

T. C.
GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
ANABİLİM DALI

**BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TEMELLİ SİBER ZORBALIK
ÖNLEME PROGRAMININ ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KEVSER KORKMAZ

GAZİANTEP
HAZİRAN 2018

T. C.
GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
ANABİLİM DALI

BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TEMELLİ SİBER ZORBALIK ÖNLEME PROGRAMININ ETKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KEVSER KORKMAZ

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Ali ÇEKİÇ

GAZİANTEP
HAZİRAN 2018

TEZ ONAY SAYFASI

Öğrencinin Adı ve Soyadı: Kevser KORKMAZ

Üniversite: Gaziantep Üniversitesi

Enstitü: Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Anabilim Dalı ve Program: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tezin Başlığı: Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisi

Savunma Tarihi:/....../.....

Eğitim Bilimleri Enstitü Onayı

Prof. Dr. Fatih ÖZMANTAR

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Bu tezin yüksek lisans tezi olarak gerekli şartları sağladığını onaylarım.

Prof Dr. Zeynep HAMAMCI

Anabilim Dalı Başkanı

Bu tez tarafımca okunmuş kapsamı ve niteliği açısından bir Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi Ali ÇEKİÇ

Tez Danışmanı

Bu tez tarafımızca okunmuş kapsamı ve niteliği açısından bir yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri:

İmza

Adı ve Soyadı

ÖZET

BİLİŞSEL DAVRANIŞCI TEMELLİ SİBER ZORBALIK ÖNLEME PROGRAMININ ETKİSİ

KORKMAZ, Kevser

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Ali ÇEKİÇ

Haziran, 2018, 148 sayfa

Bu araştırmanın amacı araştırmacı tarafından geliştirilen bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının ortaokul 7. sınıf öğrencilerinin zorba veya mağdur olma açısından siber zorbalık ve akran zorbalığı deneyimlerine etkisini incelemektir. Açıklayıcı karma yöntemle yapılan bu araştırma iki bölümden oluşmaktadır. Çalışmanın ilk bölümünde uygulanan siber zorbalık önleme programının etkisi, ikinci bölümde ise uygulanan siber zorbalık önleme programı hakkındaki katılımcı görüşleri incelenmiştir.

Araştırmanın ilk bölümü 2016-2017 eğitim-öğretim yılında Gaziantep İlinin Şahinbey ilçesine bağlı birbirine benzer özellik gösteren iki ortaokul öğrencileriyle yürütülmüştür. Deney grubunda 78, kontrol grubunda ise 80 katılımcı yer almaktadır. Katılımcılara Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri, Çocuklar İçin Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği, Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği ve kişisel bilgi formunun yer aldığı bir anket uygulanarak ön-test verileri toplanmıştır. Daha sonra, 10 oturumdan oluşan “Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programı” sadece deney grubuna uygulanmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir işlem yapılmamıştır. Program uygulandıktan sonra deney ve kontrol grubuna aynı ölçekler tekrar uygulanarak son test verileri toplanmıştır.

Nicel verilerin analizinde normallik varsayımı sağlandıktan sonra deney ve kontrol grubunun ön-testleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına ve deney ve kontrol gruplarının son testleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına bağımsız örneklem t-testi (Independent Samples t-Test) kullanılarak bakılmıştır. Deney ve kontrol grupları arasında işlem öncesi anlamlı bir fark çıkmamasına rağmen istatistiksel gücü artırmak için deney ve kontrol gruplarının ön-testleri sabit tutularak son testler

üzerinde tek yönlü kovaryans analizi (ANCOVA) yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının katılımcıların akran zorbalığına maruz kalma düzeyleri hariç siber zorbalık yapma, siber zorbalığa maruz kalma, akran zorbalığı yapma ve zorbalık bilişleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

İkinci bölümde bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı ile ilgili katılımcı görüşlerini incelemek için deney grubunda yer alan 6 erkek ve 6 kız öğrenci ile odak grup görüşmesi yapılmıştır. Konu, süre, içerik, yöntem, etkinlikler olmak üzere beş tane değerlendirme kriteri belirlenmiş ve bunlardan hareketle sorular oluşturulmuştur. Katılımcılara 14 açık uçlu soru yöneltilmiştir. Odak grup görüşmesi sonucunda elde edilen nitel veriler betimsel analiz yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre odak grup görüşmesine katılan katılımcılar bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının amacına ulaştığını (n=12), içeriğinin yeterli olduğunu (n=12) belirtmişlerdir.

Anahtar kelimeler: Bilişsel davranışçı, akran zorbalığı, siber zorbalık, önleme programı.

ABSTRACT**THE EFFECT OF THE COGNITIVE BEHAVIORAL BASED
CYBERBULLYING PREVENTION PROGRAM**

KORKMAZ, Kevser

M. A. Thesis, Department of Educational Sciences

Supervisor: Dr. Lecturer Ali ÇEKİÇ

June, 2018, 148 pages

The purpose of this research is analyzing the effect of cognitive behavioral cyber bullying prevention program developed within the thesis in view of 7th grade students who are sufferers or bullies on cyber bullying and peer victimization experiences. This research processed by explanatory combined techniques contains two parts. In the first part the effect of cyber bullying prevention program has been analyzed. In the second part, the reviews of the participants about this program have been analyzed. In 2016-2017 the first part of the program has been carried out with students of two similar secondary schools in Şahinbey (Subprovince), Gaziantep (Province). There are 78 participants in experimental group and 80 participants in control group. Pre-test data has been collected by applying participants the Revised Cyber Bullying Inventory, Cognition Scale about Bullying for Children, School Life Bullying Scale and the questionnaire containing personal information form. Later on, cognitive behavioral based cyber bullying prevention program containing 10 sessions has been applied only on experimental group. Nothing has been applied on control group. After applying this program, final test data has been collected by applying same scales on experimental and control groups.

After the normality hypothesis was ensured in quantitative data analysis, by using independent samples t-test it has been checked if there is a significant difference between experimental and control groups' pretests and if there is a significant difference between experimental and control groups' final tests. Although there was not a significant difference between experimental and control groups before the process, to increase the statistical strength, Covariance analysis (ANCOVA) has been

applied on final tests by stabilizing pre-tests of experimental and control groups. According to the results of analysis, it has been reached that participants of cognitive behavioral based cyber bullying program have had a positive effect on doing cyber bullying, suffering from cyber bullying, doing victimization and bullying cognitions except for their levels of suffering from peer victimization.

In second part, to analyze the reviews of cognitive behavioral based cyber bullying program participants, focus group discussion has been carried out with 6 boys and 6 girls from experimental group. 5 evaluation criterias containing subject, time, content, method and activities have been identified and questions based on these have been asked. Participants have been asked 14 open-ended questions the qualitative data gathered from focus group discussion has been analyzed by using descriptive analysis method. According to analysis results, participants of focus group discussion has stated that cognitive behavioral based cyber bullying prevention program has reached its aim (n=12) and the content has been sufficient (n=12).

Keywords: cognitive behavioral, peer victimization, cyber bullying, prevention program.

ÖNSÖZ

Bu ve buna benzer çalışmalar sayesinde ülkemizde zorbalığın her türlüsüne karşı dik bir duruş sergilenmesi ve önlemeye yönelik önemli adımların atılması temennisiyle...

Araştırma sürecinde desteklerini esirgemeyen, her zaman bana sabır ve hoşgörü ile yaklaşan, yapıcı olmaya çalışan tez danışmanım Dr. Öğretim Üyesi Ali ÇEKİÇ'e teşekkür ederim. Meslek hayatım boyunca bana kitaplarda yazmayan her gün yeni bir şeyi öğreten sevgili öğrencilerime teşekkür ederim. Beni çok iyi anladığını düşündüğüm, her zaman fikirlerine güvendiğim, yüksek lisans arkadaşlığımızın zaman içinde dostluğa dönüştüğü Zeynep Nur BESNİLİ'ye teşekkür ederim.

Akademik gelişimimi sonuna kadar destekleyen, her düştüğümde beni kaldıran sırtımdaki yükü hafifleten, umutsuzluğa kapıldığımda kendimle gurur duymamı sağlayan başta annem Songül KORKMAZ'a minnettarım. Babam Nurettin KORKMAZ'a, kardeşlerim Emel ve Mustafa KORKMAZ'a teşekkür ederim. Belki sizlerle uzun bir süredir yeterince vakit geçiremedik ama odamda çalışırken bile kulağım ettiğiniz sohbetle, aklım ve kalbim hep sizinleydi.

Bu süreçte her zaman arkamda olan, her türlü fedakarlığı yapan, birçok şeyi anlayışla karşılayan yol arkadaşım Olgun YÜKSEL'e gönülden teşekkür ederim. Bu yolda önümdeki taşları kaldıran, işimi kolaylaştıran, bana her konuda yardımcı olmaya çalışan, bu tezin her kelimesinde katkısı olan araştırmaya katılan öğrencilere, meslektaşlarıma, arkadaşlarıma, bana her zaman empatiyle yaklaşan, izin konusunu anlayışla karşılayan, mesleki gelişimimi destekleyen ve çalışmaktan keyif aldığım Necip Fazıl Kısakürek Anadolu Lisesi müdürü Mehmet AYTEKİN'e ve benim için çok kıymetli olan müdür yardımcısı Yunus GÜR'e teşekkürü bir borç bilirim.

Son olarak;

“Hayatta zorlu bir mücadele veren herkese karşı nazik olun.”

(Wonder, 2017)

Kevser KORKMAZ

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
ÖZET.....	i
ABSTRACT	iii
ÖNSÖZ.....	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLÖLAR LİSTESİ.....	ix
EKLER LİSTESİ	xi
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xii

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	6
1.3. Araştırmanın Önemi.....	6
1.4. Araştırma Soruları ve Denenceler	9
1.5. Sayıtlılar	11
1.6. Sınırlılıklar.....	11
1.7. Tanımlar	11

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Akran Zorbalığı Araştırmalarına Genel Bir Bakış	13
2.2. Akran Zorbalığı Nedir?	14
2.3. Akran Zorbalığı Tanım Kriterleri.....	14
2.4. Akran Zorbalığının Türleri.....	15
2.4.1. Sözel Zorbalık	15
2.4.2. Fiziksel Zorbalık.....	16
2.4.3. İlişkisel Zorbalık	16
2.5. Akran Zorbalığının Yaygınlığı	18
2.6. Akran Zorbalığının Etkileri.....	20
2.7. Siber Zorbalık	21

2.8. Siber Zorbalık Türleri	23
2.8.1. Çevrimiçi Kavga (Flaming).....	24
2.8.2. Zarar Verme (Harassment)	24
2.8.3. Kötüleme, İftira Atma (Denigration).....	24
2.8.4. Başka Bir Kimliğe Bürünme (Impersonation)	24
2.8.5. Kandırma (Outing and Trickery).....	25
2.8.6. Dışlama (Exclusion)	25
2.8.7. Siber Taciz (Cyberstalking)	25
2.9. Siber Zorbalığın Yaygınlığı.....	25
2.10. Siber Zorbalığın Etkileri	28
2.11. Zorbalığı Önleme	30
2.12. Siber Zorbalık ile Akran Zorbalığı Arasındaki İlişki.....	34
2.13. İlgili Araştırmalar	36
2.13.1. Siber Zorbalığı Önlemeye Yönelik Yurtdışında Geliştirilen Programlar...	37
2.13.2. Siber Zorbalığı Önlemeye Yönelik Ülkemizde Geliştirilen Programlar ...	41
2.14. Bilişsel Davranışçı Terapi.....	43
2.14.1. Bilişsel Davranışçı Terapinin Tarihçesi	43
2.14.2. Bilişsel Davranışçı Terapinin Kuramsal Çerçevesi ve Temel Sayıltıları ...	44
2.14.3. Bilişsel Davranışçı Terapinin Etkililiği	45
2.14.4. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım ile Zorbalığı Önleme	46
2.14.5. Bilişsel Davranışçı Temelli Zorbalık Önleme Programları	47

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Nicel Yöntem.....	52
3.1.1. Araştırma Deseni	53
3.1.2. Araştırma Grubu	54
3.1.3. İşlem	58
3.1.4. Veri Toplama Araçları	61
3.1.4.1. Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri	62
3.1.4.2. Çocuklar İçin Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği.....	62
3.1.4.3. Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği.....	63

3.1.4.4. Kişisel Bilgi Formu.....	64
3.1.5. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programı.....	64
3.1.5.1. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programında Yer alan 5 Temel Konu	65
3.1.5.2. Programın Uygulanma Süreci.....	67
3.1.6. Veri Analizi	67
3.2. Nitel Yöntem	70
3.2.1. Araştırma Deseni	70
3.2.2. Araştırma Grubu	70
3.2.3. İşlem	71
3.2.4. Veri Toplama Aracı.....	71
3.2.4.1. Odak Grup Görüşmesi Soru Formu	71
3.2.5. Veri Analizi	72

BÖLÜM IV BULGULAR

4.1. Nicel Bulgular	73
4.1.1. Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisine İlişkin Nicel Bulgular	73
4.2. Nitel Bulgular	83
4.1.2. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programına Ait Odak Grup Görüşmesine İlişkin Nitel Bulgular	84

BÖLÜM V

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma	95
5.1.1. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisine Yönelik Nicel Bulguların Tartışılması	95
5.1.2. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programının Değerlendirilmesine Yönelik Nitel Bulguların Tartışılması	102
5.2. Sonuç	108
5.3. Öneriler	109
KAYNAKÇA	112
EKLER.....	131
ÖZGEÇMİŞ.....	148

TABLOLAR LİSTESİ

	Sayfa No
Tablo 1. Zorbalık Türlerinin Sınıflandırılması	17
Tablo 2. Araştırma Deseni	53
Tablo 3. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların cinsiyetlerine ait betimsel istatistik tabloları	54
Tablo 4. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların yaşlarına ait betimsel istatistik tabloları	54
Tablo 5. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların anne eğitim düzeylerine ait betimsel istatistik tabloları	55
Tablo 6. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların baba eğitim düzeylerine ait betimsel istatistik tabloları	56
Tablo 7. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların internete bağlanma sürelerine ait betimsel istatistik tabloları	57
Tablo 8. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların internete bağlandıkları araçlara ait betimsel istatistik tabloları	58
Tablo 9. Deney ve kontrol gruplarına ait ön-test ve son-test puanlarının çarpıklık ve basıklık katsayıları tablosu	68
Tablo 10. Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalık envanteri, okul yaşamı zorbalık ölçeği ve çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden alınan öntest ve sontest puanlarına ait betimsel istatistikler	73
Tablo 11. Deney ve kontrol gruplarına ait siber zorbalık envanteri, okul yaşamı zorbalık ölçeği ve çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeklerinden alınan öntest puanlarına ait t-testi sonuçları	76
Tablo 12. Deney ve kontrol gruplarına ait siber zorbalık envanteri, okul yaşamı zorbalık ölçeği ve çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeklerinden alınan sontest puanlarının düzeltilmiş ortalamasına ait betimsel istatistikler	77
Tablo 13. Deney ve kontrol gruplarına ait siber zorbalık envanterinden alınan siber zorbalık yapma puanlarının kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları	78

Tablo 14. Deney ve kontrol gruplarına ait siber zorbalık envanterinden alınan siber zorbalığa maruz kalma puanlarının kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları	79
Tablo 15. Deney ve kontrol gruplarına ait okul yaşamı zorbalık ölçeğinden alınan akran zorbalığı yapma puanlarının kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları	80
Tablo 16. Deney ve kontrol gruplarına ait okul yaşamı zorbalık ölçeğinden alınan akran zorbalığına maruz kalma puanlarının kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları	81
Tablo 17. Deney ve kontrol gruplarına ait çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden alınan puanların kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları	82



EKLER LİSTESİ

	Sayfa No
EK 1. Etik Kurul İzni	131
EK 2. Milli Eğitim İzni	133
EK 3. Veli İzin Belgesi	135
EK 4. Odak Grup Görüşmesi Oturum Planı	136
EK 5. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programı Oturumları Taslağı	137
EK 6. Siber Zorbalığı Önleme Hakkında Çocuk ve Ebeveyn Sözleşmesi	141
EK 7. Ölçek Kullanım İzinleri	143
EK 8. Siber Zorbalık Envanteri Örnek Maddeler	144
EK 9. Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği Örnek Maddeler	145
EK 10. Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği Örnek Maddeler	146
EK 11. Kişisel Bilgi Formu	147
EK 12. Özgeçmiş	148

KISALTMALAR LİSTESİ

AZY: Akran zorbalığı yapma

SZY: Siber zorbalık yapma

AZM: Akran zorbalığına maruz kalma

SZM: Siber zorbalığa maruz kalma

ZB: Zorbalık bilişleri



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Akranlarla kurulan ilişkinin niteliği çoğu zaman olumlu olmasına rağmen akran ilişkileri bazen olumsuz da olabilmektedir. Akran ilişkilerinde ortaya çıkan olumsuz durumlardan biri de akran zorbalığıdır. Çocukların ve ergenlerin bildiği, sıklıkla maruz kaldığı akran zorbalığı, çok eskiye dayanmaktadır (Hymel ve Swearer, 2015). Buna rağmen araştırmalara yaklaşık son 40 yıldır konu olmaktadır. Bu konudaki ilk çalışmaları yapan Olweus'a (1994) göre "bir öğrenci, kendisinden daha güçlü bir veya daha fazla öğrenci tarafından zarar verme amacıyla kasıtlı ve tekrarlı olarak olumsuz eylemlere maruz kaldığında zorbalığa uğruyordur" (s.98). Akran zorbalığı şiddetin bir türü olarak ele alınmış olsa da onu diğer şiddet türlerinden ayıran birtakım özellikler konusunda araştırmacılar hemfikirdir. Zorbalık davranışının ayırt edici özelliklerini taraflar arasında güç dengesizliğinin olması (Pontzer, 2010), tekrarlı olarak yaşanarak mağdura gelecekte de saldırıya uğrayacağı kaygısı yaşatması (Besag, 1995), psikolojik, fiziksel ya da zarar verme niyetini kasıtlı bir biçimde içermesi (Olweus ve Limber, 2010) şeklinde sıralamak mümkündür.

Akran zorbalığının türlerine yönelik eylemin yapılma şekline göre *doğrudan* veya *dolaylı*; eylemin niteliğine göre (Olweus ve Limber, 2010) *fiziksel*, *sözel*, *ilişkisel* olmak üzere (Coloroso, 2003) farklı sınıflandırmalar mevcuttur. Akran zorbalığı vurma, yumruk atma, itme gibi *fiziksel*, isim takma, hakaret etme, dalga geçme, küfür etme gibi *sözel*, arkadaş grubundan dışlama, yalnız bırakma gibi *ilişkisel* içerikte olabilir. Tehdit etme, tokat atma, sataşma, alay etme gibi *doğrudan* yapılabileceği gibi başkasına hakaret etmesi veya zarar vermesi için kışkırtma, hakkında söylenti yayma gibi *dolaylı* yollardan da yapılabilir. Yapılan araştırmalar

akran zorbalığının hem Türkiye’de hem de yurtdışında yaygın olarak görülen bir problem olduğunu göstermektedir (Alex-Hart, Okagua, ve Opara, 2015; Burnukara, 2009; Currie vd., 2012; Dölek, 2002; Hinduja ve Patchin, 2017; Ockerman, Kramer, ve Bruno, 2014; Pişkin, 2002; Shin, Braithwaite, ve Ahmed, 2016; Yurtal ve Cenkseven, 2007).

Akran zorbalığına uğrayan öğrencilerin okula uyum sağlama konusunda güçlük çektikleri, uykusuzluk, anksiyete, depresyon, karın ağrısı, baş ağrısı gibi problemler yaşadıkları, sosyal becerilerinin zayıfladığı hatta zorbalığın mağdurlar üzerinde intihara varan sonuçlara yol açtığı bilinmektedir (Garrett, 2003; Gini ve Pozzoli, 2013; Gini ve Espelage, 2014; Gökler, 2009; Pişkin, 2002; Smith ve Ananiadou, 2003; Vanderbilt ve Augustyn, 2010; Wolke ve Lereya, 2015). Zorbaların ise madde kullanımı, akademik sorunlar ve ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde daha fazla şiddet gösterme problemlerini daha sık yaşadıkları bilinmektedir (National Center for Injury Prevention and Control, 2015). Tüm bunlara ek olarak zorbalık, sadece zorbalar ya da mağdurlar için değil tanıklık edenler için de olumsuz sonuçlara yol açmaktadır (Rivers, Poteat, Noret, ve Ashurst, 2009). Bu yüzden, çocuklar ve gençler üzerinde birçok olumsuz etkiye neden olan akran zorbalığını önlemek büyük önem taşımaktadır.

Teknolojinin hızlı bir şekilde gelişmesi ve yaygınlaşması hayatımızdaki birçok şeyi değiştirmektedir. Bu değişimin başında internet, cep telefonu, kısa mesaj servisi gibi elektronik temelli iletişim araçlarının kullanımının artması gelmektedir. Bu durum günlük yaşamımızı kolaylaştırırken bazı sorunları da beraberinde getirmiştir. Kullanılan bu araçların insanlara zarar veren araçlar haline gelmesi “siber zorbalık” olarak ifade edilen yeni bir kavramı karşımıza çıkarmıştır. Siber zorbalık, akran zorbalığının teknolojik bir formu olarak kabul edilmektedir. Hinduja ve Patchin (2009) tarafından “bir birey ya da grup tarafından bireye ya da gruba, kasıtlı ve tekrarlanan bir biçimde bilgisayar, cep telefonu veya diğer elektronik cihazlar aracılığıyla zarar vermek” şeklinde tanımlanmıştır. Tokunaga (2010) ise siber zorbalığı “elektronik veya dijital teknolojiler aracılığıyla birey ya da grup tarafından başkalarına zarar veya rahatsızlık vermeyi hedefleyen, tekrar eden düşmanca davranışlar” olarak tanımlamıştır (s.278).

Araştırmacıların bazıları siber zorbalığı eylemin içeriğine (Willard, 2007; Hinduja ve Patchin, 2015) bazıları ise zorbalık yapılırken kullanılan iletişim aracına göre (Smith, Mahdavi, Carvalho, ve Tippett, 2006) sınıflandırmışlardır. Siber zorbalık sınıflandırması konusunda kullanılan en yaygın sınıflandırma Willard'a (2007) aittir. Willard (2007) siber zorbalığı *çevrimiçi kavga, zarar verme, kötüleme, başka bir kimliğe bürünme, kandırma, dışlama, siber-taciz* şeklinde sınıflandırmıştır (s.6-10). Smith vd., (2008) ise siber zorbalığı kullanılan iletişim aracına göre cep telefonu, metin mesajı, e-mail, web siteleri aracılığı ile yapılan, fotoğraf ve video göndermek, anlık mesaj atma ve sohbet odasında yapılan zorbalık şeklinde sınıflandırmışlardır.

Siber zorbalık ilkokul, ortaokul, lise ve üniversite öğrencileri gibi farklı yaş grupları arasında araştırılan bir konudur. Yapılan araştırmalar siber zorbalığın ülkemizde ve dünyada yaygın olduğunu göstermektedir (Ayas ve Horzum, 2012; Bayram ve Saylı, 2013; Brochado, Soares, ve Fraga, 2016; Çalışgan, 2013; Lee ve Shin, 2017; Modecki, Minchin, Harbaugh, Guerra, ve Runions, 2014; Monks, Robinson, ve Worlidge, 2012; Navarro, Serna, Martínez, ve Ruiz-Oliva, 2013; Patchin ve Hinduja, 2012; Schneider, O'Donnell, Stueve ve Robert, 2012; Selkie, Fales ve Moreno, 2016; Serin, 2012). Siber zorbalığın Türkiye'de ve dünyada yaygınlığına bakıldığında yaş grubu, ülke ve kültür fark etmeksizin bireylerin eğitim-öğretim yaşamını, okul iklimini olumsuz etkileyen çocuklar ve gençler üzerinde sosyal, psikolojik, akademik ve kişilerarası sorunlara yol açan ciddi bir problem haline geldiği görülmektedir. Bu problemin çözümü için çocukları henüz siber zorbalık yaşanmadan güçlendirmek yapılabilecek müdahaleler arasında en etkili ve en ucuz olanıdır (Erdur-Baker ve Topçu, 2013). Dolayısıyla, siber zorbalığa karşı önleyici rehberlik, problem henüz ortaya çıkmadan yapılacak bilinçlendirme ve önleme çalışmaları siber zorbalıkla mücadelede atılacak önemli bir adımdır. Nitekim ABD'de 2005 yılından beri toplanan veriler doğrultusunda %28 olan zorbalık yaygınlığı oranının uygulanan önleme programları sayesinde %22'ye düştüğü (Musu-Gillette, Hansen, Chandler, ve Snyder, 2015) programların yaklaşık %25 oranında zorbalığı azalttığı görülmüştür. Farrington ve Ttofi (2009) yaptıkları sistematik literatür taraması sonucunda akran zorbalığı önleme programlarının zorbalık yapmayı % 20 ile % 23 arasında ve mağduriyet oranlarını ise % 17 ile % 20 arasında azalttığını raporlamışlardır.

Siber zorbalık literatürü akran zorbalığı literatürüne kıyasla daha yenidir. Dolayısıyla siber zorbalıkla ilgili yapılan ilk çalışmalar akran zorbalığı literatürüne dayanmaktadır. Akran zorbalığı ve siber zorbalık arasında gerek yaygınlık (Burnukara, 2009; Kocatürk, 2014; Li, 2007; Paez, 2016; Tanrikulu ve Campbell, 2015), gerekse etkiler (Beran ve Li, 2005; Garrett, 2003; Olweus, 2011; Pişkin, 2002; Smith ve Ananiadou, 2003; Ybarra ve Mitchell, 2007) açısından birçok ortak nokta bulunmaktadır. Dolayısıyla her iki zorbalık türünü önlemek için yapılacak çalışmalarda zorbalık konusunda bilinenlerden hareket edilmesi gerekmektedir. Birçok siber zorbalık önleme programı akran zorbalığı önleme programlarından yola çıkılarak hazırlanmıştır (Örn; KiVa, Cyberprogram 2.0, The VISC Program). Geleneksel akran zorbalığı ile siber zorbalığın benzerliğinden hareketle siber zorbalığı önlemek ve gerçekleştiğinde olaya müdahale etmek için hâlihazırda var olan geleneksel akran zorbalığı önleme ve müdahale programlarının kullanılabileceği düşünülmektedir (Topçu-Uzer ve Tanrikulu, 2017, s.4). Aynı şekilde, siber zorbalığı önlemek ve gerçekleştiğinde olaya müdahale etmek için kullanılan programların geleneksel akran zorbalığını önlemek ve gerçekleştiğinde müdahale etmek için kullanılabileceği düşünülebilir.

Bilişsel davranışçı yaklaşıma göre saldırganlığın oluşmasında bilişlerin rolü vardır (Türk ve Hamamcı, 2016). Bu yüzden bilişsel davranışçı terapi, çocuklarda ve ergenlerde görülen saldırganlık, öfke ve uyumsuz davranışlara yönelik müdahale ya da önleme programlarında sıkça kullanılan bir modeldir. Şiddet ve zorbalığı önlemede bilişsel davranışçı yaklaşım etkili sonuçlar ortaya çıkarmaktadır (Durlak, Fuhrman, ve Lampman, 1991; Donat-Bacıoğlu, 2014; Robinson, Smith, Miller, ve Brownell, 1999; Sukhodolsky, Kassinove, ve Gorman, 2004).

İntihara varan boyutlarda yıkıcı sonuçlara neden olan akran zorbalığı ve siber zorbalık, önemle üzerinde durulması gereken bir konudur. Zorbalıkla ilgili yapılan çalışma sayısı gün geçtikçe artmaktadır. Ancak yapılan çalışmaların çok azının önleme ve müdahaleye dönük çözümler sunduğu görülmektedir. Çocukları ve gençleri birçok yönden olumsuz olarak etkileyen zorbalığa yönelik önleme ve müdahale çalışmaları büyük önem taşımaktadır. Zorbalığa ortaya çıktıktan sonra müdahale etmektense, henüz yaşanmadan çocukları ve gençleri güçlendirmek, riskleri doğru değerlendirmelerini sağlamak gerekmektedir. Zorbalık, içinde yer alan

zorba, mağdur ve tanıklık edenler kısacası tüm roller için olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Bu olumsuz sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda zorbalık yaşanmadan yapılacak önleme çalışmaları bireylerin daha az zarar görmesini sağlayacaktır. Ayrıca önleme programlarının daha ekonomik ve daha az çaba gerektirdiği düşünüldüğünde önleme çalışmalarının büyük önem taşıdığı görülmektedir.

