masasındaki
kalemi
arkadaşın
yanlışlıkla kırdı,
suçu sana attı.

Sinirlenir ve arkadaşşıma vururum.

Suçu kabul ederim.

Öğretmenime benim
yapmadığımı, yapan arkadaşşımanın
da yanlışlıkla yaptığını ifade
ederim.

Örnek olay:
Öğretmenin
masasındaki
kalemi
arkadaşın
yanlışlıkla kırdı,
suçu sana attı.

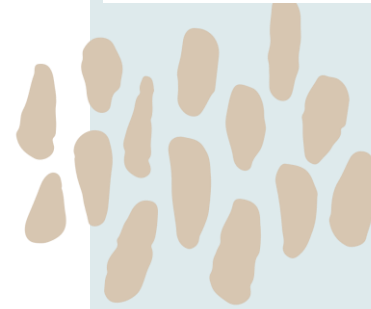
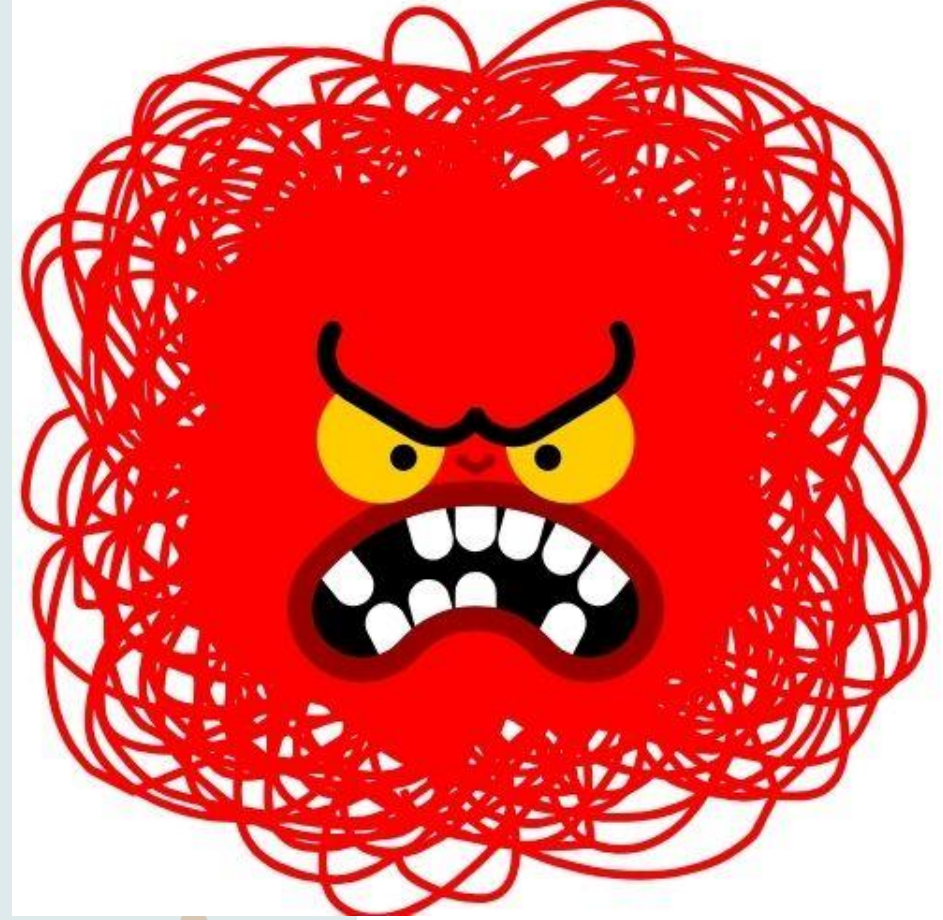
Sinirlenir ve arkadaşıma vururum.
(AGRESİF)

Suçu kabul ederim. (PASİF)

Öğretmenime benim yapmadığımı,
yapan arkadaşımın da yanlışlıkla
yaptığını ifade ederim. (ATILGAN)

3.3-ÖFKE YÖNETİMİ

- Zaman zaman öfkeli hissetmek normaldir. Herkes bazen öfkelenebilir. Önemli olan öfkeli olduğunda ne yaptığınızdır.



3.3-Öfkemi Nasıl Kontrol Ederim?

- Ortamdan uzaklaşarak
- Su içmek, yüzünü yıkamak, bahçede biraz yürümek gibi hareketli şeyler yaparak
- Sana iyi gelecek bir sakinleşme cümlesi bularak
- Nefes egzersizleri ile



Örnek bir nefes egzersizi çalışması

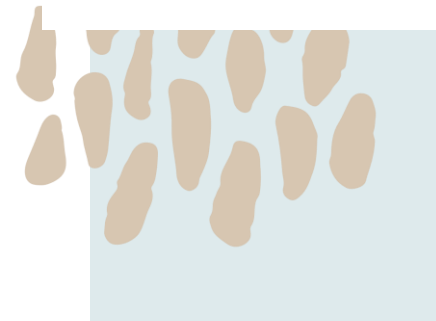
ASLAN NEFESİ

- Önce gözlerini kapat ve nefesini izle
- Şimdi burnundan derin bir nefes al ve kükreyerek ağzından ver.
- Bu nefesi üç kez tekrarla.



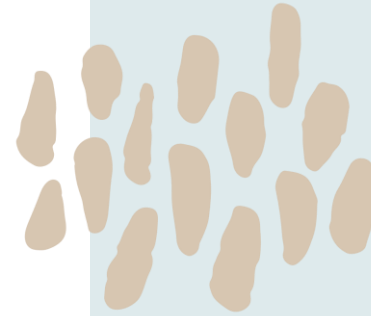
Örnek bir nefes egzersizi
çalışması

Kalpten Kalbe Nefes



3.4-Şiddete Sessiz Kalmamak!

