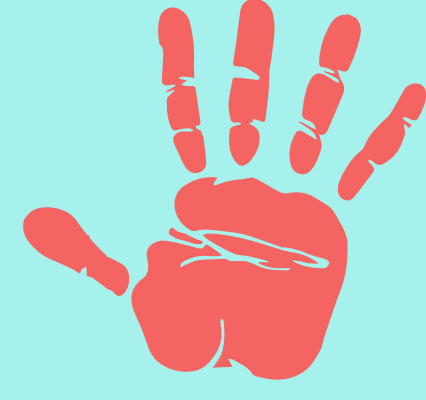
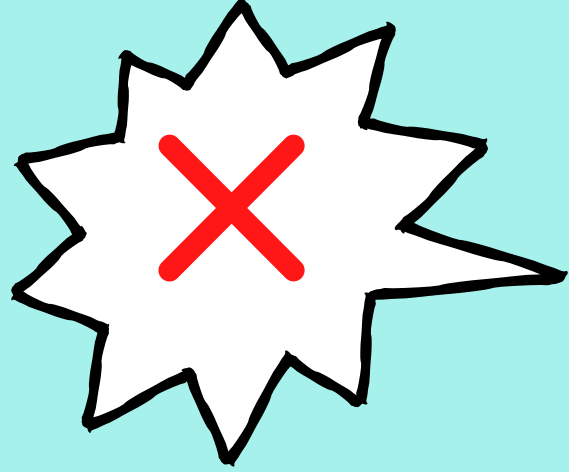


ZORBALIĞA DUR DE!



Zorbaca Davranışlara Maruz Kaldığında :



Yüksek sesle "Hayır" diyerek zorbayı durdurun.

Güvendiğiniz bir yetişkine mutlaka haber verin ve yardım isteyin.



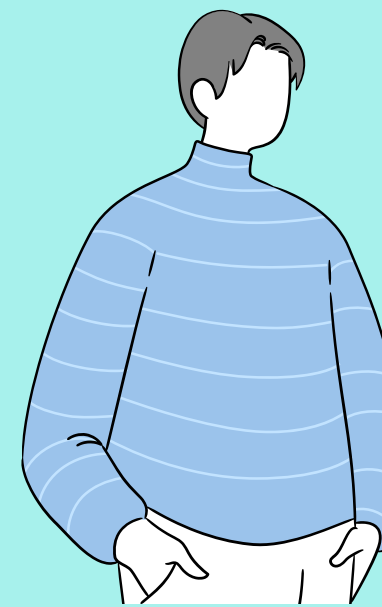
Olayları gizleyerek zorbalara yardımcı olmayın. Çünkü gizlilik, zorbaların en güçlü silahıdır.

Söylediklerini, yaptıklarını umursamayın kendinizi başka şeylerle meşgul edin.

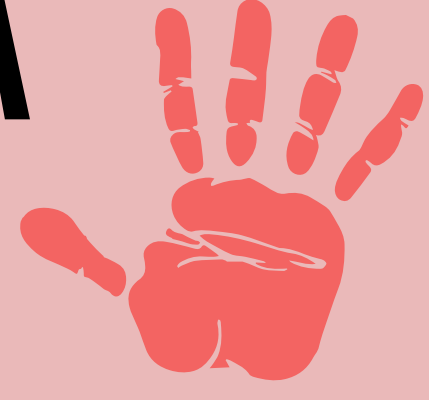


Zorbayla karşılaştığınızda ortamı terk edin.

Beden diliniz önemlidir. Ürkek ve çekingen tavırlarla gezerken daha fazla dikkat çekersiniz. Özgüvenli bir tavırla durursanız sizinle daha az uğraşırlar.



ZORBALIĞA DUR DE!



Zorbaca Davranışlar Sergilediğinde :

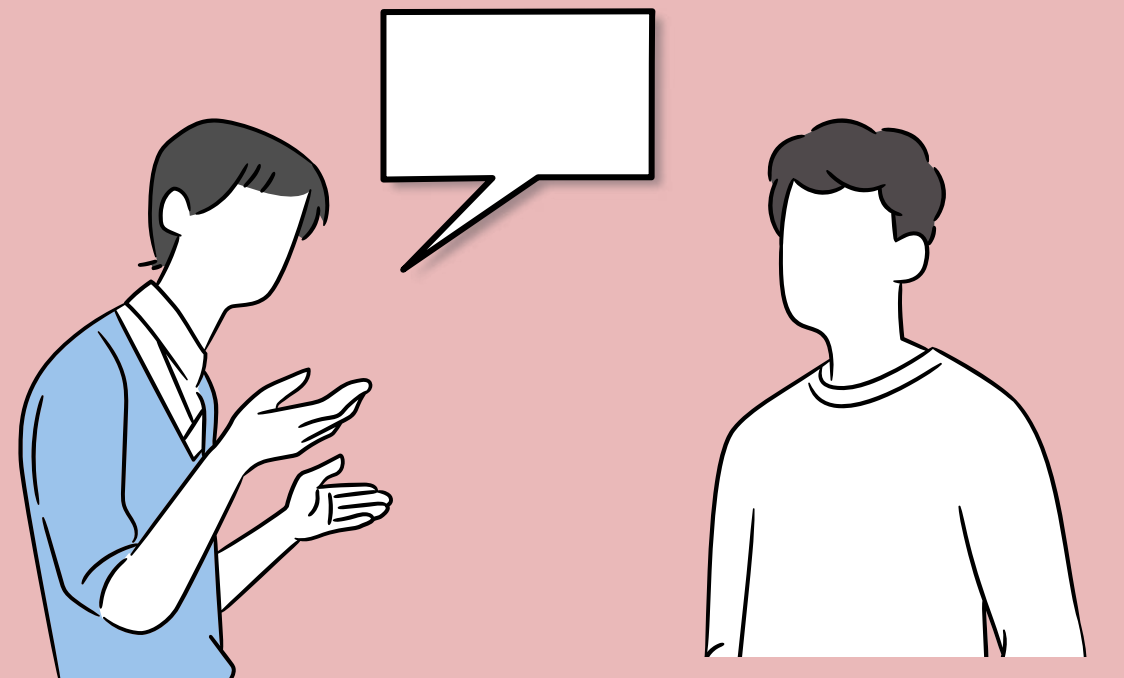
Karşınızdaki kişiye çok öfkeli olduğunuzu ve sakinleşene kadar bu konuyu konuşmak istemediğinizi söyleyin.



Sizi sakinleştirebilecek bir etkinlikle uğraşın..



Sizi sinirlendiren kişinin yanından uzaklaşın. Daha sonra sakinleşince o kişinin yanına dönün ve sorun davranışa çözüm bulmaya çalışın.



ZORBALIĞA DUR DE!



Zorbaca Davranışlara İzleyici Kaldığında :

Önünde zorbaca davranan bir arkadaşın var ise;

Onu uyarabilirsin, "Dur" diyebilirsin.



Zorbaliğa uğrayan arkadaşına destek çıkabilirsin.

Güvendiğin bir yetişkine durumu anlatarak yardım isteyebilirsin.



Ne olursa olsun sessiz kalma!

Sadece gülümsemenizle de olsa zorbaya güç vermeyin.