Zorbalık, saldırganlığın bir alt türü (Gökler, 2011; Olweus, 1999; Yaman, Eroğlu, ve Peker, 2011) ve saldırganlığın oluşmasında bilişlerin rolü (Türk ve Hamamcı, 2016) olduğu göz önünde bulundurulduğunda bilişsel davranışçı yaklaşımın zorbalığı ve saldırganlığı önlemede etkili olacağı düşünülmektedir. Nitekim yapılan çalışmalar (Abdulkader, 2017; Berry ve Hunt, 2009; Büller, 2012; Gökkaya, 2015; Schultze-Krumbholz, Zagorscak, ve Scheithauer, 2018; Seçer, 2014) bilişsel davranışçı yaklaşımın zorbalığı önlemede etkili olduğunu göstermiştir. Bilişsel davranışçı yaklaşımın (a) bireylerin zorbalıkla ilgili duygu ve düşüncelerini daha iyi anlamalarını sağlayacağı, (b) zorbalığa uğrayan bireyin kendi ile ilgili artan olumsuz düşünce ve içsel konuşmalarını, yıkıcı düşünce kalıplarını değiştirmeye yardımcı olup bilişsel çarpıtmalarını ortadan kaldıracacağı, (c) zorbalık yapan bir bireyin bu davranışa neden olan bilişlerini değiştireceği (d) mağdurun zorbalıkla başa çıkabilmesi için yeni davranışların öğretilmesine olanak sağlayacağı varsayımlarından hareketle bu çalışmanın kuramsal temelini bilişsel davranışçı yaklaşım oluşturmaktadır. Siber zorbalığı önleme konusunda, Tanırkulu ve Topçu-Uzer (2017) tarafından yapılan tarama sonucunda ülkemizde bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı bir siber zorbalık önleme programına rastlanmamıştır. Bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan siber zorbalığı önlemeye yönelik programın olmaması bu alandaki bir eksikliğe işaret etmektedir. Alan yazındaki bu eksikliğe yönelik olarak, mevcut araştırmada araştırmacı tarafından geliştirilen bilişsel-davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının hem siber zorbalık hem de akran zorbalığı üzerindeki etkililiği test edilecektir. Bu çalışmanın bundan sonra hazırlanacak olan bilişsel davranışçı temelli veya farklı kuramsal çerçevelere dayanan siber zorbalık önleme ve müdahale programlarına ışık tutacağı düşünülmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan siber zorbalığı önleme programının ortaokul 7. Sınıf öğrencilerinin (a) siber zorbalık yapma, (b) siber zorbalığa maruz kalma, (c) akran zorbalığı yapma, (d) akran zorbalığına maruz kalma düzeylerine etkisini incelemek ve (e) bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının etkililiğine yönelik katılımcı görüşlerini belirlemektir. Katılımcı görüşleri ele alınırken bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programını (a) etki, (b) konu, (c) süre, (d) içerik ve (e) yöntem açısından değerlendirmeleri hedeflenmiştir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu çalışmanın siber zorbalığı önleme konusunda bilişsel davranışçı yaklaşımı kullanması var olan kuramsal çerçevelere en temel katkılarından biridir. Ayrıca bilişsel-davranışçı yaklaşımla temellendirilen siber zorbalık önleme programı olma anlamında ülkemizde geliştirilen ilk programdır. Bu nedenle, bundan sonra hazırlanacak önleme ve müdahale programlarına, araştırmalara kaynaklık etmesi ve kuramsal çerçeve sağlaması açısından önemlidir. Bilişsel davranışçı yaklaşımın bu araştırmada seçilme nedeni siber zorbalığı önlemede yeni bir bakış açısı sağlayabileceği düşüncesidir. Bu çalışmanın sonuçları, bilişsel davranışçı yaklaşımın siber zorbalıkla mücadelede yeni bir bakış açısı açabileceğini kanıtlayan bulgular sağlamıştır. Bilişsel davranışçı yaklaşımın (a) bilişlerin davranışı etkilediği (b) bilişsel süreçlerin kontrol edilebilir ve değiştirilebilir olduğu (c) hedeflenen davranış değişikliklerinin bilişlerin değiştirilmesi ile sağlanabileceği temel varsayımları siber zorbalık kavramı ile bir araya getirmiştir. Yukarıda sıralanan konular göz önüne alındığında bu araştırma, siber zorbalığı önleme konusunda bilişsel davranışçı yaklaşım şemsiyesi altında tasarlanan ve test edilen öncü araştırmalardan biridir.

Ülkemizde geliştirilen siber zorbalık önleme ve müdahale programları incelendiğinde genellikle ortaöğretim düzeyine yönelik çalışmalar olduğu görülmektedir (örn., Tanrıkulu, 2013; Peker, 2013; Tamer, 2014). Ortaokul düzeyinde geliştirilen tek programda (Nedim-Bal ve Kahraman, 2015) ise üstün yetenekli öğrencilerin siber mağduriyet deneyimlerine odaklanılmıştır. Dolayısıyla

bu çalışma siber zorbalığı önleme konusunda ortaokul yaş grubuna odaklaması açısından da bir ilktir.

Son yıllarda zorbalıkla ilgili yapılan araştırma sayısında dünya çapında büyük bir artış vardır. Ülkemizde, siber zorbalıkla ilgili çok sayıda tarama modeli temelli araştırma olmasına rağmen deneysel veya karma desenle yapılan araştırma sayısı oldukça azdır (Kocatürk, 2017). İki bölümden oluşan bu çalışmanın ilk bölümünde, nicel veri, ikinci bölümde ise odak grup görüşmesi ile nitel bulgular elde edilmiştir. Nicel verilerin toplanmasının ardından, nitel verilerin toplanarak istatistiksel sonuçların daha derinlemesine yorumlanmasına olanak sağlayan açıklayıcı karma yöntemin kullanılması bu çalışmayı önemli kılmaktadır.

Türkiye’de ve yurt dışında geliştirilen siber zorbalık önleme ve müdahale programları incelendiğinde; programların zorbaya ya da mağdura yönelik olduğu görülmektedir. Ancak ülkemizdeki literatürde ilk kez araştırmacılar tarafından geliştirilen bu program, sadece zorbaya ya da mağdura odaklanmayıp hem zorbaya hem de mağdura yönelik hazırlanmıştır. Program içeriğinde yer alan konular, etkinlikler, örnek vakalar, bilişler, davranışlar siber zorbalık yapma ve siber zorbalığa maruz kalma başlıkları altında ayrı ayrı ele alınmıştır. Program süresince siber zorbalık deneyimlerine hem zorbanın hem de mağdurun perspektifinden bakılması bu çalışmayı önemli kılmaktadır.

Bu çalışmanın alanyazına diğer bir katkısı ise akran zorbalığı, siber zorbalık ve zorbalığı önleme ve müdahale etme programları konusunda kapsamlı literatür taraması sunmasıdır. Türkiye’de yapılan çalışmaların yanı sıra, uluslararası araştırmalar bu araştırmada bir araya getirilmiştir. Akran zorbalığı, siber zorbalık ve zorbalığı önleme ile ilgilenen araştırmacılar bu çalışmanın literatür taramasından yararlanarak yaygınlığı, doğası, tanım kriterleri, etkileri, akran zorbalığı ve siber zorbalık ilişkisi, önleme ve müdahale programları, teorik çerçeveler, bilişsel davranışçı terapi ve zorbalık ilişkisi konularında en güncel çalışmalara ulaşabileceklerdir. Siber zorbalığı önlemek amacıyla hazırlanan bu program önleme programlarının zorbalığı azaltmadaki önemi (McCallion ve Feder, 2013; Musu-Gillette vd., 2015) dikkate alındığında (a) okul ortamında siber zorbalığın önlenmesine katkı sağlayacağı, (b) siber zorbalık konusunda farkındalık oluşturacağı düşünülmektedir.

Bir çocuğun okulda kendisini güvende hissetmesi ve zorbalık anlamına gelen, kasıtlı rahatsız edici, küçük düşürücü davranışlardan kurtulması temel demokratik bir haktır (Olweus, 1999, s.21). Dolayısıyla çocuk ve gençlerin zorbalığa maruz kalmaları bir hak ihlalidir. Çocukların ve gençlerin, tehlikeden uzak bir ortamda sosyal, psikolojik ve akademik anlamda gelişimlerini destekleyecek sağlıklı bir ortamda yaşamalarını sağlamak gerekmektedir. Bu yüzden siber zorbalığı önleme konusunda ailelere, okul psikolojik danışmanlarına, öğretmenlere olduğu kadar kanun koyuculara da büyük görevler düşmektedir. Birçok ülkede (örn., ABD, Kanada, İngiltere) siber zorbalığın yasal yaptırımları ile ilgili düzenlemeler vardır (Yetim, 2015). Ülkemizde bilişim suçları ile ilgili yasal düzenlemeler varken tam anlamıyla bir “siber zorbalık yasası” bulunmamaktadır. Bunun yerine Türk Ceza Kanunu’nda siber zorbalık suçuna uygulanabilecek bazı hükümler bulunmaktadır. Bu durum siber zorbalıkla mücadeleyi zorlaştırmaktadır. Uluslararası ölçekte taraf olduğumuz sözleşmelerin (örn., Avrupa İnsan Hakları Sözleşmesi, Çocuk Haklarına Dair Sözleşme), çocuk ve gençlerin eğitim ortamlarında ve diğer ortamlarda korunması ile ilgili yasa ve düzenlemelerin (örn., 5395 sayılı Çocuk Koruma Kanunu, MEB Ortaöğretim kurumları Ödül ve Disiplin Yönetmeliği) ve Türk Ceza Kanununun ilgili maddelerinin ihlal edildiği gerekçesi ile siber zorbalık suçlarında yaptırım uygulanmaktadır (Yetim, 2015). Özellikle okulda öğrenciler arasındaki bilişim teknolojileri kullanılarak yapılan birtakım olumsuz davranışlara yaptırım uygulamak için mevzuat düzenlemelerinin yapılması önemli bir adımdır. Ancak bunlar yeterli düzeyde değildir. Siber zorbalığa karşı okul düzeyinde (*yerel*) ve ülke genelinde (*ulusal*) bir önleme politikasına ve yasal düzenlemelere ihtiyaç vardır. Bu araştırmanın, siber zorbalığı önleme konusundaki farkındalığı artıracak, (b) politika üretme çalışmalarına bilimsel dayanak sağlayacak, (c) çocuk ve gençleri siber zorbalığın yasal yaptırımları konusunda bilinçlendireceği düşünülmektedir.

Siber zorbalığı önlemede okulda yapılan çalışmalar büyük önem arz etmektedir. Her ne kadar okul temelli önleme ve müdahale çalışmalarında okulda çalışan personelin iş bölümü yapması önerilse de birimler arasında koordinasyonu sağlama, program içeriğini planlama, programı uygulama gibi konularda okul psikolojik danışmanlarına daha çok görev düşmektedir. Okullarda psikolojik danışmanların norm kadroları dikkate alındığında ilkokulda her 300 öğrenciye bir, ortaokul ve ortaöğretim kurumlarında her 150 öğrenciye bir, öğrenci sayısının 500 ve

500'ün katlarına ulaşması halinde ilave olarak bir norm kadro eklenmektedir. Ayrıca bir yerleşim merkezindeki her eğitim kurumunda, en az bir norm kadrosu doldurulmadan ikinci ve müteakip norm kadrolara atama olmayacağından okullarda psikolojik danışman başına çok sayıda öğrenci düşmektedir. Bir eğitim öğretim döneminde birden fazla konuda önleyici rehberlik çalışmalarının yapılacağı göz önünde bulundurulduğunda büyük gruplarda yapılacak uygulamalar zamandan ve çabadan tasarruf sağlayacaktır. Daha önce geliştirilen önleme ve müdahale programlarının genellikle küçük gruplarda denendiği görülmektedir. Yapılan bu çalışmanın büyük gruplara uygun olması ise avantajlarından biridir. Özellikle okullarda psikolojik danışman başına fazla sayıda öğrenci düştüğü göz önünde bulundurulursa (a) tek bir uygulamayla daha fazla öğrenciye ulaşma konusunda ekonomiklik sağlayacağı, (b) okul psikolojik danışmanlarının işini kolaylaştıracağı düşünülmektedir. Özetle bu araştırmanın (a) siber zorbalığı önleme konusunda kuramsal çerçeve sağlayacağı, (b) yapılacak diğer araştırmalara kaynaklık edeceği, (c) uygulama kolaylığı sağlayacağı, (d) önleme programlarının ve eğitim politikalarına geliştirilmesine katkı yapacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırma Soruları ve Denenceler

Bu araştırmada açıklayıcı karma desen kullanılmıştır. İlk bölümde nicel veriler aracılığıyla bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının etkisi test edilmiş, ikinci bölümde ise nitel veriler aracılığıyla katılımcıların bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programına ilişkin görüşleri analiz edilmiştir. Nicel verilerin toplanmasının ardından nitel verilerin toplanarak istatistiksel sonuçların daha derinlemesine değerlendirilmesi hedeflenmiştir.

1.4.1. Nicel Bölüme Ait Denenceler

Bu araştırmada aşağıdaki denenceler test edilmiştir.

- 1) H_0 = Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalık yapma son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.
 H_1 = Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalık yapma son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.

- 2) H_0 = Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalığa maruz kalma son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.
 H_1 = Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalığa maruz kalma son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.
- 3) H_0 = Deney ve kontrol gruplarının akran zorbalığı yapma son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.
 H_1 = Deney ve kontrol gruplarının akran zorbalığı yapma son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.
- 4) H_0 = Deney ve kontrol gruplarının akran zorbalığına maruz kalma son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.
 H_1 = Deney ve kontrol gruplarının akran zorbalığına maruz kalma son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.
- 5) H_0 = Deney ve kontrol gruplarının zorbalıkla ilgili bilişler ölçeği son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.
 H_1 = Deney ve kontrol gruplarının zorbalıkla ilgili bilişler ölçeği son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.

1.4.2. Nitel Bölüme Ait Araştırma Soruları

- 1) Deney grubunda yer alan katılımcıların bilişsel davranışçı yaklaşım temelli siber zorbalık önleme programının içeriğine ilişkin görüşleri nelerdir?
- 2) Deney grubunda yer alan katılımcıların bilişsel davranışçı yaklaşım temelli siber zorbalık önleme programının etkililiğine ilişkin görüşleri nelerdir?
- 3) Deney grubunda yer alan katılımcıların bilişsel davranışçı yaklaşım temelli siber zorbalık önleme programının siber zorbalık yapmayı önleme konusunda yeterliğine ilişkin görüşleri nelerdir?
- 4) Deney grubunda yer alan katılımcıların bilişsel davranışçı yaklaşım temelli siber zorbalık önleme programının siber zorbalığa maruz kalmayı önleme konusunda yeterliğine ilişkin görüşleri nelerdir?
- 5) Deney grubunda yer alan katılımcıların bilişsel davranışçı yaklaşım temelli siber zorbalık önleme programının akran zorbalığını önleme konusunda yeterliğine ilişkin görüşleri nelerdir?

1.5. Sayıtlar

- 1) Araştırmanın alışma grubu evreni temsil etmektedir.
- 2) Katılımcılar kişisel bilgi formuna ve ölçeklere içten ve samimi yanıtlar vermişlerdir.

1.6. Sınırlılıklar

- 1) Araştırmadan elde edilen veriler ‘‘Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri’’, ‘‘ocuklar için Zorbalıkla İlgili Bilişler leği’’ ve ‘‘Okul Yaşamı Zorbalık leği’’nin ltėė özelliklerle sınırlıdır.
- 2) Araştırmadan elde edilen veriler Gaziantep ili şahinbey İesinde bulunan iki ortaokulun 2016-2017 eğitim-ğretim yılı 7.sınıf öğrencilerinden toplanan verilerle sınırlıdır.
- 3) Bilişsel davranışcı temelli siber zorbalık nleme programının değerlendirilmesine ilişkin görüşler odak grup görüşmesine katılan katılımcılarla sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Akran zorbalığı: Bir bireyin, kendisinden daha güçlü bir veya daha fazla kişi tarafından zarar verme amacıyla kasıtlı ve tekrarlı olarak olumsuz eylemlere maruz bırakılmasıdır (Olweus, 1994, s.98).

Siber zorbalık: Bilgisayar, cep telefonu ve diğer teknolojik temelli araçları kasıtlı ve tekrarlı bir biçimde kullanarak başkalarına zarar vermektir (Hinduja ve Patchin, 2015).

Zorba: Kendisinden fiziksel ya da psikolojik olarak zayıf olan akranlarına kasıtlı ve sürekli olarak rahatsızlık veren kişiye zorba denir (Pişkin, 2002).

Mağdur: Kendisinden daha güçlü kişilerin tekrarlı olumsuz eylemlere maruz kalan kişiye mağdur denir (Pişkin, 2002).

Tanıklık edenler (izleyiciler): Zorbalık olayına tanıklık eden kişilerdir (Karataş ve ztrk, 2009).

Bilişsel davranışçı terapi: “Kısa süreli, şimdiki zaman odaklı, mevcut sorunları çözmeye ve işlevsiz davranış-düşünceyi değiştirmeye yönelik bir psikoterapi yöntemidir” (Beck, 2015).



İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Akran Zorbalığı Araştırmalarına Genel Bir Bakış

Zorbalıkla ilgili çalışmalara Olweus'un (1978) yayınlarıyla önemli bir başlangıç yapılmıştır. Olweus'un çalışmaları tüm dünyadaki araştırmaları etkilemiş ve araştırmacılara ilham kaynağı olmuştur. Olweus (1978) zorbalık kavramını ifade etmek için ilk başlarda "mobbing" terimini kullanmıştır. Ancak, bu ifadenin zorbalığı tam olarak karşılamadığını ve sadece grup şiddetini ifade ettiğini fark edince "bullying" yani "zorbalık" terimini kullanmaya başlamıştır (Gökler, 2009, s. 514-515; Yaman vd., 2011, s.16). Dolayısıyla, zorbalıkla ilgili ilk bilimsel araştırmalar İskandinav ülkelerinin ve Olweus'un çalışmaları ile başlamıştır (Hymel ve Swearer, 2015, s.293). Sonrasında ise zorbalık, 1980'lerin sonu ve 1990'lı yıllarda Japonya, İngiltere, Kanada, ABD ve Avustralya gibi devletlerin de dikkatini çekmiştir (Brain ve Smith, 2000, s.3; Yaman vd., 2011, s.15).

Okullarda yaşanan ve medyaya da yansıyan akran zorbalığı olayları, bu kavrama olan ilginin artmasına, politikacıların dikkatini çekmesine, bu konuda yasal düzenlemelerin yapılmasına, uluslararası ölçekte zorbalık raporlarının hazırlanmasına zemin hazırlamıştır (Espelage ve Swearer, 2004; Juvonen ve Graham, 2001). Örneğin, ABD'de 1999 yılında yaşanan Columbine Lisesi katliamına kadar öğrenciler arasında yaşanan akran zorbalığına değinen hiç yasa yokken bu olay sonrasında yasal düzenlemeler yapılmıştır (Olweus ve Limber, 2010, s.124). Beyaz Saray'da yapılan Zorbalığı Önleme Konferansı (2011) zorbalık konusuna dikkat çeken diğer çalışmalardan biridir. Günümüzde de zorbalıkla ilgili bilimsel çalışmalar artarak devam etmektedir.

2.2. Akran Zorbalığı Nedir?

Zorba, “gücüne güvenerek hükmü altında bulunanlara söz hakkı ve davranış özgürlüğü tanımayan (kimse), müstebit” zorbalık, “zorbaca davranışta bulunma, müstebitlik” olarak tanımlanmıştır (Büyük Türkçe Sözlük, 2011). Olweus’a (1994) göre “bir öğrenci, kendisinden daha güçlü bir veya daha fazla öğrenci tarafından zarar verme amacıyla kasıtlı ve tekrarlı olarak olumsuz eylemlere maruz kaldığında zorbalığa uğruyordur (s.98).” Smith ve Sharp (1994) ise akran zorbalığını “sistematik olarak gücü kötüye kullanma” olarak tanımlamışlardır. Farrington (1993), akran zorbalığı “güçlü bir kişinin fiziksel ya da psikolojik olarak kendinden daha güçsüz birine tekrarlı olarak baskı uygulaması” olarak tanımlamıştır (s.381).

2.3. Akran Zorbalığı Tanım Kriterleri

Zorbalık, tarafların birbiriyle ilişkisi ve içinde bulunulan bağlam açısından diğer şiddet türlerinden ayrılır. Yani bir davranışın zorbalık olması için belirlenen kriterler zorbalığın saldırganlık ve şiddet ile arasındaki farkların ortaya koyulmasını sağlar. Araştırmacılar, zorbalık davranışının belirlenmesinde kullanılacak kriterlerin (a) güç dengesizliği, (b) zarar verme amacı ve kasıtlılık ve (c) tekrarlanma olduğunu belirtmiştir (Olweus, 1999; Sullivan, 2000; Rigby 2002; Sexton-Radek, 2005). Bir davranışın zorbalık sayılabilmesi için tanımlanan ilk kriter zorba ile mağdur arasında *güç dengesizliğinin* olmasıdır (Farrington, 1993; Pişkin, 2002). Pontzer (2010) zorbalık davranışını tanımlarken “fiziksel, zihinsel ve psikolojik olarak daha avantajlı olan veya daha farklı bir avantaja (bir grubun üyesi olmak gibi) sahip olan birinin kabul edilebilir bir sebebi olmaksızın daha zayıf birine zarar vermesi” olarak tanımlayarak zorba ile mağdur arasındaki güç dengesizliğine işaret etmiştir. (s. 259). Zorbanın, mağdurdan fiziksel, sözel veya ilişkisel olarak daha güçlü olması beklenir. Bu durumda mağdur, kendisinden daha güçlü bir zorba karşısında kendini çaresiz hisseder ve zorbaya karşı kendini savunamaz (Pişkin, 2002, s. 535). Örneğin, fiziksel ve psikolojik açıdan güçleri birbirine yakın olan iki öğrencinin kavga etmesi saldırganlık içeren bir durum olsa da zorbalık olarak nitelendirilmez. Çünkü kavga güç açısından birbirine benzer bireyler arasında gerçekleşirken zorbalık güç açısından birbirine eşit olmayan bireyler arasında gerçekleşir. Güç dengesi hakkında

önemli olan bir diğer konu ise zorbaların sayıca üstün olmalarıdır. Yani bazı durumlarda zorbalık sadece bir birey tarafından yapılmaz iki veya daha fazla bireyden oluşan gruplar tarafından yapılır. Böyle bir durum da mağdurun kendini savunamamasına yol açan ve güç dengesizliğine işaret eden durumlardan biridir (Smith ve Brain, 2000, s. 2).

Bir davranışın zorbalık olarak sayılması için belirlenen ikinci kriter ise davranışın mağdura hem fiziksel, hem sözel hem de psikolojik *zarar verme niyetiyle* ve *kasıtlı* olarak yapılmasıdır. Olweus ve Limber (2010) zorbalık davranışının kasıtlı zarar verme niyetiyle karakterize edildiğini bildirmişlerdir (s.125). Yani kasıtlı zarar verme niyeti, zorbalık davranışının ayırt edici özelliklerinden biridir. Zorba, istemli bir şekilde yaptığı davranışla mağduru incitmeyi, rahatsızlık vermeyi hedefler. Hatta zorbanın mağdurun ya da mağdurların çektiği acıdan zevk aldığı bile söylenebilir (Pişkin, 2002). Zorbalığın kişilerarası ilişki içerisinde tekrarlanması onu diğer şiddet türlerinden ayıran en önemli özelliklerden sonuncusudur (Smith ve Brain, 2000, s. 2). Bir davranışın zorbalık olarak nitelendirilmesi için *tekrarlanması*, yani mağdurun birden çok kez hedef alınması gerekmektedir (Roland, 1989; Olweus, 1999; Rigby, 2002). Hatta zorbalığın süreklilik göstermesi, mağdura bu durumun gelecekte de devam edeceği kaygısını yaşatır (Besag, 1995). Örneğin, koridorda bir ya da bir grup öğrencinin diğer öğrenciler tarafından rahatsız edilmesi saldırganlık içerse bile zorbalık içermez. Ancak koridorda birden çok kez aynı öğrenciler, belli öğrenciler tarafından rahatsız ediliyorsa bu durumda zorbalıktan bahsetmek mümkündür.

2.4. Akran Zorbalığının Türleri

Literatürde zorbalığın birçok türünden bahsedilse de (Coloroso, 2003; Olweus, 1993; Rigby, 2007), bu türlerden en yaygın olanı zorbalık davranışlarının *fiziksel, sözel ve ilişkisel zorbalık* biçiminde sınıflandırılmasıdır (Coloroso, 2003). Aşağıda bu sınıflandırma türüne ve diğer sınıflandırmalara yönelik açıklamalar yer almaktadır.

2.4.1. Sözel zorbalık: En fazla karşılaşılan zorbalık türüdür (Coloroso, 2003). Bildirilen zorbalık olaylarının %70'ini oluşturur. Yetişkinlerin gözü önünde yapılabilen ve farkına varılması oldukça zor bir zorbalık eylemi olarak değerlendirilebilir. Sözel zorbalık, zorba için kullanılması en kolay ancak

mağdur için katlanılması en zor ve en aşağılayıcı zorbalık türü olabilmektedir (İrfaner, 2009, s.9). İsim takma, alay etme, iftira atma, küçük düşürücü sözler söyleme, kızdırma ve suçlama en sık görülen sözel zorbalık davranışlarıdır. Bunların dışında dedikodu yapma, hakkında söylenti yayma, kaba ve incitici şakalar yapma, küfür etme gibi davranışlar sözel zorbalık davranışları arasında yer almaktadır.

2.4.2. Fiziksel zorbalık: Bildirilen zorbalık türlerinden üçte birinden azını oluşturmaktadır (Coloroso, 2003). İtmek, boğazını sıkmak, tokat atmak, vurmak, dürtmek, yumruk atmak, tekmelemek, ısırarak, çimdiklemek, tırmalamak, tükürmek, şahsi eşyalarına veya elbiselerine zarar vermek, saçını çekmek sık görülen fiziksel zorbalık davranışlarıdır (İrfaner, 2009, s. 10). Coloroso (2003) zorbalık arasında en riskli grubun fiziksel zorbalık olduğunu, ileride suça karışma risklerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

2.4.3. İlişkisel zorbalık: Dışarıdan tespit edilmesi epey zor olan bir zorbalık türüdür. Fiziksel zorbalık ya da sözel zorbalık gibi doğrudan yapılmayabilir. Başlıca ilişkisel zorbalık davranışları, yok saymak, gruptan dışlamak veya arkadaş grubu içinde yalnız bırakmak, beden diliyle düşmanca tavırlar sergilemektir (Coloroso, 2003).

Rigby (2007) akran zorbalığını *fiziksel ve fiziksel olmayan zorbalık sözel ve sözel olmayan zorbalık* şeklinde sınıflandırmıştır. Bu sınıflandırmaya ek olarak tüm zorbalık türlerini *doğrudan ve dolaylı* olarak kategorize etmiştir (Rigby, 2007, s.20). Ayrıca uygulamada farklı zorbalık türlerinin bir arada görüldüğünü raporlamıştır. Fiziksel zorbalığa sözel zorbalığın eşlik edeceğini hatta bazen birinin, diğerini pekiştirmek için kullanılabileceğini bildirmiştir. Örneğin; bir çocuk dayak yiyerek fiziksel zorbalığa uğrarken aynı zamanda lakap takılarak sözel zorbalığa maruz kalabilir (Rigby, 2007, s.20). Teknolojinin gelişmesi ve bilgisayar ve elektronik temelli iletişim araçlarının yaygınlaşması ile siber zorbalık, zorbalık türleri sınıflandırmasında yer almaya başlamıştır. Örneğin; Taylor (2009) zorbalığı fiziksel, sözel, ilişkisel, doğrudan, dolaylı, cinsel ve siber zorbalık olarak sınıflandırmıştır (s. 18).

Tablo 1. Zorbalık Türlerinin Sınıflandırılması

Zorbalık Biçimleri			
Fiziksel	Doğrudan		Dolaylı
Tekmeleme	Vurmak		Başkasına saldırtmak için kışkırtmak
	Tükürme		
	Taş atma		
Fiziksel Olmayan	Hakaret	İlişkisel	Başkasına hakaret ettirmek için kışkırtmak
Sözel	Lakap takma		Kötü niyetli söylenti yaymak
Sözel Olmayan	Tehdit etme		Eşyalarını saklamak veya yerini değiştirmek
	müstehcen hareket yapma		Kasıtlı olarak gruptan veya etkinlikten dışlamak
Siber Zorbalık	İnternette hakaret etme		İnternette hakkında söylenti yayma
	Kişisel hesabını çalma,		
	Şifresini değiştirme		
	Cinsiyeti farklı göstererek kandırma		

Not: Rigby (2007)'den uyarlanmıştır (s.20).

2.5. Akran Zorbalığının Yaygınlığı

Akran zorbalığının yaygınlığına ilişkin Türkiye’de ve yurtdışında birçok araştırma yapılmıştır (Alex-Hart vd., 2015; Burnukara, 2009; Currie vd., 2012; Dölek, 2002; Hinduja ve Patchin, 2017; Nansel vd., 2001; Ockerman vd., 2014; Pişkin, 2002; Shin vd., 2016; Yurtal ve Cenkseven, 2007). Çeşitli araştırmalar akran zorbalığında bireyin kendisinden, öğretmenlerinden ve ebeveynlerden alınan raporlara göre oransal açıdan tutarsızlıkların olduğunu altını çizmektedir (Hymel ve Swearer, 2015, s. 294). Yani akran zorbalığının yaygınlık oranları açısından araştırmalar arasında farklılıklar vardır. Çünkü yapılan çalışmalarda akran zorbalığının sıklığı ile ilgili kimden bilgi alındığı önemlidir. Öğretmenler ve aileler bazen yaşanan zorbalık olaylarının oranı ile ilgili doğru bilgiye sahip olmayabilir. Ayrıca yapılan bazı çalışmaların sistematik sıklık çalışması olmaması evrenin örneklemini yeterince temsil etmemesine de yol açabilir. Bu nedenle, aşağıda raporlanan araştırma sonuçları karşılaştırılırken veya bulgular yorumlanırken bu noktanın göz önünde bulundurulması önemlidir. Akran zorbalığının yaygınlığı ile ilgili yapılan araştırmaların bazıları aşağıda özetlenmiştir.

The Health Behaviour School Checklist (HBSC), Dünya Sağlık Örgütü (WHO) adına Currie vd. (2012) tarafından yapılan ve dört yılda tamamlanan bir çalışmadır. Bu çalışma Avrupa (çoğu AB üyesi) ve Kuzey Amerika’da yer alan 43 ülkede yürütülmüştür. Her ülkeden yaşları 10, 13 ve 15 olmak üzere 3000’er çocuktan veri toplanmıştır. Bu araştırma kapsamında ülkelere göre akran zorbalığının yaygınlığı ile ilgili bulgular da raporlanmıştır. Bu araştırma sonuçlarına göre çalışmaya katılan Avrupa ülkelerindeki 11-15 yaş grubu çocukların akran zorbalığı yapma oranları %1 ile %36, akran zorbalığına maruz kalma oranları %2 ile %35 arasında değişmektedir.

