



ŞİDDET VE ZORBALIĞA SEYİRCİ KALMA

Şiddet ve zorbalık içeren davranışlara maruz kaldığında bunu saklama.

ANCAK ŞİDDETE ŞİDDETLE DE KARŞILIK VERME...

Çevrende böyle davranışlar sergileyen birisini gördüğünde mutlaka öğretmenlerine, psikolojik danışma - rehberlik servisine ve okul müdürüne haber ver.

Aileni durumdan haberdar et.



GEREKTİĞİNDE **HAYIR** DIYEBİLMEK ÖNEMLİDİR

Sevgili GENÇLER! Yanlış davranışlara hayır diyebilmek önemli bir konudur. Kendi haklarımızı savunmamız açısından bazı davranışlara karşı çıkarak Hayır diyebilmeliyiz. Özellikle, bize zarar verebilecek veya ne olduğunu (iyi ya da kötü) tam olarak ayırt edemediğimiz davranışlara karşı hiç çekinmeden **Hayır** diyebilmeliyiz.

Elbette ki güzel, olumlu, bize fayda getirecek konularda Evet dememiz gerekir. Ancak yaşımız ne olursa olsun, tam olarak anlamadığımız veya iyi mi kötü mü ayırt edemediğimiz konuları, ailemizle paylaşmalı ve bu konuda nasıl tepki göstereceğimizi onlardan öğrenmeliyiz. Çünkü her şeyi tam olarak bilemeyebiliriz. Bize güzel gelen bazı davranışlar aslında zararlı olabilir. Bu konuda, ailemizin öğretmenlerimizin ve sevdiklerimizin bilgisine başvurmalıyız.

Maçka Pakmaya Hüsamettin Ziler Ortaokulu Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi

PROBLEMLERİNİZİ ÇÖZMEK İÇİN YARDIM İSTEYEBİLİRSİNİZ

Sevgili Çocuklar-Gençler, Bazı problemlerimizi kendimiz çözemeyebiliriz. Elbette ki, kendi yaşımıza göre çözebileceğimiz problemler olabilir. Ama bunu belirlerken, anne babamızın ve sevdiklerimizin görüşünü almamız gerekebilir. Yani problemlerimizi sevdiklerimizle paylaşmalı, bu problemleri nasıl çözeceğimize onlarla birlikte karar vermeliyiz. **Büyüklerimizden yardım almak, bizim o problemlerden daha kolay kurtulmamızı sağlayacaktır.**



Maçka Pakmaya Hüsamettin Ziler Ortaokulu Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi



KENDİ HAKLARINIZI SAVUNUN

Çocukların kendi hakkını savunması, normal bir tepkidir. Eğer çocuklar zarar görüyorsa, bunun önüne geçmek için kendisinin bir adım atması gerekir. Bazen yaşadığınız problemleri, anne babanız veya sizi seven kişiler fark etmeyebilir. Problem yaşadığınız dönemlerde onların sizin durumunuzu fark etmesini beklemeniz yanlış olur. Yaşadığınız iyi ve kötü şeyleri onlarla rahatlıkla paylaşmalısınız.

Anne babalar, kendi çocuklarının dertleri ile ilgilenmeyi bir görev olarak görürler. Birçok anne baba, çocuklarının sıkıntılarını çözmekten mutlu olur. Yaşadığımız zorlukların çözümünde, sevdiğimiz kişilerden destek almamız gerekir. Çünkü bazı sıkıntıları kendimiz aşamayabiliriz. Eğer destek alırsak ve sevdiklerimizin gücünü yanımızda hissederek rahat ederiz. Bu durumda daha az sıkıntı yaşar ve mevcut sıkıntılarımızı daha kolay atlatırız.

Maçka Pakmaya Hüsamettin Ziler Ortaokulu Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi

YAŞADIĞIN İYİ VE KÖTÜ ŞEYLERİ AİLENLE RAHATLIKLA PAYLAŞMALISIN

LÜTFEN AŞAĞIDAKİ TABLOYU İNCELEYİNİZ

Okulumuzdaki öğrencilerimizden yapmalarını istediğimiz, istemediğimiz ve kabul edemediğimiz davranışlar

| İstendik Davranışlar | İstenmedik Davranışlar | Kabul Edilemez Davranışlar |
|--|--|--|
| Saygılı Olmak 😊 | Alay etmek 😞 | Küfür etmek 🙅 |
| Nazik Olmak 😊 (Gerektiğinde, lütfen demek, teşekkür etmek, özür dilemek) | Sırayı bozmak 😞 | Ortak kullanılan eşyalara zarar vermek 🙅 |
| Sorumluluk sahibi olmak 😊 (Okul eşyalarını evde unutmamak, ödevlerini yapmak, sınavlara hazırlanmak...vb) | Ödevleri baştan savma yapmak, okul eşyalarını evde bırakmak, derslere çalışmamak 😞 | Kavga etmek 🙅 |
| Güvenilir olmak 😊 | Kapalı alanda koşmak 😞 | Kendine ve başkalarına zarar verici aletler getirmek 🙅 |
| İşbirliği yapmak 😊 | Saygısızca davranmak 😞 | |
| Çalışkan olmak 😊 | Öğretmenin ve başka öğrencilerin sözünü kesmek 😞 | |