- Okul ortamında şiddete maruz kalan arkadaşına destek olmak
- Okul dışında şiddet ile karşılaşırsan güvendiğin bir yetişkinden destek almak



4-Sağlıklı İletişim Becerileri ve Empati

- Konuşurken arkadaşının yüzüne bak ve özenle dinle
- Nezaket ifadelerini sık sık kullan.
- Üzgün görünen bir arkadaşının yardıma ihtiyacı olup olmadığını sor.
- Bir arkadaşınla dalga geçmek, eleştirmek yerine kendini onun yerine koymayı dene.



5-DESTEK SİSTEMLERİ

Yaşadığın zorluklarda
çevrende destek
alabileceğin yetişkinler her
zaman vardır.

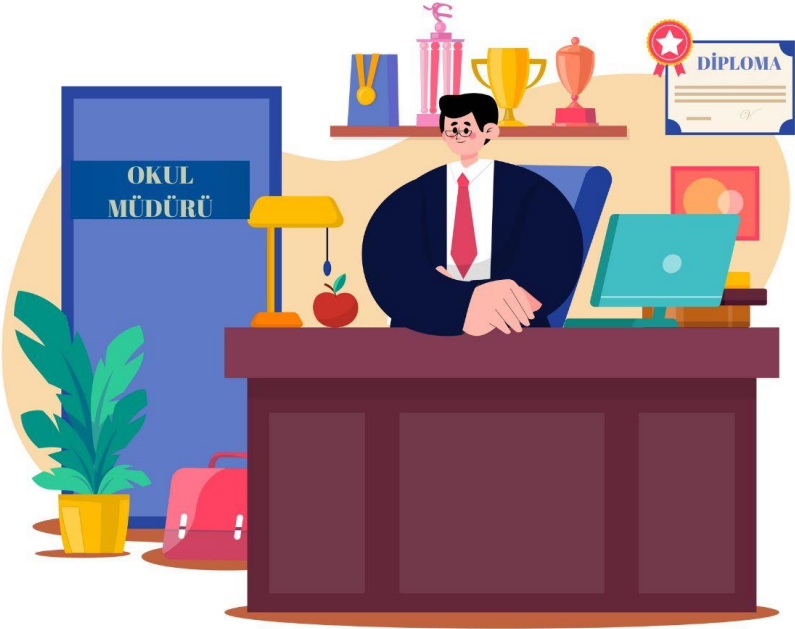
Okulda her zaman şu
kişilerden destek alabilirsin...



SINIF ÖĞRETMENİ



OKUL PSİKOLOJİK DANIŞMANI / REHBER ÖĞRETMEN



OKUL MÜDÜRÜ/
MÜDÜR YARDIMCISI



ARKADAŞ DESTEĞİ

6-KENDİ HAKLARINI BİLMEK

1. 18 Yaşından küçük herkes çocuk sayılır.
2. Çocuk hakları dünya üstündeki bütün çocukların doğuştan sahip olduğu haklardır.
3. Çocuk hakları resmi bir belge olarak 20 KASIM 1989'da Birleşmiş Milletler tarafından kabul edilmiştir. Türkiye ve 193 ülke tarafından onaylanmıştır.



HAKLARIM NELER?

1-18 YAŞINA KADAR
ÇOCUK SAYILIRIM.



HAKLARIM NELER?

2-DÜŞÜNCELERİMİ ÖZGÜRC
IFADE EDEBİLİRİM.



HAKLARIM NELER?

3-AİLEM, TOPLUM VE DEVLET
BENİM YAŞAMIMI KORUMALI VE
SAĞLIKLI GELİŞİMİMİ
DESTEKLEMELİDİR.



HAKLARIM NELER?

4-HER TÜRLÜ ŞİDDET, İHMAL
VE İSTİSMARDAN KORUNMA
HAKKIM VAR.



HAKLARIM NELER?

5-EĞLENME, DİNLENME VE
KÜLTÜREL ETKİNLİKLER İÇİN
ZAMANA SAHİP OLMA HAKKIM
VAR!





TEBRİKLER!

ŞİDDETE DUR DİYEN
SINIF!



BİZ BU SINIFTA

**ŞİDDETE
DUR**

DİYORUZ!



TEŞEKKÜRLER!

KOCAELİ İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ



KAYNAKÇA

- Ataş A. T. , Efeçinar İ.(2022), Sosyal Beceri Uygulama Kitapçıkları: Atılganlık Becerileri. 4. Baskı. İstanbul: Say Yayınları
- Ataş A. T. , Efeçinar İ.(2022), Sosyal Beceri Uygulama Kitapçıkları: Sorun Çözme ve Plan Yapma Becerileri 4. Baskı. İstanbul: Say Yayınları
- Chissick M., Peacock S. (2020), Kurbağa'nın Nefes Kesen Konuşması 3. Baskı. İstanbul: Sola Unitas Yayınları
- Erk AB.(2019) Akran Zorbalığı, okullarda akran zorbalığını önleme çalışmaları ve zorbalık döngüsündeki çocuklar için uygulamalar. 1. Baskı. Kıbrıs: Ekinoks Yayınevi.
- Hobbs M. L., Balentine A.C. (2023), Çocuklar için Öz Şefkat Çalışma kitabı. 1.Baskı. İstanbul: İgloo Yayınevi.
- [unicef.org](https://www.unicef.org/turkiye/çocuk-haklarına-dair-sözleşme) "Çocuk Haklarına Dair Sözleşme" Erişim Tarihi: 09.10.2024 - <https://www.unicef.org/turkiye/çocuk-haklarına-dair-sözleşme>