Ockerman vd. (2014), ABD’de 5., 6., 7. ve 8. Sınıfa devam eden ve yaş ortalaması 12.37 olan 352 öğrenciyle yaptıkları araştırmada katılımcıların %61.8’i başka bir öğrenci hakkında şaka yaptıklarını, %59.8’i başka bir öğrenciyle ilgili kaba sözler söylediğini, %57.8’i başka bir öğrenciyle ilgili terbiyesiz sözler söyleyerek eğlendiğini, %46’sı başka bir öğrenciye isim takarak dalga geçtiklerini ve toplamda %33.5’i sözel zorbalığa karıştığını belirtmişlerdir. Katılımcıların %36’sı birileri tarafından görmezden gelindiğini, %37.5’i birilerini görmezden geldiklerini, %49.8’i

arkadaşları ile birlikteyken diğerlerini görmezden geldiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların %47'si en az bir kez başkası tarafından itildiğini, %35.3'ü kasıtlı olarak kendilerine bir şeyler fırlatıldığını, %32'si birileri tarafından tekmeleme ya da vurma gibi davranışlara maruz kaldıklarını, %31'den fazlası eşyalarının zarar gördüğünü ve yine aynı oranda birilerinin kendilerine çarptığını belirtmişlerdir. Katılımcıların %53.4'ü başkaları tarafından kendileri hakkında terbiyesiz sözler söylendiğini, %49.6'sı kendileri hakkında şakalar yapıldığını, %42.8'i kendilerine hoşlanmadıkları şekilde isim takıldığını, %37.6'sı görünüşleri ile alay edildiğini, %31.9'u kendileri ile dalga geçildiğini belirtmişlerdir.

Shin vd. (2016), Avustralya'da yaşları 12 ve 13 olan 3956 çocukla yaptıkları araştırmada katılımcıların %60'ının zorba veya mağdur olarak akran zorbalığına karıştığını raporlamışlardır. Alex-Hart vd. (2017) ise Nijerya'da 11-15 yaş arasındaki 417 çocukla yaptıkları bir araştırmada katılımcıların %84.1'inin daha önce akran zorbalığına uğradığı bulgusuna ulaşmışlardır.

Hilooğlu ve Cenksever-Önder (2010), 935 ortaokul öğrencisi ile yaptıkları araştırmada katılımcıların % 9.8'i' mağdur, % 8.3'ü zorba, %4.8'i zorba-mağdur ve %76.8'i zorbalığa karışmayan öğrenciler olduğunu raporlamışlardır. Uz-Baş ve Topçu-Kabasakal (2010) ise 4., 5., 6., 7., ve 8. sınıfa giden 951 öğrenci ile yürüttükleri araştırmanın sonuçları öğrencilerin yaklaşık olarak % 40'ının son öğretim yılında en az bir kez fiziksel olarak kavga ettiğini, % 20'sinin bir grup kavgasına karıştığını, % 7'sinin okulda kesici alet taşıdığını ve % 6'sının kesici alet ile bir arkadaşını yaraladığını göstermiştir. Çağrı (2010), 1930 ortaokul öğrencisi ile yaptığı araştırmada katılımcıların %7'sinin zorba, %7.5'inin mağdur olduğunu raporlamıştır. Kocatürk (2014), İstanbul'da ortaokula devam eden 1080 öğrenci ile yürüttüğü çalışmada katılımcıların %30.8'inin akran zorbalığı eğilimi gösterdiğini ve %80.1'inin akran zorbalığına maruz kaldığını bildirmiştir. Ergül-Topçu ve Dönmez (2015), Ankara'da 11 farklı ilköğretim okuluna devam eden 6.,7. ve 8. sınıf düzeyindeki 774 öğrenci ile yaptıkları çalışmada katılımcıların %11.5'i zorba, %10.9'u yardımcı-destekleyici, %21.1'i savunucu, %20.9'u izleyici ve %9.7'si mağdur olmak üzere toplam % 74'ünün akran zorbalığı deneyimi içinde katılımcı rollerden birine girdiğini raporlamışlardır. Akran zorbalığının yaygınlığı ile ilgili araştırmalar göz önünde bulundurulduğunda ABD'de yapılan bazı araştırmalarda

fiziksel zorbalığa ilişkin oranların 2003'te %22 iken 2008'de %15'e gerilediği buna karşın siber zorbalığa ilişkin oranların 2000 yılında %6 iken 2008 yılında %11'e yükseldiği dikkat çekmektedir (Jones, Mitchell, ve Finkelhor, 2013). Tıpkı akran zorbalığı gibi siber zorbalık da çocuk ve gençler arasında oldukça yaygındır (Brochado vd., 2016; Modecki vd., 2014; Selkie vd., 2016). Bu konuya ilgili detaylı bilgi "Siber Zorbalığın Yaygınlığı" bölümünde verilmiştir.

Yukarıda raporlanan araştırma sonuçları karşılaştırılırken veya bulgular yorumlanırken çalışmaların sistematik sıklık çalışması olmaması ve evrenin örneklemini yeterince temsil etmemesinin göz önünde bulundurulması önemlidir. Yine de araştırma sonuçları incelendiğinde akran zorbalığı yapma, akran zorbalığına maruz kalma veya herhangi bir şekilde akran zorbalığı deneyimi içinde yer alma oranları çalışmanın yapıldığı örnekleme göre değişse de yaygınlık oranlarının dikkate değer olduğu görülmektedir. Bu noktadan hareketle akran zorbalığının önemli bir problem olduğu göz ardı edilmemelidir. Akran zorbalığının etkilerinin değerlendirilmesi için yaygınlık oranları ile ilgili araştırma sonuçlarının sağlıklı bir biçimde yorumlanması gerekmektedir.

2.6. Akran Zorbalığının Etkileri

Son yıllarda yapılan araştırmalar zorbalığın, çocukların ve gençlerin sağlıklı bir biçimde gelişimini tehdit ettiğini ve yaygınlık olarak ciddi boyutlara ulaştığını ortaya koymaktadır (Gökler, 2009). Akran zorbalığı hem zorbalar hem de mağdurlar üzerinde sonuçları olan bir durumdur. Akran zorbalığının bu sonuçları kısa vadeli olabileceği gibi uzun vadeli de olabilir (Yaman vd., 2011; Gökkaya, 2015; Gökler, 2009).

Akran zorbalığına uğramak, mağdurlarda kızgınlık, kırgınlık, mutsuzluk, çaresizlik gibi *duygusal*, düşük benlik saygısı, depresyon, kaygı, kendine zarar verme, panik atak gibi *psikolojik*; okulu sevmeme, okulu değiştirme isteği, notlarda düşüş, dikkati toplamada ve öğrenmede güçlük, derse katılımın azalması gibi *akademik*; baş ağrısı, eklem ve kas ağrısı, sürekli hasta olma, uykusuzluk, kâbus görme gibi *fiziksel*; akranları tarafından dışlanma, yalnızlık, içine kapanma, sosyal becerilerde zayıflama gibi *sosyal* etkilere yol açabilir (Garrett, 2003; Gökler, 2009; Pişkin, 2002; Smith ve Ananiadou, 2003; Vanderbilt ve Augustyn, 2010; Wolke ve

Lereya, 2015). Akran zorbalığının mağdurlar üzerindeki etkileri okul yıllarıyla sınırlı kalmayıp sonraki yıllarda da depresyon, sağlık problemleri ve olumsuz sosyal ilişkiler olarak ortaya çıkabilir (Vanderbilt ve Augustyn, 2010, s. 317).

Akran zorbalığı, okul çağında zorbalığı alışkanlık haline getirmiş çocukların yetişkinlikteki suç işleme davranışını yordayabilmektedir. Başka bir ifadeyle, okulda zorbalık yapan çocukların büyük bir kısmının, okul dışı yaşamlarında veya sonraki dönemlerde zorbalık yapmayanlara oranla suç içerikli eylemlere daha yatkın oldukları veya bu eylemlere daha çok karıştıkları söylenebilir (Rigby, 1996; Garrett, 2003; Olweus, 2011). Olweus (2011) boylamsal veriler toplayarak erken ergenlik döneminde akran zorbalığı olaylarına karışan öğrencilerin ilerleyen yıllarda suça karışma oranlarını belirlemek amacıyla İsveç'te erkek öğrencilerle yürüttüğü araştırmada katılımcıların %55'inin bir veya birden fazla suçtan hüküm giydiğini, en az üç suçtan hüküm giyenlerin oranının %36 olduğunu raporlamıştır.

2.7. Siber Zorbalık

İnternet temelli iletişim araçlarının kullanımının yaygınlaşması birçok alanda kolaylık sağlamıştır. Ancak bu kolaylığın yanı sıra bazı problemleri de beraberinde getirmiştir (Li, 2007; Özbay, 2013). Bu problemlerden biri de akran zorbalığının okul sınırlarını aşarak yeni bir form olarak karşımıza çıkmasıdır (Aksaray, 2011; Brewer ve Kerslake, 2015, Dyrli, 2005; Willard, 2007).

Siber zorbalık, ilk kez Belsey (2003) tarafından şöyle tanımlanmıştır:

“Bir kişi veya grup tarafından, kasıtlı ve tekrarlı bir biçimde bilgi ve iletişim teknolojilerini karşıdakine zarar vermek amacıyla kullanmaktır”.

Başka bir ifadeyle siber zorbalık “elektronik temelli iletişim araçlarının bir kişi veya grup tarafından kendini savunamayan bir mağdura karşı saldırgan, kasıtlı ve tekrarlı bir biçimde kullanılmasıdır” (Smith, Mahdavi, Carvalho, Fisher, Russel, ve Tippett, 2008). Hinduja ve Patchin (2015) siber zorbalığı; “bilgisayar, cep telefonu ve diğer teknolojik temelli araçları kasıtlı ve tekrarlı bir biçimde kullanarak başkalarına zarar vermektir” şeklinde tanımlayarak siber zorbalık tanımında yer alan önemli unsurları da açıklamışlardır. Bu unsurlar; (a) *kasıtlılık*, (b) *süreklilik*, (c) *zarar verme* ve (d) *teknolojik araçlar* kullanılmasıdır. Kasıtlılık, siber zorbalık içeren

eylemin önceden planlanmış olmasını; süreklilik, birden çok kez tekrar etmesini; zarar verme, mağdura acı çektirme amacıyla yapılmasını ifade etmektir. Bilgisayar, cep telefonu ve diğer teknolojik araçlarla yapılması ise siber zorbalığın tanımında yer alan bir diğer önemli unsurdur. Siber zorbalığı akran zorbalığından ayıran önemli özelliklerden biridir.

Elektronik posta ya da kısa mesaj aracılığıyla tehditkar, alay edici, şiddet içeren mesajlar göndermek, cep telefonundan isimsiz rahatsız edici kısa mesaj yollamak, internet ortamında mağdura yönelik dedikodular yaymak, bir kişinin utanç verici fotoğraflarını veya videosunu çekmek ve bunu yaymak, internette hakaret etmek, küçük düşürücü paylaşımlarda bulunmak, virüslü elektronik posta yollamak, siber zorbalık davranışları arasında sayılabilir (Keser ve Kavuk, 2016; Özgür-Baker ve Topçu, 2013; Smith, Mahdavi, Carvalho, ve Tippett, 2006).

Olweus'un (1993) bir davranışın zorbalık olarak kabul edilmesi için belirlediği üç temel ölçüt (güç dengesizliği, süreklilik, kasıtlı zarar verme) vardır. Bu ölçütlerin siber zorbalık için geçerli olup olmadığını tartışan Dooley, Pyzalski ve Cross (2009) tekrarlama durumunun siber zorbalık için farklı bir biçimde geçerli olduğunu belirtmişlerdir. Yani siber zorbalık davranışının bir kez yapılması tekrarlanan bir davranış değildir. Ancak yapılan davranışın internet ortamında birçok kişi tarafından görülmesi, daha zor kaybolması ya da farklı kişiler tarafından paylaşılması durumun olumsuz etkilerinin mağdur açısından tekrar yaşanmasına sebep olmaktadır. Dolayısıyla tekrarlama olayı siber zorbalıkta daha farklı bir biçimde işlemektedir.

Bir davranışın zorbalık sayılabilmesi için belirlenen diğer bir ölçüt karşı tarafa zarar verme amacıyla yapılmasıdır. Ancak siber zorbalığın karşı tarafa sadece zarar vermek amacıyla değil, eğlenmek ve şaka yapmak amacıyla yapılabileceği de bilinmektedir (Topçu, Yıldırım, ve Erdur-Baker, 2010; Yaman ve Peker, 2012). Bir davranışın zorbalık sayılabilmesi için gerekli olan son ölçüt ise zorba ve mağdur arasında güç dengesizliğinin olmasıdır. Siber zorbalıkta tam anlamıyla akran zorbalığındaki gibi bir güç dengesizliğinden bahsedilememektedir. Dooley vd., (2009) güç dengesizliği yerine, internet ortamının zorbaya kimliğini gizleme imkanı sunduğu için güç kazandırdığını ifade etmişlerdir. Shariff (2008) internet ortamında zorbanın kimliğini saklamasının daha kolay olduğunu ve bu durumun mağdurlar üzerinde daha fazla etkiye yol açtığını, daha yıkıcı sonuçlar doğurduğunu

söylemiştir. Siber zorbalıkta zorbanın bilgi ve iletişim teknolojilerini mağdura göre daha iyi bir biçimde kullanmasının zorba ile mağdur arasında güç dengesizliği oluşturabileceği söylenebilir (Li, Cross, ve Smith, 2012).

Slonje ve Smith (2008) okul zorbalığında mağdurun eve geldiği zaman zorbalıktan uzak olacağını ancak siber zorbalıkta mağdurun nereye giderse gitsin siber zorbalıktan uzak kalamayacağını ifade etmiştir. Ayrıca okul zorbalığında küçük bir grubun zorbalık olayına tanıklık etmesi söz konusuysa, siber zorbalıkta daha büyük bir kitle bu olaya tanıklık edebilir. Sonuç olarak bazı araştırmalar siber zorbalığın okul zorbalığı ile benzer bir dağılım gösterdiğini (Burnukara, 2009; Erdur-Baker, 2010; Juvonen ve Gross, 2008; Li, 2007; Slonje ve Smith, 2008; Tanrikulu ve Campbell, 2015; Topçu, 2008) bazıları (Aboujaoude, Savage, Starcovic, ve Salame, 2015; Madan, 2014) ise farklı yönlerinin olduğunu ortaya koymuştur.

2.8. Siber Zorbalık Türleri

Siber zorbalığın türlerine ilişkin farklı sınıflandırmalar mevcuttur. Araştırmacıların bazıları siber zorbalığı eylemin içeriğine (Hinduja ve Patchin, 2015; Willard, 2007) bazıları ise zorbalık yapılırken kullanılan iletişim aracına göre (Smith, Mahdavi, Carvalho, ve Tippett, 2006) sınıflandırmışlardır. Smith vd. (2008) ise siber zorbalığı cep telefonu, metin mesajı, e-mail, web siteleri aracılığı ile yapılan, fotoğraf ve video göndermek, anlık mesaj atmak ve sohbet odasında yapılan zorbalık olarak sınıflandırmışlardır.

Mishna, Saini ve Solomon (2009) yaptıkları nitel araştırmadan elde ettikleri sonuçlara göre siber zorbalığı yayımlama, zorlama (şantaj yapma) ve kimliğini gizleme olarak sınıflandırmışlardır. Willard'a (2007) göre siber zorbalık hedef bireyin kendini kötü hissetmesine yönelik saldırganca bir dil kullanmayı içeren çevrimiçi kavgaları, sosyal ilişkilerine zarar vermek amacıyla hakkında dedikodu yapmayı ve fotoğraflarını yaymayı içeren iftirayı, kişiyi zor durumda bırakmak için kişisel hesaplarına girip uygunsuz bilgiler ve sırlarını paylaşmayı, arkadaşlarına onu utandıracak uygunsuz mesajlar atmayı içeren eylemleri, bireyi internetteki sosyal gruplardan dışlamayı veya bu amaçla gruplar kurmayı, bireyin kişisel hesaplarını etkisiz hale getirmek amacıyla aynı mesajı sürekli biçimde göndermeyi içermektedir (Padır, Eroğlu, ve Çalışkan, 2015).

Willard (2007) ise siber zorbalığı sınıflandırmada eylemin yapılaş amacını dikkate alarak yedi farklı kategoriye ayırmıştır. Bunlar aşağıda açıklanmıştır.

2.8.1. Çevrimiçi Kavga (Flaming): Kaba ve öfkeli bir dil kullanarak çevrimiçi kavga etmek olarak tanımlanmıştır. Çevrimiçi kavgalar hakaret, tehdit, kaba bir dil ve saldırganca tutum içerir. Bu tarz siber zorbalık olayları genellikle çevrimiçi oyunlarda, forumlarda, bir haberin altındaki yorumlarda veya sohbet odalarında meydana gelmektedir (Willard, 2007; Kowalski, Limber, ve Agaston, 2008, s.62; Hinduja ve Patchin, 2015). Herkese açık ortamlarda meydana gelen çevrimiçi kavgalarda birey ya da gruplar tartışırken ya da birbirlerine hakaret ederken bu olaya tanıklık edenler de olmaktadır. Bu siber zorbalık türünde taraflar arasında sosyal statü ya da interneti kullanma düzeyi açısından herhangi bir farklılık bulunmamaktadır. Çevrimiçi kavga olayına tanıklık edenler bazen tarafları sakinleştirir bazen ise desteklerler (Willard, 2007, s.5-6).

2.8.2. Zarar verme (Harassment): Sürekli olarak edepsiz ve hakaret içeren mesajlar göndermek şeklinde tanımlanmıştır. En önemli noktalardan birisi “süreklilik” göstermesidir. Çevrimiçi kavgadan farkı ise daha uzun süreli olmasıdır. Genellikle kişisel iletişim kanalları/ araçları (elektronik posta, anlık mesajlaşma, metin mesajı vb.) kullanılarak yapılır (Willard, 2007; Özer, 2016). Mağdura verilen zarar belirli bir düzeyin üzerindeyse bazen suç teşkil edebilir (Willard, 2007, s.6-7).

2.8.3. Kötüleme, İftira Atma (Denigration): Biri ile internet ortamında dalga geçmek, aşağılamak, itibarına ve arkadaşlık ilişkilerine zarar vermek için o kişi hakkında dedikodu yayma, paylaşım yapmak olarak tanımlanmıştır. Mağdur genellikle yapılan paylaşımı doğrudan görmez. Bu siber zorbalık türünde zorba, mağdurun yüzünü cinsel içerikli bir görüntüye yerleştirerek sahte paylaşımlar da yapabilir. Ayrıca sıklıkla öğrenciler tarafından okul personeline karşı kullanılabilir (Willard, 2007, s.7-8).

2.8.4. Başka Bir Kimliğe Bürünme (Impersonation): Kendi kimliğini gizleyerek başka birine zarar verecek şekilde paylaşımda bulunmak şeklinde tanımlanmıştır. Bu siber zorbalık türünde amaç mağdurun saygınlığını zedeleyerek arkadaşlık ilişkilerini bozmak, onu sıkıntıya sokmaktır (Özer, 2016). Siber zorbalığın bu türü mağdurun kişisel internet sayfası, blogu ya da profili

kullanılarak gerçekleştirilebilir. Zorba mağdurun hesabını kullanarak onun ağzından bir öğretmene veya başka birine tehditkar bir mesaj gönderebilir. Mağdur yapmadığı bir şeyden sorumlu olarak suçlu durumuna düşebilir (Willard, 2007, s.8).

2.8.5. Kandırma (Outing and Trickery): Birine ait bir sırrı veya onun hakkında utandıracak bir bilgiyi, görüntüyü çevrimiçi ortamda paylaşmak olarak tanımlanmıştır. Zorba, bu bilgileri veya görüntüleri açığa çıkarmak için o kişiye arkadaşça yaklaşır ve elde edilen özel bilgileri internet ortamında yayar (Hinduja ve Patchin, 2015). Bu siber zorbalık türü intikam almak veya birini tehdit etmek amacıyla yapılabilir. Ayrıca birine ait kişisel mesajları okumak da bu kategori içinde değerlendirilebilir (Willard, 2007, s.9).

2.8.6. Dışlama (Exclusion): Birini kasıtlı bir biçimde acımasızca çevrimiçi bir gruptan dışlamak veya gruba almamak olarak tanımlanmıştır. Dışlama herhangi bir çevrimiçi oyun, blog ya da şifre korumalı iletişim ortamında meydana gelebilir. Dışlama mağdur üzerinde yoğun bir duygusal etkiye neden olabilir (Kowalski vd., 2008, s.65). Çünkü bu durum bazı toplumlarda bir cezalandırma yöntemi olarak kullanılmaktadır (Willard, 2007, s. 10).

2.8.7. Siber Taciz (Cyberstalking): Birini tekrarlı olarak yoğun tehdit ve korku içeren bir biçimde kasıtlı olarak taciz etmek olarak tanımlanmıştır. Siber taciz ile zarar verme arasındaki fark çok keskin değildir. Ancak bireyin güvenliğinin tehlikeye girmesi, hayati tehlikesinin olması siber takip-tacizi zarar vermeden ayırmaktadır (Willard, 2007; s, 10).

2.9. Siber Zorbalığın Yaygınlığı

Dijital pazarlama ajansı ile Hootsuite tarafından yayınlanan dünya çapında toplanan verilerle hazırlanan “Digital in 2017 Global Overview” raporuna göre dünyada toplam nüfusun internet kullanım oranı 2016 verilerine göre %46’dan %50’ye ulaşmıştır. Aynı raporda Türkiye için internet kullanım oranının 2015 yılında %58 iken 2016 yılında %60’a ulaştığı belirtilmiştir (Kemp, 2017). Benzer şekilde Türkiye İstatistik Kurumunun bilgi toplumu istatistiklerine göre Türkiye’de hane halkı internet kullanım oranları 2016 yılında %61.2 iken 2017 yılında %66.8’e

yükselmiştir (TÜİK, 2017). İnternet kullanımının giderek artması siber zorbalık yaşama riskini de beraberinde getirmektedir (Özer, 2016).

Akran zorbalığının yaygınlığı ile ilgili yapılan araştırmalarda olduğu gibi siber zorbalığın yaygınlığıyla ilgili yapılan araştırmalarda da kullanılan örnekleme yöntemi ve ölçme araçlarının farklı olmasından kaynaklı sonuçlar oransal açıdan farklılık göstermektedir (Hymel ve Swearer, 2015; Sabella, Patchin, ve Hinduja, 2013). Ayrıca yapılan bazı çalışmaların sistematik sıklık çalışması olmaması evrenin örnekleme yeterince temsil etmemesine yol açabilmektedir. Bu nedenle, aşağıda raporlanan araştırma sonuçları karşılaştırılırken veya bulgular yorumlanırken bu noktanın göz önünde bulundurulması önemlidir.

Kowalski, Giumetti, Schroeder ve Lattaner'ın (2014) yaptıkları metanaliz çalışması sonuçlarına göre siber mağduriyet oranlarının %10 ile %40 arasında değiştiğini, ABD'de Avustralya ve Avrupa'dan daha yüksek oranlara ulaştığını bildirmişlerdir. Siber zorbalığın yaygınlığı ile ilgili yapılan araştırmaların en kapsamlılarından olan "EU Kids Online" isimli proje Türkiye dahil 25 ülkeyle yürütülmüştür. Bu projenin bulguları incelendiğinde 11-16 yaş aralığındaki gençler arasındaki siber zorbalık mağduriyeti oranının 2010 yılında %7 iken 2014 yılında bu oranın %15 olduğu görülmektedir (Haddon vd., 2014).

Schneider vd. (2012) siber zorbalığın yaygınlığı ile ilgili yaptıkları bir araştırmada katılımcıların siber zorbalık yapma oranını %16, siber zorbalığa maruz kalma oranlarını ise % 60 olarak bulmuşlardır. Monks vd. (2012) ise 7-11 yaşları arasında değişen çocuklar üzerinde yaptıkları araştırmada öğrencilerin %21'inin siber zorbalığa uğradığı, %5'inin de siber zorbalık yaptığını raporlamıştır. Patchin ve Hinduja (2012) 35 araştırmanın bulgularını inceledikleri meta-analiz çalışmalarında, siber mağduriyet oranının %5.5 ile %72 arasında değiştiğini bulmuş, ortalama oranın % 24.4 olduğunu raporlamışlardır. Navarro vd. (2013) yaşları 10-12 arasında değişen katılımcılarla yaptıkları araştırmada siber zorbalık mağduriyet oranını % 24.6 olarak bulmuşlardır. Modecki vd. (2014) yaptıkları sistematik literatür taraması sonucunda siber mağduriyet oranının %15 olduğunu bulmuşlardır.

Selkie vd. (2016) yaptıkları sistematik literatür taraması sonucunda inceledikleri araştırmalarda siber zorbalık oranlarının %1 ile %41, siber mağduriyet oranlarının %3 ile %72, siber zorba veya mağdur olma oranlarının %2.3 ile %16.7 arasında

değiştiğini belirtmişlerdir. Brochado vd. (2016), siber zorbalığın yaygınlığı ile ilgili 159 araştırmayı incelediklerinde katılımcıların geçen son bir yıllık siber mağduriyet oranlarının %1 ile %61 arasında değiştiğini, şu anki siber mağduriyet oranlarının ise %3 ile %39 arasında değiştiğini bildirmişlerdir. Lee ve Shin (2017), Güney Kore’de ortaokul ve lise düzeyindeki katılımcılarla yaptıkları araştırmada katılımcıların % 6.3’ünün zorba, % 14.6’sının mağdur, % 13.1’inin hem zorba hem de mağdur olmak üzere toplamda %34’ünün siber zorbalık olayı içinde yer aldığını raporlamışlardır.

Siber zorbalığın ülkemizdeki yaygınlığı göz önüne alındığında ise Yılmaz (2011) 7. Sınıf öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada katılımcıların %17.9’unun siber mağdur, %6.4’ünün ise siber zorba olduğu sonucuna ulaşmıştır. Serin (2012), 6, 7 ve 8. sınıfa devam eden 4291 ilköğretim öğrencisi ile yaptığı çalışmasında katılımcıların %9.42’sinin siber zorbalık yaptığını, %11.79’unun siber zorbalığa uğradığını ve %5.31’inin ise hem siber zorbalık yaptığını hem de siber zorbalığa uğradığını belirtmiştir. Katılımcıların hem siber zorba hem de mağdur olarak toplamda %26.52’sinin zorbalık deneyimi yaşadığı bulgusuna ulaşmıştır. Ayas ve Horzum (2012) yaptıkları araştırmada katılımcıların %18.6’lık kısmının siber mağdur, %11.6’lık kısmının ise siber zorba olduğu belirlemişlerdir. Çalışgan (2013) ilköğretim öğrencilerinin %20.3’ünün hayatlarında en az bir kez; %8.2’sinin ise son 1 ay içinde en az bir kez siber zorbalık mağduru, %8.1’inin ise son bir ay içerisinde en az bir kez siber zorba olduğunu belirtmiştir.

Baştürk-Akça, Sayımer ve Ergül (2015) 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık deneyimlerini inceledikleri araştırmada öğrencilerin %9.5’inin siber zorbalığa uğradığını, %7’sinin siber zorbalık yaptığını, %7.5’nin ise zorba/mağdur olduğunu, %24’ünün ise bir şekilde siber zorbalık olayı içerisinde yer aldığını belirtmişlerdir. Burnukara (2009) akran zorbalığı ve siber zorbalıkla ilgili yaptığı betimsel bir araştırmada siber zorbalık yapma ve siber zorbalığa maruz kalma oranlarının hangi zaman diliminde ve hangi sıklıkta ele alındığına bağlı olarak siber zorbalığa herhangi bir şekilde dahil olma oranlarının % 17 ile % 48 arasında, siber zorbalık yapma oranının % 4.1 ile % 21 arasında, siber zorbalığa maruz kalma oranının ise % 9 ile % 35 arasında değişmekte olduğunu ifade etmiştir.

2.10. Siber Zorbalığın Etkileri

Willard (2007) siber zorbalığın geleneksel zorbalığa göre mağdurlara duygusal olarak daha fazla zarar verdiğinin bildirmiştir. Willard'a (2007) göre çevrimiçi iletişim araçlarının son derece acımasızca ve kötü amaçlarla kullanılması, bu araçlar aracılığıyla zorbanın mağdura daha kolaylıkla ulaşabilmesi, siber zorbalığın akran zorbalığından daha olumsuz sonuçlara yol açabileceğinin göstergelerinden biridir. Akran zorbalığında mağdurun eve geldiğinde zorbadan kurtulma ihtimali vardır ancak siber zorbalıkta mağdur 7/24 zorbalığa uğrayabilir. Ayrıca siber zorbalıkta geleneksel zorbalığa göre daha fazla kişinin zorbalık olaylarına tanıklık etmesi ve siber zorbalığın daha hızlı yayılması zorbalık olayının mağdur üzerinde daha ciddi etkilere yol açabilmektedir. Siber zorbanın internet ortamında kimliğini gizleyebilmesi ona güç kazandırmakta ve mağdurun kime güveneceğini bilmemesine yol açmaktadır. Ayrıca bazı gençlerin siber zorbalığa bakış açısı az da olsa zorbalığı desteklemekte, siber zorbalığın verdiği zararı doğru değerlendirememelerine yol açmaktadır (s.48).

Siber zorbalığa maruz kalanlar, başka yollarla zorbalığa uğrayanlara göre daha fazla psikolojik ve depresif belirti gösterdiklerini bildirmişlerdir (Erdur-Baker ve Tanrikulu, 2010; Waasdrop ve Bradshaw, 2015). Siber zorbalığın hem zorbalar hem de mağdurlar üzerinde etkileri vardır (Aksaray, 2011; Eroğlu, 2011). Diamanduros, Downs, ve Jenkins (2008) siber zorbalığın geleneksel zorbalık gibi mağdurlar üzerinde duygusal ve psikolojik olarak telafisi zor sonuçlar doğurabileceğini söylemiştir. Hinduja ve Patchin (2009) siber zorbalığın duygusal ve psikolojik sonuçlarını araştırdıkları çalışmalarında siber zorbalığın mağdurlar üzerinde hayal kırıklığı, kızgınlık, kendini üzgün hissetme gibi etkileri olduğunu bildirmişlerdir. Arıca (2009), herhangi bir şekilde zorba veya mağdur olarak siber zorbalığa karışan bireyler ile siber zorbalığa hiçbir şekilde karışmayan bireyler arasında psikiyatrik belirtiler açısından anlamlı farklar bulmuştur. Yani siber zorbalığa hiçbir şekilde zorba veya mağdur olarak karışmayan bireyler daha az düzeyde psikiyatrik belirti göstermektedir. Ayas ve Horzum (2012) yaptıkları araştırmada, siber zorbalığa maruz kalan bireylerin kızgınlık, moral bozukluğu, huzursuzluk ve üzüntü hissettiklerini belirtmişlerdir. Beran ve Li (2005), siber zorbalığa maruz kalan

çocukların üzüntü, anksiyete, korku gibi duyguları daha fazla hissettiklerini belirtmişlerdir.

Siber zorbalığın mağdurların okul yaşantıları üzerinde de olumsuz etkileri vardır (Beran ve Li, 2005; Kestel ve Akbıyık, 2016; Özer, 2016; Price ve Dalglish, 2010; Ybarra, Diener-West ve Leaf, 2007). Birçok siber zorbalık mağduru yaşadığı olay yüzünden derslerine konsantre olmakta güçlük çektiğini (Beran ve Li, 2005), ders notlarında düşüşler yaşadığını (Özer, 2016), deneme sınavlarında daha fazla yanlış yaptığını (Kestel ve Akbıyık, 2016) belirtmiştir. Ayrıca siber zorbalık, mağdurlar üzerinde okuldan kaçma, zorbadan korunmak için okula silah getirme gibi problemli davranışlara da yol açmaktadır (Ybarra vd., 2007).

Siber zorbaların kuralları çiğneme, saldırganlık gibi davranış problemlerine (Ybarra ve Mitchell, 2007) ve suç içerikli olaylara daha yatkın oldukları (Ybarra ve Mitchell, 2004a) bulunmuştur. Ayrıca siber zorbalık hem zorbalar hem de mağdurlar üzerinde sağlık sorunları, problem davranışlar, alkol ve sigara kullanımı, depresif belirtiler ve düşük okul başarısına yol açmaktadır (Mitchell, Ybarra ve Finkelhor, 2007; Ybarra ve Mitchell, 2004a; Ybarra ve Mitchell, 2004b).

Price ve Dalglish (2010) yaptıkları bir araştırmada siber zorbalık mağdurlarının %78'inin özgüvenlerinin sarsıldığını, %35'inin akademik olarak bu durumdan olumsuz etkilendiklerini, %28'inin devamsızlığının arttığını, %19'unun aileleriyle ilişkilerinin olumsuz etkilendiğini belirtmişlerdir. Araştırmada yer alan açık uçlu bölüme katılımcıların %3'ü intihar etmeyi düşündüklerini, %2'si ise kendine zarar verme girişiminde bulunduklarını saptamışlardır.

Kestel ve Akbıyık (2016) ortaokul düzeyinde siber zorbalığın mağdurlar üzerinde akademik, duygusal ve sosyal etkilerini inceledikleri nitel bir araştırmada katılımcıların siber zorbalık karşısında sinir, korku, tedirginlik, intikam, üzüntü gibi duygular hissettiklerini, ders çalışma ve derse motive olmada güçlük yaşadıklarını, derse katılımlarının azaldığını, ders notlarında düşüş yaşadıklarını, bazı mağdurların devamsızlık yapmalarına sebep olduğunu, uyku düzenlerinin bozulduğunu belirtmişlerdir.

Özer (2016) siber zorbalığın ortaokula giden öğrenciler üzerinde etkisini belirlemek amacıyla yaptığı araştırmada katılımcıların %44.8'inin siber zorbalığa

maruz kalınca öfkелendiğini; %36.3'ünün kısmen üzüntü duyduğunu ve %31.4'ünün etrafındaki insanlardan şüphe duymaya başladığını, %27.1'inin kısmen hayal kırıklığına uğradığını, %25.6'sının arkadaşlarına duyduğu güvenin azaldığını, %27.5'inin içinde bulunduğu durumdan utandığını ve %23.9'unun stres altında kaldığını, %21.2'sinin dersleri dinlerken dikkatini toplamakta kısmen güçlük yaşadığını, %20.6'sının derslerden aldığı puanların kısmen düştüğünü, %19.9'unun günlük aktivitelere odaklanmada kısmen zorlandığını, %19.3'ünün her an ulaşılabileceğini düşünerek huzursuzluk yaşadığını, %19.9'unun gerçek hayatta saldırganın kendisine zarar vermesinden korktuğunu ve %19'u insanların kendisine önem vermediğini düşündüğünü %4.6'sı okula gitmemeye başladıklarını ve %7.2'si aileleriyle olan ilişkilerin kötüleştiğini ve içlerine kapandıklarını belirttiğini raporlamıştır.

2.11. Zorbalığı Önleme

Zorbalık, her yaş grubundaki çocuk ve gençlerin okullarda ve internet ortamında sıklıkla karşılaştığı, hem mağdur hem zorba hem de tanıklık edenler için olumsuz etkileri olan bir durumdur. Her şeyden önce bir çocuğun okulda kendisini güvende hissetmesi ve zorbalık anlamına gelen, kasıtlı rahatsız edici, küçük düşürücü davranışlardan kurtulması temel demokratik bir haktır (Olweus, 1999, s.21). Çocukların ve gençlerin tehlikeden uzak bir ortamda sosyal, psikolojik ve akademik anlamda gelişimlerini destekleyecek sağlıklı bir ortamda yaşamasını sağlamak gerekmektedir.

Siber zorbalığın ve akran zorbalığının Türkiye'de ve dünyada yaygınlığına bakıldığında her yaş grubundaki bireyin akademik, sosyal ve psikolojik durumunu olumsuz etkileyen ciddi bir problem haline geldiği görülmektedir (Topçu-Uzer ve Tanrıkulu, 2017). Çocuk ve gençler üzerinde intihara varan derecede olumsuz etkileri olan zorbalığı önlemek büyük önem taşımaktadır. Bu problemin çözümü için çocukları henüz zorbalık yaşanmadan güçlendirmek yapılabilecek müdahaleler arasında en etkili ve en ucuz olanıdır (Erdur-Baker ve Topçu, 2013, s.68). Yeni mağdurların oluşmasını engellemek öncelikli çalışmalardan olmalıdır. Zorbalığı önlemek ortaya çıktıktan sonra yapılacak olan çalışmalara göre daha az çaba gerektirmektedir (Topçu, 2016, s.315). Dolayısıyla önleyici rehberlik anlayışı gereği

problem henüz ortaya çıkmadan yapılacak bilinçlendirme ve önleme çalışmaları zorbalıkla mücadelede atılacak önemli bir adımdır.

İlgili literatür incelendiğinde araştırmacılar tarafından akran zorbalığı ve siber zorbalıkla ilgili önleme ve müdahale programlarında bulunması gereken birtakım ortak özelliklerin belirlendiği görülmektedir (Astor, Meyer, Benbenishty, Marachi, ve Rosemond, 2005; Diamanduros vd., 2008). Aşağıda sırasıyla akran zorbalığını ve siber zorbalığı önlemeye ve müdahale etmeye yönelik programlarda bulunması gereken özellikler sıralanmıştır.

Astor vd., (2005) bir okulda görülen zorbalık türünün diğerinden farklı olabileceğinden zorbalık önleme ve müdahale programlarının her okul için ayrı planlanması gerektiğini ve okul temelli olması gerektiğini belirtmişlerdir. Okul çapında başarılı önleme ve müdahale programlarının aşağıdaki özelliklere sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır (s. 28).

- Öğrenci, veli ve öğretmenlerin okulda yaygın olan şiddet türü ile ilgili bilgilerini ve sorumluluklarını artırır,
- Tüm okul genelinde zorbalık ve şiddet olayları için açık ve anlaşılır kurallar oluşturur,
- Okuldaki tüm sosyal sistemleri hedefler,
- Okul çalışanları, öğrenciler, veliler, öğretmenlere odaklanır
- Müdahaleler okulun normal akışına uyum sağlar,
- Tüm paydaşlara programı düzenlemek, uygulamak ve sürdürmek için rol verir.
- Zorbalığın gerçekleşeceği sınıf dışındaki diğer alanlarda izleme ve denetlemeye imkan sağlar.

Diamanduros vd. (2008), siber zorbalıkla mücadelede atılacak ilk adımın ayrıntılı bir plana sahip olmak olduğunu vurgulamıştır. Okul çapında zorbalığı ve siber zorbalığı önlemek için okul psikolojik danışmanları ve öğretmenlerden oluşturulacak bir kurulun etkili olacağını savunmuştur. Siber zorbalıkla mücadelede (a) teknolojinin öğrencilerin hayatındaki yerini ve siber zorbalığın hangi yollarla yapıldığını bilmek, (b) siber zorbalığın olası riskleri hakkında bilgi sahibi olmak, (c) siber zorbanın kimliğinin gizli olabileceğini bilmek, (d) siber zorbalığın geleneksel zorbalıktan daha geniş kapsamlı olduğunu ve kullanılan araçlar sayesinde zorbanın

günün her saati mağdura ulaşma ihtimali olduğunu anlamak (e) öğrencilerin yaşadıkları siber zorbalık olaylarını ebeveynlerinin bilgi ve iletişim teknolojilerini kısıtlaması endişesi ile anlatmaktan çekinebileceklerinin farkında olmak önemli noktalardır (s. 698).

Diamanduros vd. (2008) siber zorbalık önleme planının aşağıdaki bileşenleri içermesi gerektiğini bildirmişlerdir;

- Bireyin kendini okulda ve evde güvende hissetme hakkına sahip olduğunun farkına varılması
- Siber zorbalığın tanımı,
- Siber zorbalığın nasıl gerçekleştiği hakkında bilgi verilmesi,
- Yaygınlığı ile ilgili bilgi verilmesi,
- Mağdur ve zorbalar üzerinde etkilerinin neler olduğunun anlatılması,
- Elektronik mesajların izlenebilirliği,
- Siber zorbalığın yasal yaptırımlarının neler olduğu,
- Siber zorbalıkla niçin mücadele edilmesi gerektiği,
- Siber zorbalık vakalarının bir yetişkinle paylaşılması gerektiği,
- Siber zorbalık olayına tanıklık edenleri neler yapması gerektiği,
- Kişisel bilgileri paylaşırken dikkatli olunması gerektiği,
- İnternetin güvenli ve etik kullanımı,
- İnterneti ve diğer teknolojileri kullanırken diğerlerine saygılı olunması gerektiği (s. 698).

Siber zorbalığı önleme ve müdahale programlarının sahip olması gereken bir diğer özellik, bu tür programların bir kuramsal altyapıya sahip olmalarının gerekmesidir. Siber zorbalığı önleme ve müdahale programları birbirinden farklı birçok kurama dayanmaktadır. Bunlar, Planlı Davranış Teorisinden Sosyoekolojik Yaklaşım kadar uzanır ve etkili uygulamaların temelini oluşturur (Tanrıku, 2017, s.13). Çocukların neden zorbalık yapmaya eğilimli olduğunu, hem fiziksel hem de siber ortamda bir engellenmeye karşılaştıklarında yaşadıkları olumsuz duygudan kurtulmak için zorbalığa başvurduklarını savunan *Genel Gerilim Teorisi* (*General Strain Theory*) (Patchin ve Hinduja, 2011), zorbalığı açıklamada aile, okul, çevre, kültür gibi faktörlerin etkisinden söz eden *Ekolojik Yaklaşım* (*Ecological Approach*) (Gökkaya, 2015), zorbaların bilgiyi işleme süreçlerinde sorun yaşadıklarını ve

problem çözüme becerilerinin zayıf olduğu varsayımına dayanan *Sosyal Bilgiyi İşleme Kuramı (Social Information-Processing Model)* (Yaman vd., 2011), zorbalığa maruz kalmaya yönelik pozitif tutumların siber zorbalık yapmaya daha eğilimli olmaya ve siber mağdura yönelik daha az empati duymanın siber zorbalara karşı daha olumlu tutum beslemeye yol açacağını öne süren *Gerekçeli Eylem Teorisi (Theory of Reasoned Action)* ve onun bir uzantısı olan siber zorbalığa yönelik davranışsal niyetlerin ve öznel normların siber zorbalık yapmayla ilişkili olduğunu bildiren *Planlı Davranış Teorisi (Theory of Planned Behavior)* (Tanrikulu, 2014), zorbalığı önlemede kullanılan kuramsal yaklaşımlardan bazılarıdır. Önleme ve müdahale programları hazırlanırken bu teorilerin varsayımları ve zorbalığa bakış açılarının göz önünde bulundurulması önemlidir.

Dölek (2002) okullarda zorbalığın önlenmesi ve zorbalığa müdahale etme süreçlerinin birbirinden ayrı yürütülemeyeceğini ifade etmiştir. Tüm okul yaklaşımı ile zorbaca davranışları önleme, var olan zorbaca davranışlara müdahale etme, mağdurların başa çıkma becerilerini geliştirme amaçları doğrultusunda hareket edilmesi gerektiğini belirtmiştir. Whitted, Davit, ve Dupper (2005) zorbalığı önlemek için yapılacakları *okul düzeyinde* (örn., okul iklimi ve okul kültürü ile ilgili zorbalığa sebep olan faktörlerin bilinmesi), *sınıf düzeyinde* (örn., sınıfta öğretmenlerin alması gereken önlemlerin farkına varması) ve *öğrenci düzeyinde* (örn., zorbalığa maruz kalındığında kullanılacak başa çıkma stratejilerini geliştirmek ve uygulamak) olmak üzere üç alanda sınıflandırmıştır.

Sonuç olarak zorbalıkla mücadelede atılan adımların etkili olabilmesi için zorbalığı önleme konusunda sadece mağdurlara yardım etmek yetersiz kalacağından, zorbalı, tanıklık edenleri, ebeveynleri ve okul personeli sürecin içine dahil etmek, onları bu konuda bilinçlendirmek (Huebner ve Morgan, 2002), okul temelli bütüncül bir bakış açısı benimsemek (Murray-Harvey, Skrzypiec, ve Slee, 2012) zorbalığın hem zorba hem de mağdur için belirtilerinin bilmek (Ögel, Tarı ve Yılmazçetin-Eke, 2005), zorbaların saldırganca davranışlarını ortadan kaldırırken mağdurların psikolojik ihtiyaçlarına da odaklanmak (Elliot, 2002) ve program uygulayıcılarının programın kuramsal yapısını kavramasına yardımcı olmak (Cross vd, 2016) oldukça önemlidir. Bu yüzden siber zorbalığı önleme konusunda ailelere, okul psikolojik

danışmanlarına, öğretmenlere, idarecilere, kanun koyuculara kısacası tüm paydaşlara büyük görevler düşmektedir.

2.12. Siber Zorbalık ile Akran Zorbalığı Arasındaki İlişki

Siber zorbalık, akran zorbalığının farklı bir biçimi olarak kabul edilmiştir. Siber zorbalık literatürü akran zorbalığına göre daha yenidir. Bu sebeple, siber zorbalığın doğası, yaygınlığı ve etkileri ile ilgili yapılan araştırmalarda geleneksel akran zorbalığı literatüründen faydalanılmış, akran zorbalığı literatürü takip edilmiştir (Burnukara, 2009; Li, 2007; Ybarra, Espelage ve Mitchel, 2007).

Li (2007) zorbalık ile siber zorbalık arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Aynı çocuk veya gençlerin hem siber hem de geleneksel zorbalığa maruz kaldıkları görülmüştür (Dehue, Bolman, ve Völlink, 2008; Tanrıkulu ve Campbell, 2015). Bazen internet ortamında başlayan siber zorbalık gerçek hayata yansıyabilmekte, bazen ise siber zorbalık geleneksel zorbalığa dönüşebilmektedir. Bu durumla ilgili olarak alan yazında da geleneksel zorbalıkla siber zorbalık davranışlarını sergileme arasında bir bağlantı olduğu yönünde bulgulara rastlanmaktadır (Paez, 2016).

Fiziksel, sözel, sosyal-ilişkisel ve siber zorbalık ayrı biçimlerde gruplansa da siber zorbalık mağduru olan öğrencilerin çoğunun (%87) başka yollardan da zorbalığa maruz kaldıkları bulunmuştur (Cross vd. 2009; Kubiszewski, Fontaine, Potard, ve Auzoult, 2015). Ayrıca siber zorbalık yapan öğrencilerin %77'sinin geleneksel zorbalığa maruz kaldığı görülmektedir (Cross vd., 2009). ABD'de ortaöğretime devam eden 28.104 gençle yapılan bir çalışmada, katılımcıların % 25.6'sı zorbalık mağduru olduklarını bildirmiştir. Bunların yaklaşık yarısı fiziksel, sözel, ilişkisel ve siber zorbalık mağduru olduklarını belirtirken, sadece % 4.6'sı yalnızca siber zorbalığa maruz kaldığını belirtmiştir (Waasdorp ve Bradshaw, 2015). Benzer şekilde, Kocatürk (2014) ortaokul öğrencileri ile yaptığı araştırmada katılımcıların akran zorbalığı eğilimi ile siber zorbalık eğilimi eğilimleri ve akran zorbalığına maruz kalma durumları ile siber zorbalığa maruz kalma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur.

Geleneksel akran zorbalığı ile siber zorbalık arasındaki bir diğer benzerlik her iki zorbalık türünün de hem mağdurlar (Ayas ve Horzum, 2012; Hinduja ve Patchin, 2009; Kestel ve Akbıyık; 2016; Özer, 2016; Vanderbilt ve Augustyn, 2010; Wolke ve Lereya, 2015) hem de zorbalar (Mitchell vd., 2007; Olweus, 2011; Ybarra ve Mitchell, 2007) üzerinde benzer olumsuz etkilere neden olmasıdır.

Siber zorbalık ve akran zorbalığı arasındaki örtüşme dikkate alındığında önleme çalışmalarında zorbalığın tüm biçimlerine odaklanılmalıdır (Campell ve Bauman, 2017). Gelişen teknoloji göz önünde bulundurulduğunda ortaya çıkan tüm zorbalık türleri için ayrı program oluşturmak güç olacaktır. Bunun yerine zorbalık mekanizmasının nasıl işlediğine, zorbalık türleri arasındaki ortak noktalara ve kişilerarası ilişkilere odaklanılmalıdır. Li (2007) siber zorbalığın akran zorbalığından ayrı bir konu olarak incelenmemesi gerektiğini, akran zorbalığı konusunda bilinenlerle hareket edilmesi gerektiğini belirtmiştir. Belsey (2003) siber zorbalık ve akran zorbalığıyla mücadelede etkili olan birçok tekniğin aynı olduğunu her iki zorbalık türünde de çocuklara olayları rapor etmelerinin öğretildiğini ve problem konusunda farkındalığın geliştirildiğini belirtmiştir. Akran zorbalığını önleme ve müdahale programları, siber zorbalığı önleme ve müdahale programlarından daha eskiye dayanmaktadır. Siber zorbalığa yönelik geliştirilen önleme ve müdahale programları, geleneksel akran zorbalığını önleme ve müdahale programları temel alınarak hazırlanmıştır. Her iki zorbalık türünün temelindeki dinamikler ve her ikisinin de aynı mekanizmayla işlediği bulgusundan hareket edilerek geleneksel akran zorbalığını önleme programları siber zorbalığı önlemek için kullanılmıştır. Akran zorbalığını önleme programlarının siber zorbalık ve siber mağduriyeti önlediğine dair bulgular vardır (Gradinger, Yanagida, Strohmeier ve Spiel, 2016). Hem siber zorbalığı hem de akran zorbalığını önlemek için kullanılan bazı önleme programları aşağıda özetlenmiştir.

Williford vd. (2013) tarafından Finlandiya’da geliştirilen ve birçok ülkede kullanılan zorbalık karşıtı program olarak bilinen KiVa zorbalığı önlemede etkili olan programlardan biridir. KiVa’nın zorbalığı önleme konusunda %98 oranında başarı sağladığı raporlanmıştır (“Evidence of effectiveness in Finland and elsewhere,” t. y.). Programın güçlü yönlerinden biri zorbalar ve mağdurların yanı sıra tanıklık edenlere odaklanmasıdır. Zorbalığa tanıklık edenleri etkilemenin zorbalıkla

mücadelede önemli bir nokta olduğu mantığından hareketle bütüncül bir yaklaşıma sahip olan program akran zorbalığını önlemek için geliştirilmesine rağmen hem akran zorbalığını hem de siber zorbalığı önlemede başarı sağlamıştır.

Garaigordobil ve Martinez-Valderry (2015) tarafından zorbalıkla mücadele için geliştirilen Cyberprogram 2.0 ergenlerin zorbalık mağduru olmalarını engellemeyi hedeflemiştir. Yaşları 13 ile 15 arasında değişen 176 katılımcı ile yürütülen program, (a) zorbalığın ve siber zorbalığın tanımlanmasını, (b) her iki zorbalık türü içerisinde yer alan mağdur, zorba ve tanıklık edenler rollerinin anlaşılmasını (c) geleneksel akran zorbalığının ve siber zorbalığın tüm roller üzerindeki etkisinin değerlendirilmesini (d) zorbalık ve siber zorbalıkla mücadeleye yönelik baş etme stratejilerinin öğretilmesini (e) sosyal uyum, yardımlaşma, kendine güven, liderlik, işbirliği gibi olumlu sosyal davranışların artırılmasını içermektedir.

Gradinger vd. (2016) tarafından Avusturalya'da geliştirilen The VISC Program (Sosyal Yeterlilik Programı) akran zorbalığını önlemek amacıyla hazırlanmıştır. Program 18 okul ve 103 sınıftan 2042 öğrenci üzerinde uygulanmıştır. Bir yıl boyunca süren program sürecinde zorbalık türleri, zorbalığı engellemede atılabilecek adımlar gibi bilgilendirici etkinlikler düzenlenmiştir. Ancak siber zorbalığı önlemede de etkili olduğu bulunmuştur. Bir yıllık bir süreci kapsayan program 5-8. sınıflar düzeyinde uygulanmaktadır. Programda (a) zorbalığa maruz kalma durumlarını tanımlama, (b) zorbalığa maruz kalındığında ne yapılacağını bilme (c) zorbalıkla mücadelede okul ve sınıf düzeyinde alınacak önlemlerin neler olduğunun farkına varma ele alınmıştır. Programın güçlü yönleri öğretmen eğitimleri ve ebeveyn toplantılarıdır. Hem öğretmenler hem veliler hem de öğrenciler için çeşitli bileşenler içermektedir.

2.13. İlgili Araştırmalar

Siber zorbalığı önlemeye yönelik geliştirilen programlar incelendiğinde akran zorbalığı önleme programlarından ortaya çıktığı görülmektedir (örn., Gradinger vd., 2016, Williford vd., 2013). Siber zorbalık önleme programlarının bir kısmı tıpkı akran zorbalığı önleme programları gibi rol oynama, tartışma, vaka analizi, empati eğitimi gibi yöntemleri kullanırken bir kısmı ise teknolojik uygulamaları içermektedir (Topçu-Uzer ve Tanrikulu, 2017). Dolayısıyla geliştirilen programları

teknolojik programlar, teknolojik olmayan programlar ya da hem teknolojik olan hem olmayan programlar şeklinde kategorize etmek mümkündür. Örneğin; *Steps to Respect*” (Brown, Low, Smith ve Haggerty, 2011), *“Cyberprogram 2.0”* (Garaigordobil ve Martinez-Valderrey, 2015), *“The VISC Program”* (Gradinger vd., 2016) *“ConRed”* (Ortega-Ruiz, Del Rey ve Casas, 2012), *“Media Heroes”* (Schultze-Krumbholz, Zagorscak, Siebenbrock ve Scheithauer, 2016) *“KiVa”* (Williford vd., 2013), siber zorbalığı önlemeye yönelik teknolojik içeriğe sahip olmayan, *“CyberFriendly Schools”* (Cross vd., 2016), *“Rethink”*, (Parabhu, 2014), teknolojik içeriğe sahip olan, *“Let’s Not Fall Into a Trap”* (Menesini, Nocentini ve Palladino, 2012), *“NoTrap”* (Palladino, Nocentini, ve Menesini, 2016) ise hem teknolojik hem de teknolojik olmayan içeriğe sahip programlar şeklinde sınıflandırılabilir.

Tanrikulu (2017) okul temelli siber zorbalık önleme ve müdahale programlarıyla ilgili yaptığı sistematik literatür taramasında dokuz farklı ülkede geliştirilen 17 programı incelemiştir. Araştırma sonucunda geliştirilen programların (a) farklı kuramsal yaklaşımlara dayandıkları, (b) çoğunlukla teknolojik olmayan içeriğe sahip oldukları, (c) siber zorbalığı önleme ve siber zorbalığa müdahale etmede çoğunlukla etkili bulundukları sonucuna ulaşmıştır. Bunlara ek olarak araştırmacı siber zorbalığın küresel bir problem olduğunu, önleme programlarının siber zorbalıkla mücadelede önemli bir yere sahip olduğunu raporlamıştır.

2.13.1. Siber Zorbalığı Önlemeye Yönelik Yurtdışında Geliştirilen Programlar

Siber zorbalığı önlemeye ve müdahaleye yönelik yurtdışında geliştirilen programlar incelendiğinde video önleme programlarından, web tabanlı programlara, teknolojik içeriğe sahip olmayan ve akran zorbalığını önlemede kullanılan yöntemleri içeren programlardan, ebeveyn ve öğretmenlerin de önleme sürecine dahil edildiği bütüncül programlara kadar geniş bir program çeşitliliği dikkat çekmektedir. Aşağıda yurtdışında geliştirilen bazı siber zorbalık önleme ve müdahale programlarına yer verilmiştir.

“Steps to Respect” geleneksel akran zorbalığını önlemeye yönelik modülleri de bulunan bir zorbalık önleme müfredatıdır. Siber zorbalık önleme modülü,

Commite for Children adına geliştirilmiştir. Her oturumda siber zorbalıkla ilgili farklı bir konunun ele alındığı beş oturumdan oluşan bir önleme programıdır. Oturumlarda siber zorbalıkla bilgilendirme ve geleneksel akran zorbalığı ile benzer ve farklı yönleri, internette paylaşımda bulunurken kontrolü elinde bulundurmanın önemi, internetin avantajları ve siber zorbalığın uzun vadedeki etkileri gibi konular ve bunlarla ilgili etkinlikler yer almaktadır.

Doane (2011) tarafından geliştirilen siber zorbalık önleme programı, video ve internet tabanlı bir önleme programıdır. Programın amacı, katılımcıların (a) siber zorbalığa yönelik bilgilerini artırmak (b) mağdurlara duyulan empatiyi artırmak (c) zorbalığa karşı olumlu tutumlarını ve (d) siber zorbalık eğilimlerini azaltmaktır. Siber zorbalık önleme videosu gerçek hayattan alınan siber zorbalık haberlerini, intiharla sonuçlanan siber zorbalık olaylarını, siber zorbalıkla ilgili temel bilgileri (tanımı, türleri, yaygınlığı, sonuçları vb.) içeren bilgilendirme sunumlarını ve altı kısa siber zorbalık öyküsünü içermektedir. Uygulama 18-23 yaş aralığındaki 375 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre program siber zorbalığa olan olumlu tutumları ve siber zorbalık davranışlarını azaltmış, öğrencilerin siber zorbalık bilgisini arttırmıştır. Ancak siber zorbalığa niyetli olanları değiştirmede ve siber mağdurlara karşı empatiyi arttırmada etkili olmamıştır.

“*The Media Heroes*” Schultze-Krumbholz vd. (2012) tarafından Almanya’da geliştirilmiştir. Sosyal yeterlikler, internet okuryazarlığı, saldırganlığa karşı tutumlar ve siber zorbalık arasındaki ilişki hakkındaki mevcut teorik ve ampirik bilgilere dayanılarak geliştirilmiştir. Ortaokul öğrencilerine yönelik yapılandırılmış, manuel tabanlı bir önleyici müdahale programıdır. Okul müfredatına entegre edilmiştir. Berlin’de 35 okuldan 654 öğrenci ile yürütülmüştür. Katılımcıların yaş ortalaması 13.34’tür. Zorbalığın temelinde yatan dinamiklerin anlaşılması için hazırlanan programın uzun ve kısa versiyonu bulunmaktadır. Program 45’er dakikalık 15 oturum ya da 90’ar dakikalık dört oturum şeklinde uygulanmıştır. Programın uzun versiyonu kısa versiyonundan daha etkili bulunmuştur. Etkinliklerin arasında rol oynama, tartışma, öykü yazma, yazılan öykülerin, haberlerin ve filmlerin analiz edilmesi, işbirlikli öğrenme çalışmaları, veli ve öğrenci sunumları yer almaktadır. Temelde empati yeteneğinin geliştirilmesini amaçlayan program, siber zorbalığa yönelik riskleri ve tanıklık edenlerin mağdura destek olabilecekleri stratejileri

içermektedir. Siber zorbalığı önlemek için geliştirilen program daha sonra Chaux Velasquez, Schultze-Krumbholz ve Scheithauer (2016) tarafından yaşları 11-17 arasında değişen 722 katılımcıya uygulanarak geleneksel akran zorbalığını önlemede de etkili bulunmuştur.

“*Let’s Not Fall Into a Trap*” isimli Menesini vd. (2012) tarafından İtalya’da geliştirilen programın amacı zorbalık ve siber zorbalığa karşı akran liderliği odaklı bir model tanımlamak ve değerlendirmektir. Bu modelde zorbalığı önlemede akran ilişkilerini geliştirmenin önemi üzerinde durulmuş, akranlar arası olumlu bir sınıf ortamının sağlanması hedeflenmiştir. Program birkaç adımdan oluşmaktadır. Bu adımlar; (a) projenin tanıtımı ve tüm sınıf ile farkındalık etkinlikleri yapılması (b) her sınıftan dört çevrimiçi ve dört yüz yüze akran eğitimcisinin seçimi (c) akran eğitimcilerinin sekiz saatlik eğitimden geçmesi ve (d) yüz yüze ve çevrimiçi ortamlarda zorbalığa müdahale etmedir. Çevrimiçi eğitimciler forum üzerinden, yüz yüze eğitimciler ise okulda yaşanan yüz yüze zorbalığa müdahalede bulunmakla görevlendirilmektedir. Ayrıca program yüz yüze eğitimcilerin toplantılar, programlar düzenleyip yerel birimlerle zorbalığı önleme konusunda işbirliği yapmasını içermektedir. Ortaöğretim öğrencilerinden oluşan deney grubu (N = 231) ve kontrol grubu (N = 144) arasında geleneksel akran zorbalığı ve siber zorbalık yapma ile zorbalığa ve siber zorbalığa maruz kalma eğilimleri arasında anlamlı farklara ulaşıldığı raporlanmıştır. Altı ay sonra yapılan izleme ölçümlerinde elde edilen sonuçların kalıcı olduğu görülmüştür. Daha sonra programın yüz yüze akran eğitimi kısmı standardize etmek amaçlanarak “*No Trap*” ismiyle revize edilmiştir. Revize edilen programda yeni araştırmalar doğrultusunda empati, problem çözme, tanıklık edenlerin bakış açısı üzerine daha fazla odaklanılmıştır.

“*WebQuest*” Lee, Zi-Pei, Svanstrom ve Dalal (2013) tarafından geliştirilen öğrencilerin çevrimiçi keşif amaçlı öğretim etkinliklerine katılmalarına yardımcı olan tema tabanlı bir öğretim aktivitesidir. Öğrencilerin siber zorbalığa karşı doğru bilgi tutum edinmeleri ve siber zorbalık eğilimlerinin azaltılması hedeflenmiştir. Kurs programı 30’u deney 31’i kontrol grubunda olmak üzere 7. sınıfa giden 61 ortaokul öğrencisi üzerinde uygulanmıştır. Deney grubuna haftada iki kez olmak üzere dört hafta boyunca program uygulanmıştır. Toplamda 360 dakika süren kursun katılımcıların siber zorbalık bilgisini etkili bir şekilde arttırdığı, siber zorbalık yapma

eğilimlerini azalttığını sonucuna ulaşılmıştır. İzleme ölçümlerinde programın etkilerinin sürdüğü araştırmacılar tarafından raporlanmıştır. Ancak program siber zorbalığa yönelik tutum üzerinde önemli bir etki oluşturmamıştır.

“*Rethink*”, Parabhu (2014) tarafından geliştirilen siber zorbalığı engellemeye yönelik teknolojik bir uygulamadır. Program metin tanıma yeteneğine sahip bir eklenti şeklinde çalışmaktadır. Siber Zorbalık Araştırma Merkezi (Cyberbullying Research Center) tarafından tanımlanan saldırı içerikli ifadeleri tanıyan eklenti kullanıcıya yazdığı metin hakkında yeniden düşünmesini ya da bunu yazmak istediğinden emin olup olmadığını soran bir uyarı penceresi açmaktadır. Bu sayede kullanıcıların %93 oranında yazılan saldırı içerikli metnin gönderilmesinden vazgeçtiği raporlanmıştır. Ayrıca ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada siber zorbalık içeren mesajı gönderme isteğini %71’den %4’e düşürdüğü sonucuna ulaşılmıştır (“What is Rethink?,” t. y.). *Rethink Keyboard* ise akıllı telefon ya da tabletlerde kullanılan eklenti ile aynı prensiple çalışan uygulama mağazalarından indirilen bir klavye uygulamasıdır.

“*ConRed*” Ortega-Ruiz vd. (2016) tarafından İspanya’da geliştirilmiştir. Yaşları 11-19 arasında değişen 875 katılımcıya uygulanmıştır. Katılımcıların 586’sı deney, 289’u kontrol grubunda yer almaktadır. Programın amacı siber zorbalığı önlemek ve siber zorbalıkla başa çıkma becerileri geliştirmektir. Bu amacı gerçekleştirmek için üç temel konuda çalışılmıştır. Bunlar internet bağımlılığı, geleneksel zorbalık ve empatidir. Program öğrencilere, ailelere ve öğretmenlere yöneliktir. Üç ay süren uygulama öğrencilere yönelik sekiz, ailelere yönelik bir, öğretmenlere yönelik ise iki oturum içermektedir. Araştırmanın sonucunda, siber zorba ve siber mağdurların siber zorbalığa yönelik ilgilerinin azaldığı belirlenmiştir. Program sosyal beceri geliştirme, bilgi ve iletişim teknolojilerinin güvenli ve dengeli kullanımı, eğitimcilerle zorbalık önleme toplantılarına yönelik oturumlar içermektedir. Uygulamanın sonucunda katılımcıların internette kişisel bilgilerini paylaşma sonucunda farkındalıklarının arttığı raporlanmıştır.

“*The Cyber Friendly Schools*”, Cross vd. (2016) tarafından İtalya’da geliştirilen 8. ve 9. sınıflar üzerinde uygulanan web tabanlı bir programdır. Programın içeriğinde siber zorbalığı anlama ve baş etme stratejileri, arkadaş desteği sağlama ve arkadaşlık ilişkilerini geliştirme, öğrencilerin duygusal gelişimleri gibi

konulardan oluşan dokuz çevrimiçi modülden oluşmaktadır. Her modülde öğrenilenlerin pekiştirilmesi için sınavlar, vaka çalışmaları, konuyla ilgili sorular gibi interaktif etkinlikler yer almaktadır. Programın katılımcılara uygulanmasının ardından siber zorbalık yapma ya da mağdur olma oranlarında anlamlı olarak bir düşüş olduğu tespit edilmiştir.

Bunların dışında müfredata dayalı siber zorbalık önleme programları vardır. iSAFE (Internet Safety Program, CyberBullying): A Prevention Curriculum, Sticks and Stones: Cyberbullying, and Lets Fight It Together: What We All Can Do to Prevent Cyberbullying bunlardan bazılarıdır. Genellikle bu tarz programlarda bir dizi video veya web tabanlı bölümleri içermektedir. Katılımcılar bu programlarda siber zorbalıkla ilgili durumların nasıl ele alınacağını, nasıl engelleyeceğini ve ortaya çıktığında neler yapılacağını tartışır. Bu programlar tek başına kullanılacağı gibi okul çapındaki daha kapsamlı zorbalık önleme programının içine entegre edilerek de kullanılabilir (Notar, Padgett, ve Roden, 2013, s.140).

2.13.2. Zorbalığı Önlemeye Yönelik Ülkemizde Geliştirilen Programlar

Son yıllarda ülkemizde siber zorbalığa ilişkin araştırma sayısı artmaktadır ancak bu çalışmalar daha çok ilişkisel tarama modelindedir. Önleme ve müdahaleye yönelik deneysel çalışma sayısı oldukça azdır (Kocatürk, 2017). Aşağıda Türkiye’de geliştirilen siber zorbalık önleme ve müdahale programlarına yer verilmiştir. Bu programların tamamı teknolojik olmayan siber zorbalık önleme ve müdahale programlarıdır.

Peker (2013) tarafından geliştirilen “*İnsani Değerler Yönelimli Psikoeğitim Programı*” siber zorbalara yöneliktir. Programın genel amacı katılımcılara insani değerlerin ortaya koymuş olduğu temel kavramları öğretmek problemleri internet kullanımı ve siber zorbalık davranışlarını yeniden düzenlemektir. Program ortalama 75 dakikalık dokuz oturumdan oluşmaktadır. İlk iki oturum yapılandırma amaçlı olup diğer oturumların her birinde ise Dilmaç’ın (2007) insani değerler ölçeğinde bahsettiği değerler sırasıyla ele alınmıştır. Yansız atama yoluyla gruplara atanan 9. ve 10. sınıfa giden katılımcılarla yürütülmüştür. Katılımcıların 12’si deney, 12’si kontrol grubuna atanmıştır. Araştırmacı programın etkili olduğunu raporlamıştır.

Ayrıca iki ay sonra alınan izleme ölçümleri sonucunda programın etkilerinin kalıcı olduğu görülmüştür.

Tanrikulu (2013) tarafından geliştirilen “*Gerçeklik Terapisi Yönelimli Müdahale Programı*” siber zorbalara yöneliktir. Programın kuramsal temeli isminden de anlaşılacağı üzere gerçeklik terapisine dayanmaktadır. Programın amacı, siber zorbalık davranışı gösteren öğrencilerin bu davranışa karşı duyarlılık kazanmaları, davranışlarının sonuçlarını fark etmeleri ve sorumluluk kazanmaları, kendilerinin ve başkalarının duygularını fark etmeleri, sosyal ilişkilerini pozitif yönde geliştirmeleridir. Program 70 dakikalık 10 oturumdan oluşmaktadır, 10. ve 11. sınıfa giden öğrenciler üzerinde uygulanmıştır. Deney ve kontrol gruplarında 12’şer katılımcı yer almaktadır. Araştırmacı programın etkili olduğunu raporlamıştır. Ayrıca altı hafta sonra alınan izleme ölçümleri sonucunda programın etkilerinin kalıcı olduğu görülmüştür.

Tamer (2014) tarafından geliştirilen “*Teknolojik Zorbalık Farkındalık Eğitimi*”nin genel amacı siber zorbalık konusunda farkındalık kazandırmaktır. Etkileşimli seminer şeklinde yaklaşık 60 dakika süren bir eğitim programı geliştirmiştir. Program hazırlık sınıfı ve 9. sınıfa giden 55 öğrenci üzerinde uygulanmıştır. Araştırmacı programın etkili olduğunu raporlamıştır. Ayrıca seminer sonrasında dağıtılan açık uçlu sorular katılımcılar tarafından yanıtlanarak program değerlendirilmiştir. Elde edilen nitel verilere içerik analizi yapılmıştır. Bu bulgular doğrultusunda program gözden geçirilerek ilaveler yapılması planlanmıştır.

“*Siber Zorbalığa Karşı Duyarlılık Geliştirme Grup Psikoeğitim Programı*”, Nedim-Bal ve Kahraman (2015) tarafından geliştirilmiştir. Programının amacı, üstün yetenekli öğrencilerin siber zorbalık mağduru olmamaları konusunda bilinçlenmelerini sağlamaktır. Araştırma kapsamında dördü kız ve dördü erkek olmak üzere sekizer kişilik deney ve kontrol grupları rastgele oluşturulmuştur. Program 7. ve 8. sınıf öğrencileri üzerinde uygulanmıştır. Program 60 dakikalık sekiz oturumdan oluşmaktadır. Araştırmacı programın üstün yetenekli öğrencilerin siber zorbalık duyarlılıklarının artması konusunda etkili olduğunu raporlamıştır.

Özer (2016), ortaokul ve lise öğrencilerinin siber zorbalık duyarlılık ve siber zorbalık tutumunu incelemek amacıyla siber zorbalık konulu drama eğitimi hazırlamıştır. Deney grubuna sekiz hafta süren 16 saatlik eğitim vermiştir.

Araştırmacı siber zorbalık konulu drama eğitiminin, siber zorbalık duyarlılığını arttırmada ve siber zorbalığa olan eğilimi azaltmada ortaokul öğrencileri üzerinde anlamlı derecede etkili olduğunu lise öğrencileri üzerinde etkili olmadığını raporlamıştır.

2.14. Bilişsel Davranışçı Terapi

2.14.1. Bilişsel Davranışçı Terapinin Tarihçesi

Bilişsel davranışçı yaklaşımın dayandığı temel görüşler Epiktetos’a kadar dayanmaktadır. Epiktetos’a göre insanlara nesneler ya da diğer insanlar zarar vermezler. Kişiye kendi inanç ve düşünceleri zarar verir (Türkçapar ve Sargın, 2011, s.9). Yani kişilerin olayları yorumlama biçimleri ve onlara yükledikleri anlamlar duygusal durumlarını ve davranışsal tepkilerini belirler. Düşüncenin insanların duygu ve davranışları üzerindeki etkisinin fark edilmesi çok daha eskilere dayanmasına rağmen kuramsal açıdan davranışçı, psikoanalitik ve hümanistik yaklaşım arasında dördüncü bir güç olarak psikoloji sahnesinde yerini alması 1960’lı yılların sonunu bulmuştur (Türk ve Hamamcı, 2016, s.1522).

New York’ta çalışmalarını sürdüren psikodinamik yaklaşım kökenli başarılı bir terapist olan Albert Ellis, danışanlarının psikodinamik yaklaşımla iç görüş kazandığını ancak çok azının tamamıyla iyileştiğini ve psikodinamik yaklaşımın danışanların bilişlerini dikkate almadığını fark etmiştir. Terapinin odak noktasının danışanın bilişleri ve inançları olması gerektiğinden hareketle akılcı duygusal davranış terapisinin temellerini atmıştır (Corey, 2008, Murdock, 2014). Bu sayede bilişsel terapiler ilk kez doğmuştur (Türkçapar ve Sargın, 2011, s. 11).

Aaron T. Beck 1950’li yılların sonlarına doğru psikanaliz eğitimi aldığı sırada rüyalarla ilgili çalışmalar yapmaya başlamıştır (Corey, 2008, s.296). O yıllarda psikoloji dünyasında hakim olan görüşün davranışçılık olmasından etkilenmiştir. Yaptığı araştırmalar sonucunda edindiği bulgular ve gündelik yaşamda danışanlarından edindiği deneyimler onun psikodinamik yaklaşımdan soğumasına deneysel bilimi tercih etmesine, bu durum da bilişsel terapinin Ellis’ten sonra ikinci kez doğmasını sağlamıştır. Beck, düşüncenin duygu ve davranış üzerindeki etkilerini

gördükçe danışanların yaşadığı duyguların psikanalitik kavramlardan çok daha kolay açıklanabildiği kanısına varmıştır (Türkçapar ve Sargın, 2011, s. 12-13).

Temelleri Ellis ve Beck tarafından atılan ve daha çok bu iki kuramcının adıyla anılan bilişsel terapi 1970-1980 yılları arasında gerek yaygınlık gerekse etkileri açısından psikoterapi alanında bilişsel bir devrim (Türkçapar ve Sargın, 2011, s.9) başlatmıştır. Yine bu yıllarda birçok kuramcı bilişsel terapiye katkı sağlayarak daha da gelişmesini sağlamıştır. Bu gelişimin ardından 1980’li yıllarda bilişsel ve davranışçı yaklaşımın bütünleşmesinden bilişsel davranışçı terapi ortaya çıkmıştır. Bilişsel davranışçı terapi psikoterapi alanındaki en başarılı eklektik yaklaşımlardan biridir (Türkçapar ve Sargın, 2011, s. 13).

2.14.2. Bilişsel Davranışçı Terapinin Kuramsal Çerçevesi ve Temel Sayıltıları

Bilişsel davranışçı terapi “kısa süreli, şimdiki zamana odaklı, mevcut sorunları çözmeye ve işlevsiz davranış-düşünceyi değiştirmeye yönelik bir psikoterapi yöntemidir” (Beck, 2015, s.2). Bilişsel davranışçı terapi, davranışçı ve bilişsel modellerin birleşimidir (Özsoy, 2015). Bilişsel davranışçı terapilerin içinde bir çok terapi çeşidi vardır ancak temelde Albert Ellis tarafından geliştirilen “Akılcı Duygusal Davranış Terapisi” ve Aaron T. Beck tarafından geliştirilen “Bilişsel Terapi”ye dayanmaktadır (Murdock, 2014). Bu yaklaşımlara göre kişiye asıl zarar veren şey Ellis’in modelinde akılcı olmayan inançlar (*irrational beliefs*), Beck’in modelinde bilişsel çarpıtmalar (*cognitive distortions*) olarak nitelendirilen yanlış düşünme biçimleridir (Türküm, 2003, s. 41). Bilişsel davranışçı terapi çeşitli problemlere yol açan bu yanlış düşünme biçimlerini değiştirmek için çalışır. Bir kişinin kendi düşünce biçiminin iç konuşmalarında kullandığı cümlelerinin yeniden düzenlenmesini ve bu düzenlemenin bireyin davranışlarında değişiklik yaratacağı varsayımına dayanır (Corey, 2008, s. 297). Dobson ve Dozois (2010)’e göre benzer şekilde bilişsel davranışçı terapiler üç temel sayılıya dayanmaktadır. Bu temel sayılılar (a) bilişlerin davranışı etkilediği (b) bilişsel süreçlerin kontrol edilebilir ve değiştirilebilir olduğu ve (c) hedeflenen davranış değişikliklerinin bilişlerin değiştirilmesi ile sağlanabileceğidir (s. 4).

Bilişsel davranışçı terapide odak noktası danışanın duygularını açıklamasıyla birlikte düşünce ve davranışları ile çalışılmasıdır. Terapinin eğitsel bir yönü vardır (Corey, 2008, s. 299; Köroğlu, 2005, s.15). Terapi sürecinde danışanın ödevlerini

yapması, rasyonel düşünme stratejilerini öğrenmesi, terapide öğrenilen becerilerin günlük yaşamda danışan tarafından uygulanması beklenir. Hem bilişsel hem davranışçı teknikler kullanılarak değişim sağlanmaya çalışılır. Danışan-danışman işbirliği oldukça önemlidir, şimdi ve burada odaklıdır. (Corey, 2008, s. 297-299).

2.14.3. Bilişsel Davranışçı Terapinin Etkililiği

Leahy'e (2002) göre son yıllarda bilişsel davranışçı terapilere çok sıklıkla başvurulmasının nedenleri (a) etkili sonuçlar vermesi, (b) belirli problemlerin etkili odaklı ve pratik tedavisini içermesi ve (c) faydalı bir terapi yöntemi olmasıdır (s. 419). Üstelik bilişsel davranışçı terapi kullanılarak çeşitli konularda (örn., öfke, zorbalık, saldırganlık ve şiddet) hazırlanan önleme ve müdahale programlarının sayısı da artmaktadır (Çekiç, 2009; Gökkaya, 2015; Tekinsav-Sütcü, 2006). Yapılan araştırmalar incelendiğinde bilişsel davranışçı müdahalelerin etkili olduğu raporlanmıştır (Butler, Chapman, Forman, ve Beck, 2006; Hoogsteder vd., 2015; Özabacı, 2011; Sukhodolsky vd., 2004; Türk ve Hamamcı, 2016).

Bilişsel davranışçı terapiler ilk başlarda yetişkin odaklı bir yaklaşım olsa da son zamanlarda çocuklarda ve ergenlerde birçok problemin tedavisinde de kullanılmaktadır (Varlık-Özsoy, 2015; Türkçapar, Sungur ve Akdemir, 1995, s. 94-95). Bilişsel-davranışçı terapi çocuklarda ve ergenlerde görülen saldırganlık, öfke ve uyumsuz davranışlara yönelik müdahale ya da önleme programlarında sıkça kullanılan bir modeldir. Bilişsel davranışçı yaklaşıma göre saldırganlığın oluşmasında bilişlerin rolü vardır (Türk ve Hamamcı, 2016). Okul çağındaki çocuklarda saldırganlığı azaltmaya yönelik bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan programların etkili olduğu bulunmuştur (Donat-Bacıoğlu, 2014).

Durlak vd. (1991), saldırganlığı azaltmaya yönelik 12 bilişsel-davranışçı tedavi çalışmasının meta-analizinde, ortalama etki büyüklüğünü .64 olarak hesaplamışlardır. Bu çalışmaların etki düzeyinin büyük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Robinson vd. (1999), saldırganlığı azaltmaya yönelik bilişsel-davranışçı okul merkezli çalışmaların etkililiğini araştırdıkları meta-analiz araştırmasında 12 çalışmayı incelemişlerdir. İnceleme sonucunda, ortalama etki büyüklüklerinin .25 ve .67 arasında değiştiğini, saldırganlığı azaltmaya yönelik bilişsel davranışçı müdahalelerin küçük ve orta etkili olduğunu saptamışlardır. Ayrıca 3 yıl ile 1 ay arasında değişen izleme ölçümlerine göre son test ve izleme testi

puanları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yani bu çalışmaların etkililiğinin kalıcı olduğu sonucuna varmışlardır. Sukhodolsky vd. (2004), çocuklarda görülen öfkeyi azaltmaya yönelik 40 bilişsel-davranışçı terapi yönelimli çalışmayı inceledikleri meta analizde, farklı değişkenler için ortalama etki büyüklüğü .67 olarak hesaplamışlardır. Bu çalışmaların etki düzeyinin büyük olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

2.14.4. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım ile Zorbalığı Önleme

Zorbalığın nedenleri ve zorbalığın neden olduğu duygusal problemleri ele almada en etkili yöntemlerden birinin bilişsel davranışçı terapi olduğu düşünülmektedir. Çünkü bilişsel davranışçı terapi, bireylerin zorbalıkla ilgili duygu ve düşüncelerini daha iyi anlamalarını sağlar ve zorbalıkla ilgili düşüncelerin, bireylerin duygularını ve zorbalık davranışlarını nasıl etkilediğini gösterir. Zorbalıkla ilgili düşüncelerin zorbalık davranışına neden olduğu varsayımdan hareketle, bu düşüncelerin değiştirilmesiyle zorbalık davranışının yaygınlığının azalacağı varsayılmaktadır. Nitekim bilişsel davranışçı yaklaşımın hem düşünceleri hem de davranış örüntülerini değiştirmedeki etkisi daha önceki araştırmalarda kanıtlanmıştır (Büller, 2012). Donnellan (2006), zorbalık davranışını yönetmenin bir yolunun, bireyin mevcut durum hakkındaki bakış açısını değiştirmek olduğunu savunmaktadır.

Zorbalığa maruz kalan gençler, zorbalıkla ilgili çarpık bilişlerin veya yıkıcı davranışların farkında değildir. Bireysel davranışçı terapi ise bu çarpık bilişlerin ve uyumsuz başa çıkma mekanizmalarının daha işlevsel olanlarıyla değiştirilmesine yardımcı olur. Örneğin, zorbalığa uğrayan bireyin kendi ile ilgili olumsuz düşünceleri ve olumsuz içsel konuşmaları artar, kendine güveni azalır. Bilişsel davranışçı terapi ise bu yıkıcı düşünce kalıplarını değiştirmeye yardımcı olarak, bilişsel çarpıtmaları ortadan kaldırmayı hedefler. Bilişsel davranışçı terapi, bu sayede mağdurun kendine olan güveninin yeniden gelmesini ve düşüncelerini kontrol etmesini sağlayacaktır. Ayrıca mağdura bu durumla başa çıkabilmesi için yeni davranışların öğretilmesine olanak sağlayacaktır. Yine aynı şekilde bilişsel davranışçı terapi zorbalık yapan bir bireyin bu davranışa neden olan bilişlerini değiştirmek için etkili sonuçlar verecektir. Bazı bireyler karşılaştıkları güçlükleri zorbalık yoluyla çözmeye çalışmaktadır. Bilişsel davranışçı terapinin problem çözme ve beceri programları bu duruma katkı sağlayacaktır. Tüm bu noktalardan hareketle

akran zorbalığını önlemede etkili bulunan bilişsel davranışçı yaklaşımın (Abdulkader, 2017; Berry ve Hunt, 2009; Büller, 2012; Gökkaya, 2015; Krumbholz vd., 2018; Seçer, 2014) onunla aynı mekanizmayla işleyen siber zorbalığı önlemede de etkili olacağı düşünülmektedir (Tanrıkulu, 2017).

Bu çalışmanın kuramsal temelini bilişsel davranışçı yaklaşım oluşturmaktadır. Bu çalışmada (a) zorbalıkla ilgili düşüncelerin duyguları ve davranışları etkilediği, (b) zorbalıkla ilgili bilişlerin değiştirilebileceği ve (c) hedeflenen davranış değişikliğinin zorbalıkla ilgili bilişlerin değişmesini sağlayacağı varsayımlarından hareket edilerek, siber zorbalığı önleme programında yer verilmesi gereken temel konuların bilişsel davranışçı yaklaşımla ele alınmıştır. Bilişsel davranışçı terapisinin eğitsel yönü dikkate alınarak düşünce ve davranış odaklı çalışılmıştır. Program süresince katılımcıların (a) verilen ödevleri yapmasına, (b) rasyonel başa çıkma stratejilerinin öğretilmesine, (c) öğrenilen becerileri günlük yaşamda uygulanmasına, (d) bilişsel ve davranışçı tekniklerin bir arada kullanılmasına, (e) şimdi ve burada odaklı olunmasına ve (f) uygulayıcı ile katılımcılar arasında işbirliğine önem verilmiştir.

2.14.5. Bilişsel Davranışçı Temelli Zorbalık Önleme Programları

Yurtiçinde geliştirilen akran zorbalığı önleme programları incelendiğinde bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan programlar dikkat çekmektedir (örn., Seçer, 2014; Gökkaya, 2015). Bütünüyle bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanmamasına rağmen birçok zorbalığı önleme programında bilişsel davranışçı yaklaşımın izlerini görmek mümkündür. Zorbalık önleme ve müdahale programlarında zorbaların bilişlerini değiştirmeye yönelik teknikler (Olweus, 2004), problem çözme eğitimi, sosyal beceri eğitimi (Newman-Carlson ve Horne, 2004), rol oynama (Dölek, 2002), otomatik düşüncelerin yerine olumlu düşünceler koyabilme (Sargın ve Çetinkaya, 2010), düşünce-duygu-davranış etkileşimini anlayabilme (Karataş, 2011), bilişsel tartışma, duygu eğitimi (Şahin, 2007), beceri kazandırma (Seçer, 2014), bilişsel yeniden yapılandırma (Gökkaya, 2015), öfke yönetimi ve çatışma çözme (Kutlu, 2005) gibi bilişsel davranışçı teknik ve öğeler kullanılmıştır.

Türkiye’de bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan siber zorbalık önleme programı yoktur. Ancak bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan akran zorbalığını önleme programı vardır. Aşağıda Türkiye’de bilişsel davranışçı yaklaşımla

geliştirilen programlara ilişkin genel bilgilere yer verilmiştir. Seçer (2014) tarafından geliştirilen akran zorbalığı önleme grupla psikolojik danışma programı bilişsel davranışçı yaklaşıma dayanmaktadır. Her biri 75 dakika süren 11 oturumdan oluşmaktadır. İlköğretim 7 ve 8. Sınıf öğrencileri üzerinde test edilmiştir. Grup oturumlarında üyelerin hangi davranışın zorbalık olduğunu fark etmelerini, mağdur zorba gibi rolleri tanımalarını sağlamak, zorbalıkla başa çıkma stratejilerini belirlemek, işlevsel olan ya da işlevsiz olan başa çıkma stratejilerinin neler olduğunu fark ettirmek, işlevsiz olan başa çıkma davranışlarının işlevsel olanlarla değiştirilmesini sağlamak, yardım ve sosyal destek arama davranışını kazandırmak ele alınmıştır. Deney grubunda yer alan katılımcıların etkisiz başa çıkma stratejileri olan stratejilerine ilişkin puanları kontrol grubunda yer alan katılımcılara göre anlamlı düzeyde azalmış, deney grubunda yer alan katılımcıların etkili başa çıkma stratejileri stratejilerine ilişkin puanları kontrol grubunda yer alan katılımcılara göre anlamlı düzeyde artmıştır. Araştırma sonuçlarına göre bilişsel davranışçı grupla psikolojik danışma uygulamasının zorbalığa uğrayan bireylerin mağduriyet algılarını ve başa çıkma stratejilerini değiştirmede etkili olduğu bulunmuştur.

Gökkaya (2015) tarafından bilişsel davranışçı yaklaşımla geliştirilen programın amacı, ilköğretim öğrencilerinin zorbalık eğilimlerini azaltmaktır. Program 5 ve 6. Sınıf öğrencileri üzerinde test edilmiştir. Uygulanan ölçeklerden alınan puanlara göre seçilen 54’den 20’si deney, 16’sı plasebo, 18’i kontrol grubuna atanmıştır. Katılımcılara her bir oturum yaklaşık 120 dakika süren psikoeğitim programı 13 hafta boyunca uygulanmıştır. İlk oturum katılımcılarla grubun amaçlarının paylaşıldığı, kuralların belirlendiği yapılandırma amacıyla hazırlanmıştır. İkinci ve üçüncü oturumlarda katılımcılara zorbalık konusunda farkındalık yaratmak için bilgi verilmiştir. Zorbalığın uzun ve kısa vadeli sonuçları tartışılmıştır. Dördüncü ve beşinci oturumda katılımcılara duygu eğitimi verilmiştir. Duyguları tanıma, zorbalık karşısında hangi duyguların yaşanacağı, aynı olay karşısında bireylerin farklı duygular yaşayabileceği üzerinde durulmuştur. Altı ile onuncu oturumlar arasında bilişsel yeniden yapılandırma ele alınmıştır. Düşünce-duygu-davranış arasında bağlantı kurma, zorbalıkla davranış ile ilgili düşünceleri tanıyabilme ve bu davranışlara neden olan düşüncelerin yerine yeni düşünceler koyabilme üzerinde çalışılmıştır. On birinci oturumda zorbalık davranışlarının yerine yeni davranışlar koymak amacıyla kendine yönerge verme ve rol oynama tekniği

uygulanmıştır. On ikinci ve on üçüncü oturumlarda ise uygulanan terapi teknikleri gözden geçirilerek, sonlandırılarak program sonlandırılmıştır. Programın, zorbalığa ilişkin düşünceleri değiştirmede ve zorbalık davranışlarını azaltmada etkili olduğu raporlanmıştır.

Diğer yandan uluslararası literatürde bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanmış ve etkililiği ispatlanmış bazı programlar bulunmaktadır. Iswanti, Mendrofa, ve Lestari (2017) yaptıkları çalışma Endonezya'daki 5 ve 6. sınıfa devam eden çocuklar üzerinde test edilmiştir. Zorbalığa yönelik bilişsel, duygusal ve davranışsal değişim sağlamak amacıyla uygulanan bilişsel davranışçı yaklaşımın etkililiğini analiz etmeyi amaçlamıştır. Deney ve kontrol gruplarına atanan 52 katılımcıyla yürütülen çalışmada bilişsel davranışçı yaklaşımın çocukların zorbalık davranışını azaltmada etkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Eweniyi, Adeoye, Ayodele, ve Raheem (2013) tarafından geliştirilen zorbalık önleme programı Nijerya'da ortaokul öğrencileri üzerinde denenmiştir. Programın amacı durum yönetimi (contingency management) ve kendine bilişsel yönerge vermenin (cognitive self-instruction) zorbalık davranışı üzerindeki etkisini incelemektir. İki deney ve bir kontrol grubuyla yürütülen araştırmada her bir grupta 40 katılımcı yer almıştır. Deney grupları altı hafta boyunca birer saatlik eğitim almışlardır. Bu bir saatlik eğitimin 30 dakikası o haftanın konusu, 15 dakikası bir önceki haftanın tartışılması, 15 dakikası ise özetleme ve bir sonraki hafta için ödevlendirme şeklinde planlanmıştır. Kendine bilişsel yönerge verme eğitimi alan gruba; davranışlar üzerinde etkili olan zorbalıkla ilgili olumsuz cümleleri “zorbalığın üstesinden gelmeliyim”, “zorbalık yapmadan önce iki kez düşünmeliyim” gibi olumlu ifadelerle değiştirme konularında eğitim verilmiştir. Durum yönetimi eğitimi alan grupta ise, olumlu davranışlara pekiştireçler verilmiştir. Plasebo kontrol grubuna ise zorbalık konusundan farklı olarak zaman yönetimi, not tutma yöntemleri gibi konularda eğitim verilmiştir. Kendine bilişsel yönerge verme eğitimi ve durum yönetimi eğitiminin zorbalık davranışına önemli bir etkisi olduğunu ortaya çıkarmıştır. Kendine bilişsel yönerge verme eğitimi, durum yönetimi eğitiminden daha etkili bulunmuştur.

Büller (2012) bilişsel davranışçı terapi ile zorbalığa yönelik açık ve örtük tutumları değiştirmek amacıyla 6. Sınıf öğrencileriyle çalışmıştır. Hem deney hem de

kontrol grubuna bilgisayarda zorbalık içeren ve içermeyen resimlerin ve olumlu-olumsuz sözcüklerin eşleştirilmelerinin istendiği bir dizi test uygulanmıştır. Bu oturumdan sonra deney grubuna alınan katılımcılara ilk bilişsel davranışçı oturum yapılmıştır. Yaklaşık yedişer dakika süren bir kız ve bir erkek öğrencinin bakış açısıyla zorbalığın anlatıldığı iki kısa film katılımcılarla paylaşılmış ve katılımcıların küçük gruplara ayrılarak araştırmacı tarafından verilen zorbalıkla ilgili 4 açık uçlu soru üzerinde çalışmaları istenmiştir. İkinci bilişsel davranışçı oturumda ise katılımcıların yine gruplara ayrılarak bilişsel davranışçı yaklaşımın süreçlerini temel alan soruların bulunduğu istasyon diye adlandırılan 5 farklı öğrenme noktasında çalışmaları sağlanmıştır. Bu istasyonlarda zorbalığa alternatif davranışların neler olduğu, zorbalığa uğradığında yapılacaklarla ilgili sorular yer almaktadır. Bilgisayarla yapılan eşleştirme testi tekrar edilerek araştırma sonlanmıştır. Araştırmacı kızların zorbalığa yönelik örtük tutumlarının bilişsel davranışçı yaklaşımla değiştiğini raporlamıştır.

Abdelkader (2017) öğrenme güçlüğü olan öğrencilerde bilişsel davranışçı yaklaşımla akran zorbalığını azaltmayı hedeflediği çalışmada yedi, sekiz ve dokuzuncu sınıfa giden katılımcılarla çalışmıştır. Deney grubunda 21, kontrol grubunda ise 19 katılımcı yer almıştır. Deney grubuna her biri 40 dakika süren 17 oturumluk bilişsel davranışçı akran zorbalığı önleme program uygulamıştır. Oturumlarda akran zorbalığı ile ilgili bilgilendirme yapılmış, bilişsel yeniden yapılandırma, zorbalıkla başa çıkma, problem çözme, sosyal beceri geliştirme, davranış kontrolü gibi konular ele alınmıştır. Kontrol grubuna ise herhangi bir işlem uygulamamıştır. Bilişsel davranışçı yaklaşımın öğrenme güçlüğü olan bireylerin zorbalık davranışını azalttığını raporlamıştır.

Berry ve Hunt (2009) sınıf düzeyleri yedi ile on arasında değişen erkek ergenlerle yaptıkları çalışmada, zorbalığa uğrayan kaygı düzeyi yüksek katılımcıların bilişsel davranışçı müdahale ile zorbalık davranışını azaltmayı hedeflemişlerdir. Program her biri bir saat süren sekiz oturumdan oluşmaktadır. Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı kaygı yönetimi, zorbalıkla başa çıkma stratejileri, zorbalıkla bilgilendirme, sosyal beceri eğitimi ve benlik saygısı geliştirme etkinliklerini içermektedir. Ayrıca ebeveynlere yönelik oturumlar da bulunmaktadır. Rol oynama, grup tartışmaları, ödev verme gibi yöntemler kullanılmıştır. Programda öğrenilen

davranışların günlük yaşamda uygulanmasına özen gösterilmiştir. Deney grubunda 22, kontrol grubunda ise 24 katılımcı yer almaktadır. Araştırma sonuçlarına göre bilişsel davranışçı müdahale, ergenlerin zorbalık deneyimlerini, kaygılarını, depresyonlarını ve zorbalığa maruz kaldıklarında verdikleri üzülmeye-ağlama gibi tepkileri azaltmada önemli ölçüde etkili bulunmuştur.

Daha önceki bölümlerde detaylı olarak bahsedilen ve siber zorbalığı önlemede etkili bulunan “*The Media Heroes*” sosyal öğrenme ve bilişsel davranışçı terapiye dayanmaktadır (Krumbholz vd., 2018). Programda zorbalığın altında yatan düşüncelere odaklanılmakta, zorbalığa alternatif davranışlar geliştirmek için rol oynama, tartışma gibi bilişsel davranışçı yöntemler kullanılmakta, sosyal becerileri artırmak hedeflenmekte, empatinin bilişsel ve duyuşsal boyutuna yönelik etkinlikler yer almaktadır. Bunların dışında “*Bully-Busters*” isimli akran zorbalığını önleme programı da bilişsel davranışçı terapinin tekniklerini içinde barındırmaktadır. Program öğretmenlere yönelik olarak tasarlanmıştır, uygulayıcı el kitabı bulunmaktadır. İçeriğinde her biri farklı konular içeren yedi modül yer almaktadır (Newman-Carlson ve Horne, 2004). Öğrencilerin zorbalıkla ilgili düşüncelerini olumlu alternatiflerle değiştirme, zorbalıkla başa çıkma stratejisi geliştirme, öfke yönetimi, duygu eğitimi, empati eğitimi, bilişsel eğitim, sosyal beceri eğitimi, problem çözme beceri eğitimi, çatışma çözme eğitimi gibi bilişsel davranışçı terapiye ait unsurlar yer almaktadır (Newman-Carlson ve Horne, 2004).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma deseni, çalışma grubu, veri toplama araçları, bu araçlara ilişkin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, verilerin analizi, bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programına ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Nicel Yöntem

Bu araştırmanın ilk bölümünde bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının etkisi incelenmiştir. Bu programın etkisini incelemek için ön-test, son-test, kontrol gruplu yarı-deneysel desen kullanılmıştır. Ön-test-son-test kontrol gruplu yarı-deneysel desen, seçkisiz atamayı içermeyen (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz, ve Demirel, 2015) bilimsel değer bakımından gerçek deneysel desenden sonra gelen araştırma desendir (Karasar, 2013). Katılımcılara Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri (Topçu ve Erdur-Baker, 2010), Çocuklar İçin Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği (Gökkaya ve Sütcü, 2014), Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği (Çalık, Özbay, Kurt, Özer ve Kandemir, 2007) ve kişisel bilgi formunun yer aldığı bir anket uygulanarak ön-test verileri toplanmıştır. Daha sonra 10 oturumdan oluşan “Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programı” sadece deney grubuna uygulanmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir işlem yapılmamıştır. Çalışmanın nicel bölümünün bağımsız değişkeni bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programıdır. Bağımlı değişkenleri ise siber zorbalık yapma, siber mağduriyet, akran zorbalığı yapma ve akran zorbalığına maruz kalma düzeyleridir. Program uygulandıktan sonra deney ve kontrol grubuna aynı ölçekler tekrar uygulanarak son test verileri toplanmıştır.

3.1. 1. Araştırma Deseni

Bu araştırmada, nitel ve nicel verilerin toplandığı iki veri setini bütünleştirilerek sonuçların çıkarıldığı araştırma yaklaşımı olan karma yöntem kullanılmıştır (Creswell, 2017, s.2). Eğitim alanında en sık kullanılan karma yöntem araştırmalarından biri açıklayıcı karma yöntemdir (Fırat, Kabakçı, Yurdakul, Ersoy, 2014). Açıklayıcı karma yöntemin en temel özelliği nicel verilerin toplanmasının ardından nitel verilerin toplanarak analiz edilmesidir. Nitel veriler istatistiksel sonuçların daha derinlemesine yorumlanmasına olanak sağlar (Creswell ve Plano Clark, 2006, s.85-87). Açıklayıcı karma yöntemle yapılan bu araştırma iki bölümden oluşmaktadır. Çalışmanın ilk bölümünde uygulanan siber zorbalık önleme programının etkisi, ikinci bölümde ise bu araştırmada uygulanan siber zorbalık önleme programı hakkındaki katılımcı görüşleri incelenmiştir.

Tablo 2. Nicel Araştırma Deseni

Gruplar	Ön-test	İşlem	Son-test
Deney	OYZÖ	Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programı	OYZÖ
	YSZE		YSZE
	ÇİZİBÖ		ÇİZİBÖ
Kontrol	OYZÖ	-----	OYZÖ
	YSZE		YSZE
	ÇİZİBÖ		ÇİZİBÖ

OYZÖ: Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği

YSZE: Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri

ÇİZİBÖ: Çocuklar için Zorbalıkla ilgili Bilişler Ölçeği

3.1.2. Araştırma Grubu

Aşağıda araştırmanın nicel kısmına katılan katılımcıların demografik bilgileri aşağıda verilmiştir.

Tablo 3. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların cinsiyetlerine ait betimsel istatistik tabloları

Cinsiyet	Deney		Kontrol		Toplam	
	N	%	N	%	N	%
Kız	43	55.1	41	51.3	84	53.2
Erkek	35	44.9	39	48.8	74	46.8
Toplam	78	100.0	80	100.0	158	100.0

Tablo 3 incelendiğinde kontrol grubunda 21 kız 39 erkek olmak üzere 80, deney grubunda ise 43 kız 35 erkek olmak üzere 78 katılımcı yer aldığı görülmektedir. Araştırmaya katılan 158 katılımcının %53.2'si kız %46.8'i ise erkektir.

Tablo 4. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların yaşlarına ait betimsel istatistik tabloları

Yaş	Deney		Kontrol		Toplam	
	N	%	N	%	N	%
12	15	19.2	4	5.0	19	12.0
13	62	79.5	71	88.8	133	84.2
14	1	1.3	5	6.2	6	3.8
Toplam	78	100.0	80	100.0	158	100.00

Tablo 4 incelendiğinde kontrol grubundaki katılımcıların 4'ü (%5) 12, 71'i (%88.8) 13, 5'i (%6.2) 14 yaşındadır. Deney grubundaki katılımcıların 15'i (%19.2) 12, 62'si (%79.5) 13, 1'i (%1.3) ise 14 yaşındadır. Araştırmaya katılan 158 katılımcının 19'u (%12.0) 12, 133'ü (%84.2) 13 ve 6'sı (%3.8) 14 yaşındadır.

Tablo 5. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların anne eğitim düzeylerine ait betimsel istatistik tabloları

	Deney		Kontrol		Toplam	
Anne Eğitim Düzeyi	N	%	N	%	N	%
Okur-yazar değil	2	2.6	-	-	2	1.3
Okur-yazar	1	1.3	-	-	1	0.6
İlkokul	24	30.8	20	25.0	44	27.8
Ortaokul	12	15.4	15	18.8	27	17.1
Lise	26	33.3	21	26.3	47	29.7
Üniversite	10	12.8	20	25.0	30	19.0
Yüksek Lisans	3	3.8	4	5.0	7	4.4
Doktora	-	-	-	-	-	-
Toplam	78	100.0	80	100.0	158	100.0

Tablo 5 incelendiğinde kontrol grubunda yer alan öğrencilerin annelerinin 20'si (% 25) ilkokul, 15'i (% 18.8) ortaokul, 21'i (% 26.3) lise, 20'si (% 25) üniversite, 4'ü (% 5) yüksek lisans mezunudur. Deney grubunda yer alan öğrencilerin annelerinin 2'si (% 2.6) okur-yazar olmamak üzere 1'i (% 1.3) sadece okur-yazar, kalanların 24'ü (% 30.8) ilkokul, 12'si (% 15.4), 26'sı (% 33.3), 10'u (% 12.8), 3'ü (% 3.8) yüksek lisans mezunudur.

Tablo 6. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların baba eğitim düzeylerine ait betimsel istatistik tabloları

Baba Eğitim Düzeyi	Deney		Kontrol		Toplam	
	N	%	N	%	N	%
Okur-yazar değil	1	1.3	-	-	1	0.6
Okur-yazar	1	1.3	-	-	1	0.6
İlkokul	16	20.5	11	13.8	27	17.1
Ortaokul	18	23.1	12	15.0	30	19.0
Lise	18	23.1	24	30.0	42	26.6
Üniversite	19	24.4	27	33.8	46	29.1
Yüksek Lisans	4	5.1	5	6.3	9	5.7
Doktora	1	-	1	1.3	1	0.6
Toplam	78	100.0	80	98.7	157	99.4

Tablo 6 incelendiğinde kontrol grubunda yer alan öğrencilerin babalarının 11'i (% 13.8) ilkokul, 12'si (% 15) ortaokul, 24'ü (% 30) lise, 27'si (% 33.8) üniversite, 5'ü (% 6.3) yüksek lisans, 1'i (% 1.3) doktora mezunudur. Deney grubunda yer alan öğrencilerin babalarının 1'i (% 1.3) okur-yazar olmamak üzere 1'i (% 1.3) sadece okur-yazar, kalanların 16'sı (% 20.5) ilkokul, 18'i (% 23.1) ortaokul, 18'i (% 23.1) lise, 19'u (% 24.4) üniversite, 4'ü (% 5.1) yüksek lisans mezunudur.

Tablo 7. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların internete bağlanma sürelerine ait betimsel istatistik tabloları

	Deney		Kontrol		Toplam	
İnternete Bağlanma Süresi	N	%	N	%	N	%
Haftada birkaç saat	22	28.2	16	20.0	38	24.1
Günde bir saat veya birden az	23	29.5	23	28.8	46	29.1
Günde 2-3 saat	26	33.3	27	33.8	53	33.5
Günde 4-5 saat	4	5.1	10	12.5	14	8.9
Günde 6 saat ve üstü	3	3.8	4	5.0	7	4.4
Toplam	78	100.0	80	100.0	158	100.0

Tablo 7 incelendiğinde kontrol grubundaki katılımcıların 16'sı (%20) haftada birkaç saat, 23'ü (%28.8) günde bir saat veya bir saatten az, 27'si (%33.8) günde 2-3 saat, 10'u (%12.5) günde 4-5 saat, 4'ü (%5) günde 6 saat ve üstü internete bağlanmaktadır. Deney grubunun 22'si (%28.2) haftada birkaç saat, 23'ü (%29.5) günde bir saat veya birden az, 26'sı (%33.3) günde 2-3 saat, 4'ü (%5.1) günde 4-5 saat, 3'ü (%3.8) günde 6 saat ve üstü internete bağlanmaktadır.

Tablo 8. Deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıların internete bağlandıkları araçlara ait betimsel istatistik tabloları

Cihaz	Deney		Kontrol		Toplam	
	N	%	N	%	N	%
Masaüstü	27	34.6	30	37.5	57	36.1
Dizüstü	31	39.7	41	51.3	72	45.6
Akıllı telefon	59	75.6	73	91.3	132	83.5
Tablet	44	56.4	53	66.3	97	61.4
Oyun konsolu	1	1.3	5	6.3	6	3.8
Akıllı saat	1	1.3	-	-	1	0.6
Televizyon	1	1.3	3	3.8	4	2.5
Diğer cihazlar	1	1.3	1	1.3	2	1.3
Toplam	165		206		371	

Not: Katılımcılar birden fazla cihazı işaretledikleri için frekans toplamı kontrol grubu için 80'i, deney grubu için 78'i ve yüzdelik için %100'ü geçebilir.

Tablo 8 incelendiğinde kontrol grubundaki katılımcıların 30'u masaüstü, 41'i dizüstü, 73'ü akıllı telefon, 53'ü tablet 5'i oyun konsolu, 3'ü televizyon, 1'i ise diğer cihazlar (mp3) ile internete bağlanmaktadır. Deney grubundaki katılımcıların 27'si masaüstü, 31'i dizüstü, 59'u akıllı telefon, 44'ü tablet, kalan her bir kategori için 1'er katılımcı ise oyun konsolu, akıllı saat, televizyon ve diğer cihazlar (akıllı tahta) ile internete bağlanmaktadır.

3.1.3. İşlem

Bu araştırma, Gaziantep ilinin Şahinbey ilçesine bağlı birbiriyle benzer özellik gösteren iki ortaokulda 2016-2017 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören 7.

sınıf öğrencileriyle yürütülmüştür. Çalışmanın başında Gaziantep Üniversitesi Etik Kurulundan gerekli izinler alınmıştır (EK-1).

Bu araştırmada bilişsel davranışçı temelli önleme programlarının (a) 11-13 yaş aralığındaki çocuklar üzerinde daha etkili olması (Durlak, Fuhrman ve Lampman 1991), (b) alan uzmanlarının ve ilgili literatürün (Sukhodolsky vd., 2004, Donat Bacioğlu, 2014; Varlık-Özsoy, 2017) çocukların bilişsel davranışçı yaklaşımdan yararlanma düzeylerine ilişkin görüşleri nedeniyle 7. Sınıf öğrencileri üzerinde yapılmıştır.

Araştırma sonuçlarının açıklanabilirliği ve daha büyük gruplara genellenebilirliği iç geçerlik ve dış geçerlik kavramlarını ile ilgilidir (Büyüköztürk vd., 2015). “İç geçerlik, nedensel sonucun bilinen nedenlerle açıklanabilirliğidir” (Karasar, 2013, s.105). Yani araştırmada bağımlı değişkende meydana gelen değişimlerin başka bir faktör işin içerisine girmeden sadece deneysel değişkenin etkisiyle meydana gelmesidir. Araştırmalarda iç geçerliği tehdit eden faktörlerden biri de etkileşme etkisidir. Bağımlı değişken üzerinde etkisi incelenemeyen iki ya da daha fazla değişkenin kombinasyonu araştırma üzerinde daha farklı bir etkiye sebep olabilir (Büyüköztürk vd., 2015). Deneklerin gruplara yansız atanmadığı durumlarda etkileşme etkisini en aza indirmek gerekmektedir. Aksi takdirde, bu durum asıl ölçülmek istenen faktörün sağlıklı bir şekilde ölçülmesine engel olabilir. Bu araştırmada, etkileşme etkisini en aza indirmek ve deney ile kontrol grubunun birbirini etkilemesini önlemek için iki farklı okulla çalışılmıştır.

İç geçerliği tehdit eden diğer bir faktör ise deneklerin seçimidir. Deneklerin benzer geçmişe sahip olması ve uygulama öncesi farklılıklarının en aza indirilmesi iç geçerlik açısından önemlidir (Büyüköztürk vd.,2015). Bu araştırmanın ilk adımı olarak aynı bölgede yer alan, TEOG puanı, ortaöğretime yerleştirme oranları, öğrenci profili gibi özellikler açısından birbirleriyle büyük oranda benzerlik taşıyan iki okul belirlenmiştir. Ardından belirlenen bu iki okulun idarecileriyle ayrı ayrı ve yüz yüze görüşülüp idarecilere çalışma hakkında detaylı bilgiler verilmiştir. Yapılan görüşmelerin sonunda iki okulun idarecilerinin de araştırmanın kendi okullarında yürütülmesinin uygun olduğuna dair sözlü onay alınmıştır. Daha sonra Gaziantep İl Milli Eğitim Müdürlüğünden araştırma ve uygulama için gerekli yazılı izinler alınmıştır (EK-2). Yapılan başvuruda daha önce idarecilerinden onay alınan iki

okulla çalışılacağı açıkça belirtilmiştir. Okullardan biri deney, diğeri ise kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Deney grubundaki okulun 7. Sınıfları arasından deneme sınavlarına göre bir düşük, bir orta ve bir yüksek akademik başarı gösteren üç sınıf seçilmiştir. Seçilen üç grubun akademik başarı düzeyleri hakkında okul idaresinden, öğrencilerin dersine giren öğretmenlerden ve okul psikolojik danışmanından yardım alınmıştır. Araştırmacılar tarafından hazırlanan veli izin belgesi aracılığıyla araştırmaya katılım için deney grubuna seçilen öğrencilerin velilerinden izin alınmıştır (EK-3). Araştırmanın ön-test verilerini toplamak için hem deney hem de kontrol grubunun okul idaresi ile görüşülüp uygun bir zaman belirlenmiştir. Belirlenen günlerde ön-test verilerini toplamak için ilgili okullara gidilmiştir. Verilerin toplanma sürecini daha sağlıklı yürütebilmek için uygulama yapılan ders saatinin öğretmenlerinden yardım alınmıştır. Veriler sınıf ortamında toplanmıştır. Girilen her sınıfa araştırmacılar tarafından araştırmanın amacı hakkında açıklama yapılmıştır. Ankete verilecek cevapların bilimsel bir çalışmada kullanılacağı, katılımın gönüllülük esasına dayandığı ifade edilmiştir. Araştırmadan elde edilen verilerin bireysel değerlendirme için kullanılmayacağı, sadece deney ve kontrol gruplarının uygulama öncesi ve sonrası değişimlerinin inceleneceği açıklanmıştır. Bu amaç doğrultusundan öğrencilerden öğrenci numaralarını yazmaları istenmiş ve bu bilgilerin öğrencilerin izni olmadan okul idaresi, öğretmen vb. üçüncü kişilerle paylaşılmayacağı ifade edilmiştir. Bu uygulamanın bir sınav olmadığı bu sebeple dürüst cevaplar verilerek boş madde bırakılmaması gerektiği hatırlatılmıştır. Uygulama yaklaşık 25 dakika sürmüştür. Katılımcılara katkılarından dolayı teşekkür edilerek ön-test veri toplama işlemi bitirilmiştir. Deney grubuna yapılan işlemler programın uygulanma süreci bölümünde detaylı bir biçimde anlatılmıştır. Programın uygulanmasından sonra ön-test verileri toplanırken izlenen yöntemle son-test verileri toplanmıştır.

Son test verilerinde kontrol grubunda boş bırakılan madde sayısı fazla olduğu için 9 ölçek ve kaynaştırma öğrencilerine ait iki ölçek araştırma dışı bırakılmıştır. Ön-test-son-test verilerinin öğrenci numaraları ile eşleştirilme işlemi yapılmıştır. On beş ölçeğin son testi, 28 ölçeğin ise ön-testi olmadığı için 43 ölçek araştırmadan çıkarılmıştır. Çıkarılan ölçeklerin 14 tanesi kontrol grubuna, 29 tanesi ise deney grubuna aittir. Toplamda 54 ölçek araştırmaya dahil edilmemiştir. Çalışma 78 deney

grubu 80 kontrol grubu olmak üzere 158 katılımcıdan alınan ön-test ve son-test verileri üzerinden yürütülmüştür.

3.1.4. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada katılımcıların siber zorbalık ve mağduriyet düzeylerini ölçmek için “Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri”, zorbalık bilişlerini belirlemek için “Çocuklar için Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği”, akran zorbalığı düzeylerini tespit etmek için ise “Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği” kullanılmıştır. Aşağıda bu ölçeklerle ilgili detaylı bilgiler yer almaktadır.

3.1.4.1. Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri

Siber Zorbalık Envanteri ilk kez Erdur-Baker ve Kavşut (2007) tarafından geliştirilmiştir. Siber Zorbalık Envanteri, Topçu ve Erdur-Baker tarafından 2010 yılında Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri ismiyle revize edilmiştir. Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanterinde 14 madde yer almaktadır. Katılımcılar siber zorbalık deneyimlerini “*İnternette paylaşılan gizli bilgileri izin almadan yaymak*”, “*İnternette yazılan yorumlarla, bilgilerle alay etmek*”, “*Cinsiyeti farklı göstererek karşı tarafı kandırmak*” gibi maddeleri “*Bana Yapıldı*” ve “*Ben Yaptım*” sütunlarında 4’lü likert tipi derecelendirmeyi (1= *hiç* 2=*bir kez* 3= *iki-üç kez* 4= *üçten çok*) kullanarak değerlendirmektedirler. Ölçekten alınacak en düşük puan 14, en yüksek puan ise 56’dır.

Ölçeğin ilk halinin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı siber zorbalık formu için .92, siber mağduriyet formu için .80 olarak bulunmuştur (Erdur-Baker ve Kavşut, 2007). Topçu vd. (2008) ölçeğin iki farklı örneklemdaki Cronbach alfa güvenirlik katsayılarını siber zorbalık formu için .81 ve .91, siber mağduriyet formu için ise .72 ve .88 olarak bulmuştur. Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanterinin iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa yöntemiyle siber zorbalık formu için .84, siber mağduriyet formu için .69 olarak bulunmuştur.

Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri’nin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları hem siber zorbalık hem de siber mağduriyet için tek faktör yapısına sahip olduğunu göstermektedir. İç tutarlık katsayısı siber zorbalık formu için .82, siber mağduriyet

formu için ise .75 olarak rapor edilmiştir (Topçu ve Erdur-Baker, 2010). Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanterinin açıcı faktör analizi sonuçlarına göre (Topçu ve Erdur-Baker, 2010) siber zorbalık formu tek bir faktör altında toplanmıştır. Siber zorbalık formunun doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarından elde edilen sonuçlar ölçeğin tek faktörlü yapısının iyi uyum verdiğini göstermiştir (GFI =.93, AGFI =.89, CFI=.93, NFI=.89, TLI=.90 ve RMSEA = .06). Ölçeğin siber mağduriyet formu da benzer şekilde tek faktör içermektedir. Doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen uyum iyiliği indeksleri modelin kabul edilebilir uygunlukta olduğunu göstermektedir (GFI =.93, AGFI =.90, CFI=.89, NFI=.84, TLI=.86 ve RMSEA= .06). Siber zorbalık envanterinin ölçüt-bağıntılı geçerliği için yapılan çalışma sonuçlarına göre siber zorbalık yapma ve geleneksel zorbalık yapma formu arasında anlamlı ve olumlu bir ilişki bulunmuştur ($\phi = .45$, $p < .001$). Aynı şekilde siber mağduriyet ve geleneksel mağduriyet formu arasında da anlamlı ve olumlu bir ilişki bulunmuştur ($\phi = .36$, $p < .001$).

Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri'nin problemleri yanı sıra Facebook, Messenger, sohbet odası gibi spesifik teknoloji isimlerini içermesidir (Topçu, 2014). Teknolojinin hızla değişmesiyle bazı uygulamaların kullanımı azalarak yerini yenileri almıştır. Bu sebeple ölçeği uygularken katılımcılardan spesifik teknoloji isimleri yerine kullandıkları daha genel (tüm internet uygulamalarını) düşünmeleri istenmiştir.

3.1.4.2. Çocuklar için Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği

Gökkaya ve Sütcü (2014) tarafından geliştirilen ölçek 22 maddeden oluşmaktadır. Çocuklarda zorbalıkla ilgili bilişsel özellikleri değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir (Gökkaya, 2015). “Zorbalık çocuklar için normal bir durumdur”, “Bazı çocuklar hak ettikleri için zorbalığa uğrarlar”, “Bir çocuk eğer benim arkadaşım ise her istediğimi yapmalıdır” gibi maddeler “Tamamen doğru”, “oldukça doğru”, “biraz doğru”, “hiç doğru değil” ifadeleri aracılığıyla 4'lülükte tipinde derecelendirilmektedir.

Geçerlik ve güvenirlik çalışması yaşları 11 ile 15 arasında değişen ortaokul öğrencileriyle yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .91 olarak bulunmuştur.

Güvenirlilik belirleme yöntemlerinden test-tekrar-test yöntemi sonucunda güvenirlik katsayısı .79 olarak raporlanmıştır. Yapılan faktör analizi sonuçlarına göre varyansın %48.73'ünü açıklayan üç faktör ortaya çıkmıştır. Ancak faktörlerin birbirinden yük alması sebebiyle araştırmacı tarafından alt boyutlar şeklinde değil toplam puanla değerlendirilmesine karar verilmiştir. Ölçeğin Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Çocuk Formu ve Zorbalık Davranış Eğilimi Ölçeği ile birleşen (benzer) ölçek geçerliğine bakılmıştır. Yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu sonucunda Çocuklar için Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği ile Akran Zorbalığı Çocuk Formu arasında $r=0.40$ düzeyinde, Zorbalık Davranış Eğilimi Ölçeği ile $r=0.52$ düzeyinde anlamlı ilişkiye rastlanmıştır (Gökkaya ve Sütçü, 2015).

3.1.4.3. Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği

Seçim Teorisi Temelli Güvenli Okul İklimi Oluşturma Projesi kapsamında Çalık, Özbay, Kurt, Özer ve Kandemir (2007) tarafından geliştirilen Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği 34 maddeden oluşmaktadır. Çocukların zorbalık yapma yapmadıklarını ve zorbalığa maruz kalıp kalmadıklarını ölçmektedir. “*Öğrencilerin bazıları görünüşümle alay ederler*”, “*Arkadaşların kaba, incitici, üzücü laflar ettiğini duyarım*”, “*Sevmediğim öğrencilerin gruptan dışlanması için uğraşırım*” gibi maddeler “*Hiçbir zaman*”, “*arasıra*”, “*kararsızım*”, “*çoğunlukla*” ve “*her zaman*” seçenekleri ile 5’li likert tipinde derecelendirilmektedir.

Ölçeğe ilişkin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları 295 katılımcıdan oluşan ortaokul öğrencileri ile yapılmıştır. Yapı geçerliği için yapılan faktör analizi sonuçlarına göre ölçeğin yapısı iki faktörden oluşmaktadır. Bu faktörler 1-18. maddeleri zorbalık yapma, 19-32. maddeler ise zorbalığa maruz kalma olarak adlandırılmıştır. Ölçekte açıklanan toplam varyans % 37.25 olarak raporlanmıştır. Ölçeğin zorbalık yapma boyutunda yer alan 18 maddenin toplam faktör yükleri .43 ile .76 arasında değişmektedir. Yine bu boyuttaki maddelere ait düzeltilmiş madde toplam korelasyonları .40 ile .70 arasında değişmektedir. Zorbalık yapma boyutuna ait Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin zorbalığa maruz kalma boyutunda yer alan 14 maddeye ait faktör yükleri .41 ile .75 arasında değişmektedir. Bu boyuttaki maddelere ait düzeltilmiş madde toplam korelasyonları .41 ile .68 arasında değişmektedir. Zorbalığa maruz kalma boyutuna ait Cronbach

Alfa iç tutarlık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada “*Hayatta çok başarılı olacağıma inanıyorum*”, “*Ailemle birlikte olmak hoşuma gider*”, “*Kendi başıma bir yerlere gezmeye gidebilirim*” gibi maddeler zorbalıkla ilgili olmadığı için kullanılmamış, zorbalık yapma ve zorbalığa maruz kalmayla ilgili olan ilk 14 madde kullanılmıştır.

3.1.4.4. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından katılımcılara ait yaş, cinsiyet, ailenin aylık geliri, anne-baba eğitim durumu gibi demografik bilgileri belirlemek amacıyla oluşturulmuştur. Ayrıca bu formda internete bağlanma süresi ve bağlanılan cihazların neler olduğunu belirlemeye yönelik iki soru yer almaktadır. Katılımcıların daha özgür yanıtlar verebilmesi için kişisel bilgi formuna ya da uygulanan ölçeklere kesinlikle isim yazılması istenmemiştir. Ön-test-son-test verilerini eşleştirmek amacıyla okul numarası yazılması istenmiştir.

3.1.5. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programı

Araştırmacı tarafından geliştirilen “Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programı” 10 oturumdan oluşmaktadır. Programın amacı, giderek yaygınlaşan ve ciddi bir problem haline gelen siber zorbalığın ortaya çıkmadan önlenmesini sağlamaktır. Program hem siber zorbalığı hem de siber mağdur olmayı önlemeye yönelik olarak hazırlanmıştır. Her bir oturum 40 dakika (bir ders saati) sürmektedir. Oturum araları teneffüs saatine denk getirilmiştir. Oturum planının dışında uygulayıcının işini kolaylaştırmak amacıyla her oturum için sunumlar kullanılmıştır.

Bilişsel Davranışçı Siber Zorbalık Önleme Programı’nın geliştirilme aşaması 8 ay sürmüştür. Program hazırlanmadan önce ilgili alanyazın incelenerek önleme ve müdahale programları gözden geçirilmiştir. Yapılan çalışmalar sonucunda program oluşturulmuştur. Programa ilişkin zorbalık ve bilişsel davranışçı terapi alanında uzman iki farklı akademisyen görüşleri alınarak programa son hali verilmiştir. Oturumlarda işlenecek kazanımlar bilişsel davranışçı yaklaşımla ele alınmıştır.

3.1.5.1. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programında Yer Alan Beş Temel Konu

Bu araştırmada kullanılan bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programını geliştirirken alanyazında bulunan birçok önleme ve müdahale programı incelenmiştir (Garaigordobil ve Martinez-Valderrey, 2015; Gradinger vd., 2016; Nedim-Bal ve Kahraman, 2015; Ortega-Ruiz vd., 2016; Palladino vd., 2016; Peker, 2013; Schultze-Krumbholz vd., 2012; Tamer, 2014; Williford vd., 2013). İncelenen programlar sonucunda bir siber zorbalık önleme programında bulunması gereken beş temel konu belirlenmiştir. Bu beş temel konu programın içerisine entegre edilerek bilişsel davranışçı yaklaşımla temellendirilmiştir.

- 1) **Zorbalık ve türleri, siber zorbalığın etkileri, yaygınlığı, zorbalık rolleri ve siber zorbalığın nedenlerinin ele alınması:** İlk iki oturum bu amaç çerçevesinde şekillendirilmiştir. Bu konunun amacı zorbalıkla ilgili farkındalık oluşturmak, siber zorbalıkla ilgili bilgi vermektir. Zorbalığın diğer şiddet içeren davranışlardan farklarına dikkat çekilmiştir. Zorba ile mağdur arasındaki güç dengesizliğine, zorbalığın sürekliliğine vurgu yapılmıştır. Zorbalık türleri ile ilgili bilgi verilerek siber zorbalık detaylı bir şekilde açıklanmıştır. Zorba, mağdur ve tanıklık eden rolleri tanıtılmıştır. Siber zorbalığın nedenleri ve etkileri, yaygınlığı üzerinde durulmuştur.
- 2) **Siber zorbalık yapmaya ve siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik düşünceler:** Üçüncü ve dördüncü oturum bu konu çerçevesinde şekillendirilmiştir. Bu başlığın amacı katılımcılara ilk olarak bilişsel davranışçı yaklaşıma ait temel duygu-düşünce ve davranış üçgeninden faydalanarak bu üç bileşen arasındaki ilişkiyi öğretmektir. Daha sonra düşünce, duygu ve davranışın birbirini nasıl etkilediğinden yola çıkılarak siber zorbalık yapmaya yönelik düşünceler ve davranışlar, siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik düşünce ve davranışlar ele alınmıştır. Örnek olaylarda yer alan durumların katılımcılar tarafından düşünce, duygu ve davranış bileşenlerine ayrılması istenerek uygulama yapılmıştır.
- 3) **Siber zorbalığı önlemek için çevrimiçi güvenli davranışlar:** Beşinci ve altıncı oturum bu konu çerçevesinde şekillendirilmiştir. Bu başlığın amacı

internet ortamında siber zorbalığa karşı güvenli davranışları ele almaktır. İnternette gezinirken, sosyal medya kullanırken, çevrim içi oyun oynarken, paylaşımda bulunurken ve mesajlaşırken nasıl davranılması gerektiği ele alınmıştır. İzlenen videolarda yer alan karakterlerin siber zorbalığa maruz kalmalarına yol açan düşüncelerinin, duygularının neler olduğu, daha farklı olarak ne düşünebilecekleri, daha farklı düşündüklerinde nasıl davranacakları ile ilgili bilişsel tartışma yapılmıştır.

4) Siber zorbalık yapmamaya yönelik beceriler: Yedinci ve sekizinci oturum bu konu çerçevesinde şekillendirilmiştir. Bu başlığın amacı siber zorbalık yapmamaya yönelik becerileri ele almaktır. Siber zorbalık yapmamaya yönelik düşüncelerin farkında olma, siber zorbalığa yol açan iletişim hataları ve empati yapamama ele alınmıştır. Siber zorbalığa neden olan düşüncelerin neler olduğu bu düşüncelerin doğruluğuna dair kanıtların var olup olmadığı, bu düşünceye inanmanın yararları ve zararlarının neler olduğu, siber zorbalık yapmak yerine alternatif davranışların neler olabileceği tartışılmıştır.

5) Siber zorbalığa maruz kalmamaya yönelik beceriler ve siber zorbalığa maruz kalındığında yapılması gerekenler: Dokuzuncu oturum bu amaç çerçevesinde şekillendirilmiştir. Bu başlığın amacı siber zorbalığa maruz kalmamaya yönelik becerileri ele almaktır. Teknolojik önlemlerin üzerinde durulmuştur. Ayrıca, siber zorbalığa maruz kalındığında yapılması gerekenler, yardım arama becerileri ele alınmıştır. Siber zorbalığa maruz kalmaya sebep olan düşünce ve davranışların neler olduğu değerlendirilmiştir. İnternet ortamında siber zorbalığa maruz kalmamak için yapılması gerekenler tartışılmıştır. Siber zorbalığa maruz kalındığında yardım istemenin önemi ve kimlerden yardım istenebileceği vurgulanmıştır.

Son olarak onuncu oturum sonlandırma oturumu olarak yapılmıştır. Bu oturumda program süresince ele alınan belli başlı konular ve programın genel bir değerlendirmesi yapılmıştır. Bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programına ait konu, amaç ve yöntemi içeren genel taslak EK- 5 'te yer almaktadır.

3.1.5.2. Programın Uygulanma Süreci

Araştırmanın başında Gaziantep Üniversitesi Etik Kurulundan ve programı uygulamaya başlamadan önce Gaziantep İl Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır (EK-2 ve EK-3). Bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı 2016-2017 eğitim-öğretim yılının II. döneminde nisan ayında uygulanmaya başlamıştır. Uygulamanın yapılacağı günü belirlemek için her hafta okul idaresi ile telefon aracılığıyla iletişime geçilmiştir. Öğrencilerin ders, sınav ve sosyal etkinlik programlarına göre belirlenen uygun günlerde belirlenen 7. sınıflara uygulama yapılmıştır. Program haftada iki oturum olarak deney grubunda yer alan okulun toplantı salonunda yapılmıştır ve program toplamda 5 hafta sürmüştür.

3.1.6. Veri Analizi

Katılımcıların *Siber Zorbalık Envanteri*, *Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği* ve *Çocuklar için Zorbalıkla İlgili Bilişleri Ölçeği*'nden aldıkları ön-test ve son-test puanları seçilerek istatistiki yöntemin belirlenmesi için normallik varsayımlarını karşılayıp karşılamadığı test edilmiştir. Çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayılarının uygun olmayan aralıkta olduğu görülmüştür. Ayrıca Kolmogorov Smirnov testi sonuçlarına göre ($p < .05$) verilerin normallik varsayımını karşılamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Veri setinin normallik değerlerini iyileştirmek amacıyla veriler üzerinde dönüşüm işlemi (transformasyon) yapılmasına karar verilmiştir.

Uygun olan veri dönüştürme yöntemini seçmek için verilerin ham hallerine ait grafikler incelendiğinde grafiklerinin zorbalık bilişlerine ait ön-test ve son-test puanları hariç hepsinin sağa yatık olduğu görülmüştür. Böyle bir durumda karekök dönüşümü (square roots) ya da logaritmik dönüşüm kullanılması önerilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2006, s. 88). Karekök dönüşümü (square roots) normalliğe yönelik bir iyileştirme yapmaya olumlu bir etki etmediği görülmüştür. Bunun üzerine logaritmik dönüşüm denenmiştir ve bu dönüşüm tekniğinin verilerin normalliğine olumlu etkilediği görülmüştür. Zorbalık bilişleri boyutunda dağılım sola çarpık olduğu için $LG10(K-X)$ dönüşüm yöntemi kullanılmıştır. (Tabachnick ve Fidell, 2006, s. 89). K sayısı ölçekten alınan en yüksek puan+1, X ise her katılımcı için ölçekten alınan toplam puanı ifade etmektedir.

Dönüşümler uygulandıktan sonra çarpıklık ve basıklık katsayılarının uygun aralıkta olduğu görülmüştür. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının -2 ile +2 arasında olması normallik varsayımı için yeterli kabul edilmektedir (George ve Mallery, 2003). Deney ve kontrol gruplarına ait çarpıklık ve basıklık katsayıları tablo 9’da yer almaktadır.

Tablo 9. Deney ve kontrol gruplarına ait ön-test ve son-test puanlarının çarpıklık ve basıklık katsayıları tablosu

	Ön-test		Son-test	
	Çarpıklık	Basıklık	Çarpıklık	Basıklık
SZ				
Deney	1.22	.86	1.98	1.56
Kontrol	1.32	1.16	.89	-.38
SM				
Deney	.75	-.43	1.55	1.27
Kontrol	.89	-.86	.99	.37
AZ				
Deney	.77	-.35	1.08	1.05
Kontrol	.87	-.19	.63	.56
AZM				
Deney	.55	-.69	.96	.35
Kontrol	.73	-.20	.54	.32
ZB				
Deney	-1.10	1.52	-.55	-.71
Kontrol	-.652	-.120	-.43	.16

Normallik varsayımı sağlandıktan sonra deney ve kontrol grubunun ön-testleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına ve deney ve kontrol gruplarının son testleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına bağımsız örneklem t-testi (Independent Samples t-test) kullanılarak bakılmıştır. Deney ve kontrol grupları arasında işlem öncesi anlamlı bir fark çıkmamasına rağmen istatistiksel gücü artırmak için (Keppel, 1991) deney ve kontrol gruplarının ön-testleri sabit tutularak son testler üzerinde kovaryans analizi (ANCOVA) yapılmıştır. Ön-test-son-test kontrol gruplu desenlerde ANCOVA oldukça sık kullanılmaktadır (Green ve

Salkind, 2005). Ön-test ve son-test kontrol gruplu deneysel desende deneysel işlemin etkisine odaklanıldığında en uygun istatistiksel yöntem ön-testin ortak değişken olarak kabul edildiği ANCOVA'dır (Büyüköztürk vd., 2015; Field, 2009).

Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanları üzerinde dönüşüm işleminden sonra ANCOVA'nın varsayımları test edilmiştir. Dönüşüm işleminden önceki ölçeklere ait betimsel istatistikler nicel bulgular bölümünde Tablo 10'da verilmiştir.

- İlk varsayıma göre örneklemelerin ilişkisiz olması gerekmektedir (Büyüköztürk vd., 2015; Kalaycı, 2016). Bu araştırmada deney ve kontrol grupları birbirinden farklı okullarda yer aldığı için bu varsayım sağlanmıştır.
- Bir diğer varsayım bağımlı değişkenin en az aralıklı veya oransal olması gerektiğidir (Büyüköztürk vd., 2015). Bu varsayım sağlanmıştır.
- Doğrusallık varsayımı için saçılma diyagramına bakıldığında tüm boyutlar için sağlandığı görülmüştür.
- Regresyon doğrularının eğimlerinin eşitliğini test etmek amacıyla yapılan ANOVA sonuçlarına göre;
 - Siber zorbalık yapma düzeyleri üzerinde grup x ön-test etkisinin anlamsız olduğu görülmektedir ($F(1,54) = .48, p = .83 > .05$).
 - Siber zorbalığa maruz kalma düzeyleri üzerinde grup x ön-test etkisinin anlamsız olduğu görülmektedir ($F(1,54) = .827, p = .36 > .05$).
 - Akran zorbalığı yapma düzeyleri üzerinde grup x ön-test etkisinin anlamsız olduğu görülmektedir ($F(1,54) = 1.107, p = .29 > .05$).
 - Akran zorbalığına maruz kalma düzeyleri üzerinde grup x ön-test etkisinin anlamsız olduğu görülmektedir ($F(1,54) = .013, p = .91 > .05$).
 - Zorbalık bilişleri üzerinde grup x ön-test etkisinin anlamsız olduğu görülmektedir ($F(1,54) = .699, p = .40 > .05$). Bu bulgular regresyon doğrularının eğimlerinin eşit olduğunu göstermektedir.
- Son test puanlarına ilişkin yapılan Levene's testi sonuçlarına göre;
 - Siber zorbalık yapma son test puanları açısından deney ve kontrol grupları arası varyanslar homojendir ($F(1,156) = 8.321, p = .004 < .05$).

- Siber zorbalığa maruz kalma son test puanları açısından deney ve kontrol grupları arası varyanslar homojendir ($F(1,156)=.141, p=.71>.05$).
- Akran zorbalığı yapma son test puanları açısından deney ve kontrol grupları arası varyanslar homojendir ($F(1,156)=9.081, p=.003<.05$).
- Akran zorbalığına maruz kalma son test puanları açısından deney ve kontrol grupları arası varyanslar homojendir ($F(1,156)=.116, p=.73>.05$).
- Zorbalık bilişleri son test puanları açısından deney ve kontrol grupları arası varyanslar homojendir ($F(1,156)=.271, p=.60>.05$).

3.2. Nitel Yöntem

3.2.1. Araştırma Deseni

Çalışmanın nitel aşaması betimsel model ile yürütülmüştür. Bu modelde verilen bir durum olabildiğince dikkatli bir biçimde tanımlanır (Büyüköztürk, vd., 2015). Geçmişte ya da halen var olan bir durum var olduğu biçimiyle betimlenir (Karasar, 2013). Bu aşamada bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının değerlendirilmesine ilişkin katılımcı görüşleri alınmış ve elde edilen nitel veriler analiz edilmiştir.

3.2.2. Araştırma Grubu

Programın geliştirilmesi, ilgili izinlerin alınması, programın uygulanması ön-test ve son-test verilerinin toplanması işlemlerinin tamamlanması 2016-2017 eğitim öğretim yılının II. döneminin sonlarını bulmuştur. Bu yüzden odak grup görüşmesine alınacak öğrenciler deney grubunda yer alan o gün okula gelen öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın ikinci bölümü deney grubundan seçilen 6 kız 6 erkek olmak üzere toplam 12 öğrenciyle yürütülmüştür.

3.2.3 İşlem

Görüşme deney grubuna eğitimin verildiği konferans salonunda katılımcıları yuvarlak masa etrafında toplayarak önceden hazırlanan sorular kullanılarak

yürütülmüştür. Her katılımcıya programın genel şablonu çoğaltılarak dağıtılmıştır. Araştırmacılar tarafından katılımcılara gerekli açıklamalar yapılarak görüşme kaydı almak için izin istenmiştir. Katılımcıların onaylaması ile birlikte görüşme boyunca iki farklı cihazdan ses kaydı alınmıştır. Odak grup görüşmesinin amacıyla ilgili verilerek görüşme başlatılmıştır. Geçiş soruları ile konuya giriş yapılmıştır. Anahtar sorular ve araştırma sorularıyla derinleşme sağlanmıştır. Kapanış sorularıyla konu daraltılarak özetlenmiştir. Katılımcılara katkılarından dolayı teşekkür edilerek görüşme sonlanmıştır. Yaklaşık 56 dakika sürmüştür.

3.2.4. Veri Toplama Aracı

Deney grubundan seçilen öğrencilerin siber zorbalık önleme programına ilişkin görüşlerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan odak grup görüşme formu kullanılmıştır.

3.2.4.1. Odak Grup Görüşmesi Soru Formu

Odak grup görüşmeleri önceden planlanmış yönergeler çerçevesinde gerçekleştirilen, görüşülen kişilerin özelliklerini ön planda tutan, bir konuda derinlemesine bilgi almak amacıyla gerçekleştirilen nitel bir veri toplama yöntemidir (Çokluk, Yılmaz ve Oğuz, 2011). Deney grubundaki katılımcıların bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programına ilişkin görüşlerine başvurmak amacıyla odak grup görüşmesi yapılmıştır.

Uygulama öncesi kolaylık sağlaması açısından odak grup görüşmesi için oturum planı hazırlanmıştır (EK-4). Konu, süre, içerik, yöntem, etkinlikler olmak üzere beş tane değerlendirme kriteri belirlenmiş ve bunlardan hareketle sorular oluşturulmuştur. Katılımcılara 14 açık uçlu soru yöneltilmiştir. Soruların yönlendirici olmamasına özen gösterilmiştir.

- **Konu:** Eğitimin konusuna ilişkin katılımcıların görüşleri sorulmuştur.
- **Süre:** Programın süresinin ve oturumların sayısının değerlendirilmesine ilişkin sorular sorulmuştur.
- **İçerik:** Programda ele alınan konu başlıklarının uygunluğu değerlendirilmiştir.

- **Yöntem:** Ele alınan konuların uygun yöntem kullanılarak ele alınıp alınmadığına ilişkin sorular sorulmuştur.
- **Etkinlikler:** Seçilen etkinliklerin verilmek istenen kazanıma uygun olup olmadığı değerlendirilmiştir.

3.2.5. Veri Analizi

Görüşmeden alınan ses kayıtları katılımcı isimleri numaralandırılarak deşifre edilmiştir. Odak grup görüşmesi sonucunda elde edilen nitel veriler betimsel analiz yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. Betimsel analiz çeşitli yöntemlerle toplanan nitel verilerin özetlenip yorumlanarak okuyucuya sunmayı (Yıldırım ve Şimşek, 2003) amaçlayan doğrudan alıntılara sık sık yer veren (Özdemir, 2011) bir analiz yöntemidir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırma sürecinde kurulan hipotezleri test etmek için yapılan istatistiksel analizler sonucu ulaşılan bulgulara yer verilmiştir.

4.1. Nicel Bulgular

4.1.1. Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisine İlişkin Nicel Bulgular

Deney ve kontrol gruplarının *Siber Zorbalık Envanteri*, *Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği* ve *Çocuklar için Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği*'nden aldıkları puanların ön-test ve son-test ölçümlerine ait betimsel istatistikler aşağıdaki tablolarda yer almaktadır.

Tablo 10. Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalık envanteri, okul yaşamı zorbalık ölçeği ve çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden alınan ön-test ve son-test puanlarına ait betimsel istatistikler

	Ön-test			Son-test		
	N	$\bar{x}$	Ss	N	$\bar{x}$	ss
SZY						
Deney	78	18.76	3.24	78	16.56	4.98
Kontrol	80	18.16	5.73	80	19.92	6.92
Toplam	158	17.47	4.71	158	18.36	6.22
SZM						
Deney	78	17.58	3.61	78	16.89	4.65
Kontrol	80	17.71	4.13	80	18.41	4.91
Toplam	158	17.65	3.87	158	17.66	4.83

Tablo 10.(devam/)	Ön-test			Son-test		
	N	$\bar{x}$	Ss	N	$\bar{x}$	ss
AZY						
Deney	78	8.45	2.71	78	7.63	3.30
Kontrol	80	10.01	4.74	80	10.85	5.25
Toplam	158	9.24	3.94	158	9.75	4.52
AZM						
Deney	78	13.82	5.37	78	13.00	5.99
Kontrol	80	13.64	5.52	80	13.54	5.41
Toplam	158	13.73	5.43	158	13.27	5.69
ZB						
Deney	78	74.70	10.87	78	79.27	8.45
Kontrol	80	72.43	10.72	80	75.43	14.87
Toplam	158	75.07	10.77	158	75.81	12.58

Not: Aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri olarak transformasyondan önceki değerler verilmiştir.

Tablo 10'da görüldüğü gibi deney grubunda yer alan katılımcıların siber zorbalık envanterinden aldıkları siber zorbalık yapma puanlarının ortalaması ön-testte $\bar{x}=18.76$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=16.56$ olarak ölçülmüştür. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların siber zorbalık envanterinden aldıkları siber zorbalık yapma puanlarının ortalaması ön-testte $\bar{x}=18.16$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=19.92$ olarak ölçülmüştür.

Yine deney grubunda yer alan katılımcıların siber zorbalık envanterinden aldıkları siber mağduriyet puanlarının ortalaması ön-testte $\bar{x}=17.58$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=16.89$ olarak ölçülmüştür. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların siber zorbalık envanterinden aldıkları siber mağduriyet puanlarının ortalaması ön-testte $\bar{x}=17.71$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=18.41$ olarak ölçülmüştür.

Deney grubunda yer alan katılımcıların okul yaşamı zorbalık ölçeğinden aldıkları zorbalık yapma puanlarının ortalaması ön-testte $\bar{x}=8.45$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=7.63$ olarak ölçülmüştür. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların okul yaşamı zorbalık ölçeğinden aldıkları zorbalık yapma puanlarının ortalaması ön-testte $\bar{x}=10.01$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=10.85$ olarak ölçülmüştür.

Deney grubunda yer alan katılımcıların okul yaşamı zorbalık ölçeğinden aldıkları maruz kalma puanlarının ortalaması ön-testte $\bar{x}=13.82$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=13.00$ olarak ölçülmüştür. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların okul yaşamı zorbalık ölçeğinden aldıkları maruz kalma puanlarının ortalaması ön-testte $\bar{x}=13.64$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=13.54$ olarak ölçülmüştür.

Tablo 10'da görüldüğü gibi deney grubunda yer alan katılımcıların çocukların için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması ön-testte $\bar{x}=74.70$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=79.27$ olarak ölçülmüştür. Kontrol grubunda yer alan katılımcıların çocukların için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması ön-testte $\bar{x}=72.43$ olarak ölçülürken son-testte $\bar{x}=75.81$ olarak ölçülmüştür.

4.1.1.1 Deney ve kontrol gruplarına yönelik değişkenlerden alınan ön-test puanları arasındaki farka ilişkin bulgular

Tablo 11. Deney ve kontrol gruplarına ait siber zorbalık envanteri, okul yaşamı zorbalık ölçeği ve çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeklerinden alınan ön-test puanlarına

		ait		t-testi		sonuçları	
Ön-test		N	$\bar{x}$	Ss	Sd	t	p
SZY	Deney	78	18.76	3.24	156	1.61	.109
	Kontrol	80	18.16	5.73			
SZM	Deney	78	17.58	3.61	156	.100	.921
	Kontrol	80	17.71	4.13			
AZY	Deney	78	8.45	2.71	156	2.26	.025
	Kontrol	80	10.01	4.74			
AZM	Deney	78	13.82	5.37	156	-.258	.796
	Kontrol	80	13.64	5.52			
ZB	Deney	78	74.70	10.87	156	-.717	.474
	Kontrol	80	72.43	10.72			

Not: Aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri olarak transformasyondan önceki değerler verilmiştir.

Tablo 11’de görüldüğü gibi deney ve kontrol grupları arasında siber zorbalık envanterinden alınan siber zorbalık yapma ve siber zorbalığa maruz kalma, okul

yaşamı zorbalık ölçeği akran zorbalığına maruz kalma ve çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden alınan puanların ön-test ölçümleri arasında anlamlı bir fark yoktur ($p>.05$). Ancak okul yaşamı zorbalık ölçeğinin zorbalık yapma puanı açısından deney ve kontrol grupları arasında anlamlı bir farklılık vardır ($p<.05$).

4.1.1.2. Deney ve kontrol gruplarına ait değişkenlerden alınan ön-test ve son-test puanları arasındaki farkların anlamlılığına dair hipotezlerin test edilmesine ilişkin bulgular

Tablo 12. Deney ve kontrol gruplarına ait siber zorbalık envanteri, okul yaşamı zorbalık ölçeği ve çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeklerinden alınan son-test puanlarının düzeltilmiş ortalamasına ait betimsel istatistikler

Son-test	N	Ortalama	Düzeltilmiş Ortalama
SZ			
Deney	78	1.2108	1.220
Kontrol	80	1.2774	1.268
SZM			
Deney	78	1.2149	1.215
Kontrol	80	1.2520	1.252
AZY			
Deney	78	.9121	.926
Kontrol	80	.9933	.976
AZM			
Deney	78	1.0792	1.077
Kontrol	80	1.1022	1.104
ZB			
Deney	78	.7976	.787
Kontrol	80	1.0335	1.047

Not: Aritmetik ortalama olarak transformasyondan sonraki değerler verilmiştir.

Deney grubundaki katılımcıların siber zorbalık envanterinden aldıkları siber zorbalık puanlarının düzeltilmiş ortalamaları 1.220 iken, kontrol grubuna ait

düzeltilmiş ortalamaları 1.268'dir. Deney grubundaki katılımcıların siber zorbalık envanterinden aldıkları siber mağduriyet puanlarının düzeltilmiş ortalamaları 1.215 iken, kontrol grubuna ait düzeltilmiş ortalamaları 1.252'dir. Deney grubundaki katılımcıların okul yaşamı zorbalık ölçeğinden aldıkları zorbalık yapma puanlarının düzeltilmiş ortalamaları .926 iken, kontrol grubuna ait düzeltilmiş ortalamaları .976'dır. Deney grubundaki katılımcıların okul yaşamı zorbalık ölçeğinden aldıkları maruz kalma puanlarının düzeltilmiş ortalamaları 1.077 iken, kontrol grubuna ait düzeltilmiş ortalamaları 1.104'tür. Deney grubundaki katılımcıların çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden aldıkları puanların düzeltilmiş ortalamaları .787 iken, kontrol grubuna ait düzeltilmiş ortalamaları 1.047'dir. Grupların düzeltilmiş son-test ortalama puanları arasında gözlenen farklılığın anlamlılığını ortaya koymak için yapılan ANCOVA sonuçları tablo 13'te sunulmuştur.

Tablo 13. Deney ve kontrol gruplarına ait siber zorbalık envanterinden alınan siber zorbalık yapma puanlarının kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	n ²
Model	.993	2	.496	55.662	.000	.418
SZY(Öntest)	.818	1	.818	91.729	.000	.372
Grup	.089	1	.089	10.017	.002	.061
Hata	1.382	155	.009			
Toplam	247.092	158				

ANCOVA sonuçlarına göre deney ve kontrol grubunda yer alan öğrencilerin siber zorbalık envanterinin siber zorbalık yapma ön-test puanlarına göre düzeltilmiş son-test ortalama puanları arasındaki fark anlamlıdır ($F(1,155)=10.017$, $p<.05$). Düzeltilmiş ortalamalar incelendiğinde ise deney grubunun siber zorbalık puanlarının daha düşük olduğu görülecektir. Buradan hareketle bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının öğrencilerin siber zorbalık düzeyleri üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca eta kare değeri .061 olarak hesaplanmıştır. Bu değer orta düzeyde bir etki olarak yorumlanabilir (Cohen, 1988; Green ve Salkind,

2005). Buna göre öğrencilerin deney veya kontrol gruplarında bulunmaları, ön-test puanlarından bağımsız olarak son-test puanlarındaki değişkenliğin %6.1'ini açıklamaktadır.

H_0 = Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalık yapma son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H_1 = Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalık yapma son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.

Buna göre h_0 hipotezi reddedilir, h_1 hipotezi kabul edilir.

Tablo 14. Deney ve kontrol gruplarına ait siber zorbalık envanterinden alınan siber zorbalığa maruz kalma puanlarının kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	n^2
Model	.455	2	.228	29.014	.000	.272
SZM(Öntest)	.401	1	.401	51.108	.000	.248
Grup	.052	1	.052	6.623	.011	.041
Hata	1.216	155	.008			
Toplam	242.145	158				

ANCOVA sonuçlarına göre deney ve kontrol grubunda yer alan öğrencilerin siber zorbalık envanterinin siber zorbalığa maruz kalma ön-test puanlarına göre düzeltilmiş son-test ortalama puanları arasındaki fark anlamlıdır ($F(1,155)=6.623$, $p<.05$). Düzeltilmiş ortalamalar incelendiğinde ise deney grubunun siber mağduriyet puanlarının daha düşük olduğu görülecektir. Buradan hareketle bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının öğrencilerin siber mağduriyet düzeyleri üzerinde

olumlu etkiye sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca eta kare değeri .041 olarak hesaplanmıştır. Bu değer orta düzeyde bir etki olarak yorumlanabilir (Cohen, 1988; Green ve Salkind, 2005). Buna göre öğrencilerin deney veya kontrol gruplarında bulunmaları, ön-test puanlarından bağımsız olarak son-test puanlarındaki değişkenliğin % 4.1'ini açıklamaktadır.

H_0 = Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalığa maruz kalma son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H_1 = Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalığa maruz kalma son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.

Buna göre h_0 hipotezi reddedilir, h_1 hipotezi kabul edilir.

Tablo 15. Deney ve kontrol gruplarına ait okul yaşamı zorbalık ölçeğinden alınan akran zorbalığı yapma puanlarının kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2
Model	1.589	2	.795	43.398	.000	.359
AZY(Öntest)	1.329	1	1.329	72.568	.000	.319
Grup	.088	1	.088	4.824	.030	.030
Hata	2.838	155	.018			
Toplam	147.989	158				

ANCOVA sonuçlarına göre deney ve kontrol grubunda yer alan öğrencilerin okul yaşamı zorbalık ölçeğinin akran zorbalığı yapma ön-test puanlarına göre düzeltilmiş son-test ortalama puanları arasındaki fark anlamlıdır ($F(1,155)=4.824$, $p<.05$). Düzeltilmiş ortalamalar incelendiğinde ise deney grubunun akran zorbalığı puanlarının daha düşük olduğu görülecektir. Buradan hareketle bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının öğrencilerin akran zorbalığı düzeyleri üzerinde

olumlu etkiye sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca eta kare değeri .030 olarak hesaplanmıştır. Bu değer orta düzeyde bir etki olarak yorumlanabilir (Cohen, 1988; Green ve Salkind, 2005). Buna göre öğrencilerin deney veya kontrol gruplarında bulunmaları, ön-test puanlarından bağımsız olarak son-test puanlarındaki değişkenliğin % 3'ünü açıklamaktadır.

H_0 = Deney ve kontrol gruplarının akran zorbalığı yapma son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H_1 = Deney ve kontrol gruplarının akran zorbalığı yapma son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.

Buna göre h_0 hipotezi reddedilir, h_1 hipotezi kabul edilir.

Tablo 16. Deney ve kontrol gruplarına ait okul yaşamı zorbalık ölçeğinden alınan akran zorbalığına maruz kalma puanlarının kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	n^2
Model	1.168	2	.584	31.374	.000	.288
AZM(Öntest)	1.157	1	1.147	61.621	.000	.284
Grup	.028	1	.028	1.499	.223	.010
Hata	2.885	155	.019			
Toplam	192.060	158				

ANCOVA sonuçlarına göre deney ve kontrol grubunda yer alan öğrencilerin okul yaşamı zorbalık ölçeğinin akran zorbalığına maruz kalma ön-test puanlarına göre düzeltilmiş son-test ortalama puanları arasındaki fark anlamlı değildir ($F(1,155)=1.499$, $p>.05$). Düzeltilmiş ortalamalar incelendiğinde deney grubunun akran zorbalığı puanlarının daha düşük olmasına rağmen aradaki fark anlamlı

değildir. Buradan hareketle bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının öğrencilerin zorbalık mağduriyeti düzeyleri üzerinde etkili olmadığı söylenebilir.

H_0 = Deney ve kontrol gruplarının akran zorbalığına maruz kalma son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H_1 = Deney ve kontrol gruplarının akran zorbalığına maruz kalma son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.

Buna göre h_0 hipotezi kabul edilir, h_1 hipotezi reddedilir.

Tablo 17. Deney ve kontrol gruplarına ait çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden alınan puanların kovaryans analizi (ANCOVA) sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	n ²
Model	9.559	2	4.780	30.918	.000	.285
ZB(Öntest)	7.362	1	7.362	47.621	.000	.235
Grup	2.675	1	2.675	17.304	.000	.100
Hata	23.961	155	.155			
Toplam	166.389	158				

ANCOVA sonuçlarına göre deney ve kontrol grubunda yer alan öğrencilerin çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden ön-test puanlarına göre düzeltilmiş son-test ortalama puanları arasındaki fark anlamlıdır ($F(1,155)= 17.304$, $p<.05$). Düzeltilmiş ortalamalar incelendiğinde ise deney grubunun zorbalık bilişleri puanının daha düşük olduğu görülecektir. Buradan hareketle bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının öğrencilerin zorbalık bilişleri üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca eta kare değeri .10 olarak hesaplanmıştır. Bu değer orta düzeyde bir etki olarak yorumlanabilir (Cohen, 1988; Green ve Salkind, 2005).

Buna göre öğrencilerin deney veya kontrol gruplarında bulunmaları, ön-test puanlarından bağımsız olarak son-test puanlarındaki değişkenliğin % 10'unu açıklamaktadır.

H_0 = Deney ve kontrol gruplarının zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden alınan son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

H_1 = Deney ve kontrol gruplarının zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinden alınan son-test puanları arasında anlamlı bir fark vardır.

Buna göre h_0 hipotezi reddedilir, h_1 hipotezi kabul edilir.

Sonuç olarak deney grubundaki katılımcıların Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanterinin siber zorbalık yapma ve siber zorbalığa maruz kalma, Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeğinin akran zorbalığı yapma ve Çocuklar için Zorbalıkla ilgili Bilişler Ölçeği toplam puanlarının ön-test ile son-test sonuçları arasında anlamlı fark vardır. Yani Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme programı katılımcıların siber zorbalık yapma, siber zorbalığa maruz kalma, akran zorbalığı yapma düzeylerini azaltmıştır. Zorbalıkla ilgili bilişleri üzerinde olumlu bir etki yapmıştır. Ek olarak bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı katılımcıların akran zorbalığına maruz kalma düzeylerini de azaltmıştır ancak ön-test ile son-test arasındaki bu fark anlamlı değildir.

4.2 Nitel Bulgular

Bu bölümde odak grup görüşmeden elde edilen nitel bulguların analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Deney grubunda yer alan öğrencilerle yapılan odak grup görüşmesinde katılımcılara programın (a) içeriğine, (b) etkililiğine, (c) siber zorbalık yapmama konusunda yeterliğine, (ç) siber zorbalığa maruz kalmama konusunda yeterliğine ve (d) akran zorbalığına etkisine yönelik olarak sorular yöneltilmiştir. Nitel bulgular aşağıda detaylı bir şekilde raporlanmıştır.

4.2.1. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programına İlişkin Odak Grup Görüşmesine Ait Nitel Bulgular

1) Siber zorbalığı bizim uyguladığımız programdan önce duymuş muydunuz?

Katılımcıların neredeyse tamamı ($n= 11$) siber zorbalığı günlük hayatlarında daha önce duyduklarını belirttiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Duymuştum. Çoğu kez maruz kaldığım da oldu. Bu durumda anneme ve babama bilgi de verdim. Bir iki hafta sonra da siz geldiniz eğitime.” (Katılımcı 1)

“Ben de duymuştum. Hackerlar şifrelerimizi alabiliyor. Bunları kötüye kullanabiliyor.” (Katılımcı 2).

“Ben de bilişim öğretmenimden öğrenmiştim.” (Katılımcı 5)

Bir katılımcı ise zorbalığı duyduğunu siber zorbalığı ise ilk kez program sırasında duyduğunu söyledi. Bu katılımcının açıklaması aşağıdaki gibidir.

“Sadece zorbalık kelimesini duymuştum. Siber zorbalığı duymadım.” (Katılımcı 3)

Katılımcıların çoğu ($n=8$) ise siber zorbalığı duymasına rağmen tanımını program uygulanırken öğrendiğini belirttiler. Örneğin, bazı katılımcıların açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Ben de bir kere duymuştum. Ne demek olduğunu bilmiyordum. Burada öğrendim ne demek olduğunu.” (Katılımcı 4)

“Zaten bunu biliyordum ama önceden. Tam tanımını bilmiyordum ama siz bu programı yaptıktan sonra tanımını da biliyorum.” (Katılımcı 9)

“Ben de önceden duymuştum. Sizin sayenizde daha detaylı şekilde öğrendim.” (Katılımcı 10)

2) Sizce biz bu program süresince hedefimize ne kadar ulaşabildik?

Katılımcıların tamamı ($n= 12$) program süresince (a) siber zorbalığın ne olduğu ve yaygınlığı ile ilgili bilgi verme, (b) siber zorbalığın mağdurda yol açtığı etkilerin farkına varabilme, (c) siber zorbalığın hangi amaçlarla yapıldığını fark etme, (ç) siber zorbalık yapmaya ve siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik düşünceleri öğrenme (d)

siber zorbalığı problemlerin çözümünde bir yol olarak görmeyip yüz yüze iletişimi tercih etme, (e) mağdurun duygularını anlayabilmek için empati yapma, (f) siber zorbalığa maruz kalmamak için önlem alma ve (g) siber zorbalık konusunda farkındalık kazandırma amaçlarına ulaşıldığını ifade ettiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Zaten ben siber zorbalıktan korunma yollarını biliyordum. Sizin sayenizde daha detaylı öğrenmiş oldum.” (Katılımcı 12)

“Ben bu eğitim sayesinde siber zorbalığın ne gibi etkileri olduğunu öğrendim.” (Katılımcı 7)

“Siber zorbalığın şaka olarak bile yapılmaması gerektiğini öğrendik. Siber zorbalığın ciddi bir şey olduğunu öğrendik.” (Katılımcı 8)

“Sınıf arkadaşlarının birbirine şaka olarak siber zorbalık yapması vardı. Onu yapmamamız gerektiğini öğrendim.” (Katılımcı 2)

3) Programın içeriği siber zorbalığı önleme konusunda yeterli miydi?

Katılımcıların tamamı ($n=12$) eğitimin içeriğinin yeterli olduğunu söylediler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Bence de yeterliydi.” (Katılımcı 8) “Bence yeterliydi. Ben beğendim. Zaten ayrıntılı anlattınız bunları 5 hafta boyunca. Biz bunu kafamızda da canlandırdık biliyoruz artık.” (Katılımcı 11)

“Yeterliydi. Hatta daha fazla bilgi verdiniz. Siber zorbalığı 5 hafta boyunca %90 anlatmayı planlamış olsaydınız %100’ünü anlattınız. Çok da iyi anlattınız bence.” (Katılımcı 4)

4) Programın içeriğine eklenmesi gereken ya da içerikten çıkarılması gerektiğini düşündüğünüz bölümler var mı? Var ise bu bölümler neler?

Katılımcıların tamamı ($n=12$) içeriğe eklenmesi gereken bir yerin olmadığını bazıları ise ($n=3$) örnek sayısının azaltılabileceğini ifade ettiler. Katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Sıkıcı olan tarafı çok fazla aynı örneğin tekrarlanmasıydı.” (Katılımcı 2)

“Örnekleri beğenmedim. Yani ilkini beğendim ondan sonrakilerde sıkıldım.” (Katılımcı 8)

“Sürekli ilk dersten sonra zorbalığı anlattıktan sonra tekrar tekrar anlatınca ben ve benim arkadaşlarım sıkılmaya başladık. Daha sonraları aktiviteler gelince eğlenmeye başladık.” (Katılımcı 7)

Bir katılımcı ise çevrimiçi oyunlarla ilgili örneklerin verilmesinin daha etkili olabileceğini belirtti. Bu katılımcının açıklaması aşağıdaki gibidir.

“Ben genellikle internette oyun oynayarak vakit geçirdiğimden, interneti araştırıp kullanmadığımdan sıkıcı geliyordu bana. Oyunlardan örnek verebilirdiniz.” (Katılımcı 1)

5) Bu programdan neler öğrendiniz/hatırlıyorsunuz?

Katılımcıların bazıları (n=3) programda yer alan örnek olay ve videoları hatırladıklarını ifade ettiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Siber zorbalığın şaka olarak bile yapılmaması gerektiğini öğrendik. Siber zorbalığın ciddi bir şey olduğunu öğrendik.” (Katılımcı 8)

“Videolarla daha çok kavradık.” (Katılımcı 3)

“Örnek olaylarda sınıf arkadaşlarının birbirine şaka olarak siber zorbalık yapması vardı. Onu yapmamamız gerektiğini öğrendim.” (Katılımcı 2)

Katılımcıların tamamı (n=12) siber zorbalığın başta duygusal olmak üzere, davranışsal, sosyal ve akademik etkilerini hatırladıklarını söylediler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Siber zorbalığa uğrayan birisi dışlanmışlık hissi ve güvensizlik hissedebilir.” (Katılımcı 7)

“Kendine güvensizlik, yalnız kalma isteği olabilir.” (Katılımcı 1)

“Kötü alışkanlıklar edinebilir.” (Katılımcı 12)

“Çevresiyle ailesiyle ilişkileri bozulabilir.” (Katılımcı 3)

“Eğitimini olumsuz etkiler.” (Katılımcı 7)

“Fiziksel olarak kendisine zarar verebilir.” (Katılımcı 4)

“Sigara ve alkole başvurabilir.” (Katılımcı 6)

“Belki whatsapp grubundan biri siber zorbalık yaptığında benimle dalga geçerler diye kendisini eve kapatabilir.” (Katılımcı 10)

➤ **Siber zorbalık yapmama konusunda neler öğrendiniz?**

Katılımcıların yarısı ($n=6$) siber zorbalık yapmama konusunda öğrendikleri bilişsel ve davranışsal unsurlara değindiler. Siber zorbalık yapmamak için (a) empati yapmak gerektiğini, (b) eğitim almak gerektiğini, (c) siber zorbalığın etkilerini bilmek gerektiğini, (ç) problemleri siber zorbalık yaparak değil de yüz yüze iletişim kurarak çözülmesi gerektiğini, (d) siber zorbalığın çözüm olmadığını, (e) şaka olarak siber zorbalık yapmanın doğru olmadığını öğrendiklerini ifade ettiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Mesela ben B.’ye siber zorbalık yapacağım. Yaptığım şaka bana yapılsa nasıl olur diye düşünmem lazım.” (Katılımcı 6)

“Siber zorbalık konusunda yeterli eğitimi almalı bence her birey.” (Katılımcı 7)

“Bence bir sorunumuz olduğunda siber zorbalık yapmak yerine yüz yüze konuşarak halletmeliyiz.” (Katılımcı 1)

“Siber zorbalığın bir çözüm olmadığını, oturup onunla konuşarak başka çözümler üretmenin daha doğru olduğunu öğrendik.” (Katılımcı 2)

“Karşıdaki kişiyle empati kurması lazım.” (Katılımcı 6)

➤ **Siber zorbalığa maruz kalmama konusunda neler öğrendiniz?**

Katılımcıların tamamına yakını ($n=11$) siber zorbalığa maruz kalmama konusunda öğrendikleri bilişsel ve davranışsal unsurlara değindiler. Siber zorbalığa maruz kalmamak için (a) kişisel bilgileri internette paylaşmamak, (b) facebook şifresini kimseye vermemek, (c) internette fazla vakit geçirmemek, (ç) tanımadığınız kişilerle internette arkadaş olmamak ve bu kişilerle özel bilgileri paylaşmamak, (d) konum bilgilerini içeren fotoğrafları paylaşmamak, (e) antivirüs programı kullanmak ve (f)

tanımadığımız kişilerden gelen mesajları açmamak gerektiğini ifade ettiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Mesela Facebook şifremizi birisine vermemek gerektiğini öğrendik.” (Katılımcı 6)

“Kişisel bilgilerimizi özel sitelerde paylaşmamalıyız.” (Katılımcı 8)

“İnternette pek fazla vakit geçirmemeye özen göstermeliyiz.” (Katılımcı 5)

“Tanımadığımız kişilerle arkadaş olup özel bilgilerimizi onlarla paylaşmamalıyız.” (Katılımcı 11)

“Konum bildiren içerikleri, fotoğraflarımızı paylaşmamalıyız.” (Katılımcı 7)

“Herhangi bir siteye girerken antivirüs programı kullanmalıyız ve herkesten gelen mesajları açmamalıyız. Virüs içeriyor olabilir.” (Katılımcı 1)

“İnternette bilgilerimizi detaylı olarak değil de şifreli olarak yayınlamamız gerektiğini öğrendik.” (Katılımcı 9)

Katılımcıların bazıları ($n=3$) siber zorbalığa uğrandığında ise bunun mağdurun suçu olduğunu düşünmenin, böyle bir durumda interneti yasaklar düşüncesiyle ebeveynlere haber verilmemesinin, siber zorbalığa uğradığım için başkaları benimle dalga geçer düşüncesinin yanlış olduğunu öğrendiklerini söylediler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Bir çocuk siber zorbalığa maruz kaldığında çok üzüliyordu ve yanlış bir şey yaptığını düşünüyordu. Halbuki kendisinde hata yoktu. Karşıdaki siber zorbanın empati kurmamasından kaynaklanıyordu.” (Katılımcı 2)

“Biz siber zorbalığa uğradığımız zaman anne ve babamıza söylemeliyiz. Bazıları anneme babama söylersek bilgisayarımızı kapatırlar diye düşünüyor. Bunu düşünmememiz lazım. Anne ve babamıza söylememiz lazım. Onların da bilgisayar gibi şeyleri kapatmaması lazım.” (Katılımcı 4)

6) Sizce bu program günlük hayatta kullanabileceğiniz bilgiler içeriyor muydu? Cevabınız evet ise bu bilgiler nelerdir?

Katılımcılar siber zorbalığa maruz kalmama konusunda öğrendikleri bilişsel ve davranışsal unsurlara değindiler. Katılımcıların yarıdan fazlası ($n=7$) programdan

sonra (a) günlük hayatta konum bilgilerini paylaşma konusunda daha hassas davrandıklarını, (b) fazla fotoğraf paylaşımı yapmadıklarını, (c) gizlilik ve güvenlik ayarlarını güncellediklerini, (ç) antivirüs programı kullanmaya başladıklarını, (d) güvenmedikleri sitelere pek girmediklerini, (e) çevrimiçi oyun oynarken küfür etmediklerini ifade ettiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Gizlilik ayarlarımızı güncelledik.” (Katılımcı 12)

“Ben de güvenlik bilgilerimi güncelledim. Konum atmadım. Bazı bilgileri kullandım. Her bilgiyi kullanmadım. Bazılarını zaten biliyordum.” (Katılımcı 2)

“Mesela gönderilerimi ve profilimi sadece arkadaşlarım görebilir.” (Katılımcı 12)

“Antivirüs programı kullanmaya başladım. Ve pek fazla güvenmediğim sitelere girmiyorum.” (Katılımcı 4)

“O kadar kişinin içinde benim resimlerimi nereden bulacaklar düşüncesinden vazgeçtim.” (Katılımcı 3)

“ Ben oyunlarda bana küfür edenlere artık küfür etmiyorum.” (Katılımcı 8)

“Ben de artık öyle kötü sözlere takmıyorum. Sessize alıyorum hiç bakmıyorum onlara.” (Katılımcı 2)

7) Sizce sınıf arkadaşlarınız bu programdan faydalandılar mı? (Cevabınız evet ise ne şekilde, örnekler verebilir misiniz?)

Katılımcılardan bir kısmı ($n=4$) (a) sınıf arkadaşlarından birinin daha az fotoğraf paylaşmaya özen gösterdiğini, (b) birçoğunun ödevlerini araştırırken daha güvenilir siteleri tercih ettiğini ifade ettiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Benim arkadaşım vardı siz gelmeden önce çok fotoğraf paylaşırdı. Sizden sonra daha az fotoğraf paylaşmaya başladı.” (Katılımcı 10)

“Yaptıkları ödev araştırmalarında belirsiz siteleri değil de belirli sitelere giriyorlar.” (Katılımcı 9)

“Bir tane arkadaşım var. Adı N. Bizim sınıfımızda. Eskiden kendisi çok fotoğraf paylaşıyordu. Şimdi onu azalttı eğitimden sonra.” (Katılımcı 5)

8) Programın beğendiğiniz yanları neler?

Katılımcıların bir kısmı ($n=4$) izlenen videoları ve canlandırma çalışmalarını beğendiğini ifade ettiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Son haftalar çok eğlenceli geçti. Hep bir etkinlik yaptık, bir şeyler izledik.” (Katılımcı 3)

“Reklamlar vardı. O çok eğlenceliydi. Yorumcular vardı. Bir de izlediğimiz o kız videosu vardı. Resimlerini paylaşıyordu.” (Katılımcı 3)

“Eğlenceli olan tarafı videolardı.” (Katılımcı 2)

“Beğendiğim yerler videolar ve siber zorbalık yapılırken düşünceler neydi kısmıydı.” (Katılımcı 8)

Katılımcıların biri ise örnek sayısının konun pekişmesine katkı sağladığını belirtti.

“Mesela insanlar bir konuyu pekiştirmek için farklı farklı türlerden sorular çözüyor. Sınava girerken daha kolay oluyor. Bu da onun gibi oldu. Bir konuyu farklı farklı şekilde pekiştirdik.” (Katılımcı 3)

9) Programın beğenmediğiniz yanları neler? Siz olsanız nasıl yapardınız/planlardınız?

Katılımcıların bir kısmı ($n=4$) benzer örneklerin tekrarlanmasını beğenmediğini ifade etti. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Sıkıcı olan tarafı çok fazla aynı örneğin tekrarlanmasıydı. (Katılımcı 2)

“Örnekleri beğenmedim. Yani ilkini beğendim ondan sonrakilerde sıkıldım.” (Katılımcı 8)

10) Sizce bu program okulda yüz yüze ortamda gerçekleşen akran zorbalığını önlemede de etkili oldu mu? Cevabınız evet ise arkadaşlarınızda sınıf ortamında değişiklikler gözlemlediniz mi? Bunlar ne tür değişiklikler?

Katılımcıların tamamı ($n=12$) bu eğitimin yüz yüze ortamda gerçekleşen akran zorbalığını önlemede etkili olmadığını söylediler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Bence olmadı. Çünkü hala yapıyorlar. Devam ediyorlar.” (Katılımcı 5)

“Bence de hiç olmadı. Bizim sınıfta bir çocuk var hala kavga ediyor. Dersi de dinlemiyor zaten. Bize de dinlettirmiyor. Hala öyle.” (Katılımcı 11)

“Aslında bizde de olmadı. Zorbalık yapan 2-3 kişi varsa onlar da arkada konuştuğu için burada zorbalığa karşı şeyleri dinlemedikleri için fark etmedi.” (Katılımcı 4)

11) Program kapsamında sizlere düşünceler, duygular ve siber zorbalık davranışları arasındaki ilişkileri öğretmeye çalıştık. Bu ilişkiler konusunda neler öğrendiniz?

Katılımcıların bir kısmı ($n=5$) duyguların düşünceleri, düşüncelerin ise davranışları etkilediğini ifade ettiler. Bu düşüncelerin siber zorbalığa sebep olacağını söylediler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Duygularımız, düşüncelerimiz davranışlarımızı etkiliyordu. O davranışlar da duygularımızı etkiliyordu.” (Katılımcı 9)

“Düşüncelerimiz duygularımızı, duygularımız davranışlarımızı etkiliyordu.” (Katılımcı 3)

“Duygularımız düşüncelerimizi, düşüncelerimiz de davranışlarımızı etkiliyor.” (Katılımcı 5)

“Örneğin kıskançlık düşüncesiyle hareket eden bir insan başka davranışlara yönelebilir. Bu davranışlar karşısında duygusu değişebilir.” (Katılımcı 1)

12) Siber zorbalık yapmaya yönelik yanlış düşünceler konusunda neler hatırlıyorsunuz?

Katılımcıların bir kısmı ($n=5$) (a) intikam almak, (b) eğlenmek, (c) kıskançlık, (ç) karşıdakinin canını yakmak ve (d) can sıkıntısı gibi düşüncelerle siber zorbalık yapıldığını söylediler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“İntikam almak için” (Katılımcı 11)

“Eğlence için.” (Katılımcı 5)

“Onun da canı yanmalı düşüncesiyle.” (Katılımcı 3)

“Kıskançlık düşüncesiyle.” (Katılımcı 12, Katılımcı 2)

“Siber zorbalık yapmanın en temel nedeni birinin internette çok fazla vakit geçirip canı sıkılıp bir şeyler yapmak istemesi. İnternete girmek yerine başka hobiler edinebilir. Spor faaliyetleri ya da kitap okuma gibi.” (Katılımcı 1)

13) Siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik yanlış düşünceler konusunda neler hatırlıyorsunuz?

Katılımcıların bazıları ($n=3$) (a) siber zorbalığa maruz kalmanın kendi suçu olduğunu düşünmenin, (b) siber zorbalığa uğradığında intikam alma düşüncesinin ve (c) siber zorbalığa uğradığında herkesin kendisiyle dalga geçeceğini düşünmenin siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik yanlış düşünceler olduğunu ifade ettiler.

“Bir çocuk siber zorbalığa maruz kaldığında çok üzüliyordu ve yanlış bir şey yaptığını düşünüyordu. Halbuki kendisinde hata yoktu. Karşıdaki siber zorbanın empati kurmamasından kaynaklanıyordu.” (Katılımcı 2)

“İntikam düşüncesine kapılabilir. Kendisi de siber zorbalık yapabilir karşıdakine.” (Katılımcı 5)

14) Hatırlarsanız anne-babalarımıza okutup imzalatmanız için size bir sözleşme dağıtmıştık. Anne-babalarınızın tepkisi ne oldu? Sözleşmeden sonra davranışlarında herhangi bir değişiklik oldu mu?

Katılımcıların tamamı ($n=12$) siber zorbalık sözleşmesini anne veya babalarına imzalattıklarını söylediler. Bazı katılımcıların velileri verilen eğitimle ilgili detaylı

sorular sormayı seçerken bazıları okuyup imzalamayı tercih etmişlerdir. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Götürdüm işte. Bize kurs veriyorlar dedim siber zorbalık için imzalayacak mısın dedim. İmzaladı. Ben de getirdim.” (Katılımcı 6)

“Ben babama götürdüm. Babam önem verdi. İlk okudu sonra bu ne diye sordu. Ben de cevap verdim. Eğitim alıyoruz falan dedim. Daha sonra kağıttakiler de bizim için önerilenler dedim. Uygulamaya çalışacağım dedi.” (Katılımcı 5)

“Anneme gösterdim. Annem dedi ki senin için uygunsa benim için de uygundur dedi. İmzaladı. Okudu, benim tarafımı da okudu kendisi için olan tarafı da okudu. Bir iki madde kafasına takılmıştı sordu.” (Katılımcı 1)

“Ben anneme söyledim. 5 haftalık bir süreç olduğunu da söyledim. Sonra okudu imzaladı.” (Katılımcı 7)

“Bende de aynı. Direk okudu. Sonra böyle bir eğitim almanız iyi oluyor dedi. İmzaladı.” (Katılımcı 9)

“Benim annem de okudu. Bu ne dedi. Ben de açıkladım. İmzaladı.” (Katılımcı 10)

“Ben zaten her hafta ne yaptığımızı anlatıyordum. Okudular geri verdiler.” (Katılımcı 11)

“Okudu ve imzaladı.” (Katılımcı 12)

Katılımcıların bir kısmı ($n=4$) anne ve babalarının sözleşmeden sonra davranışlarında değişiklik olduğunu ifade etti. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Annemle babam bana artık internette bir şey sormaya çekinmiyor. Bir şey olduğunda bana soruyorlar. Evin kaynağı benim şu an internet konusunda.” (Katılımcı 1)

“Eskiden eğitimden önce ailem ayda bir falan kontrol ediyordu. Daha sonra daha sık kontrol etmeye başladılar.” (Katılımcı 5)

“Mesela annem diyordu yeni açtığım için sosyal medyayı. Öyle bir şey olursa söyle diyordu. Şimdi ablalarım kontrol ettiriyor mesajlarımı. Kötü bir şey var mı? Farklı kişiler takip isteği atmış mı diye.” (Katılımcı 3)

Katılımcıların birkaçı ($n=3$) ise anne ve babalarının davranışlarında siber zorbalık sözleşmesinden sonra herhangi bir farklılık olmadığını ifade ettiler. Bazı katılımcıların bu soruya yönelik açıklamaları aşağıdaki gibidir.

“Bir farklılık yoktu. Sözleşmeden önce de internetle alakalı şeylerde bize yardım ediyorlardı. Şimdi de öyle. Bir farklılık yok.” (Katılımcı 4)

“Bu eğitimden öncesinde ve sonrasında da internette gezerken bir şey bir şey olduğunda gelip bize haber vermeniz gerekiyor diye söylemişlerdi zaten.” (Katılımcı 7)

“Eskiden de aynıydı şimdi de aynı” (Katılımcı 8)

Odak grup görüşmesinden elde edilen nitel veriler incelendiğinde katılımcılar bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının amacına ulaştığını ($n=12$), siber zorbalığı önleme konusunda yeterli olduğunu ($n=12$), akran zorbalığını önleme konusunda etkili olmadığını ($n=12$) ifade etmişlerdir. Programın içeriğinde yer alan video ve etkinlikleri beğendiklerini ($n=4$), benzer örneklerin tekrar etmesini ise beğenmediklerini belirtmişlerdir ($n=4$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Bu bölümde araştırma kapsamında elde edilen nicel ve nitel bulgular ilgili literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

5.1.1 Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisine Yönelik Nicel Bulguların Tartışılması

Araştırmanın bu bölümünde katılımcıların *Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri*, *Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği* ve *Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği*nden aldıkları ön-test ve son-test puanlarının istatistiksel analizlerinden elde edilen bulgular literatür doğrultusunda tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Önleme ve müdahale açısından en etkili programların kanıta dayalı programlar olduğu bilinmektedir (Ttofi & Farrington, 2011). Bu nedenle bilimsel başarı güçlü bir siber zorbalık önleme-müdahale programının hazırlanması için önemli bir bileşendir (Cioppa, Neil ve Craig, 2015) Geliştirilen programların deney grubuyla benzer özelliklere sahip bir kontrol grubu kullanılarak test edilmesi, kullanılan örneklemin büyük olması, ön-test ve son-test kontrol gruplu deneysel desen kullanılması, birden fazla kaynaktan veri toplanması, izleme ölçümlerine yer verilmesi, geliştirilen programın bir el kitabının olması ve bu sayede uygulama kolaylığı sağlaması bilimsel başarı için kullanılan ölçütlerdir. Cioppa vd., (2015) yaptıkları araştırmada siber zorbalık önleme programlarını sistematik olarak incelemişlerdir. Araştırmaya dahil ettikleri çalışmaları (a) birden fazla yerde uygulanması, (b) deney grubuna benzer bir kontrol grubu kullanılması, (c) izleme ölçümlerinin alınması, (d) birden çok kaynaktan veri toplanması, (d) zorbalık ile ilgili etkili sonuçlar bildirmesi, (e) zorbalığa maruz kalma konusunda etkili sonuçlar bildirmesi, (f) okul iklimi açısından olumlu sonuçlar bildirmesi, (g) bireysel, akran, sınıf ve aile gibi çoklu sistemik düzeyler için etkili sonuçlar bildirmesi, (h)

örneklemin ön-test sonuçlarındaki ihtiyaca yönelik uyarlanması kriterleri açısından değerlendirmişlerdir. Bu araştırma kapsamında geliştirilen ve test edilen bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı (a) ön-test son-test kontrol gruplu yarı deneysel desen kullanılması, (b) deney grubuyla benzer özellik gösteren kontrol grubunun kullanılması, (c) zorbalık yapma ve zorbalığa maruz kalma üzerinde etkili olduğuna dair sonuçların raporlanması, (d) uygulama açısından kolaylık sağlayacak bir el kitabı şeklinde tasarlanması açısından yukarıda bahsedilen kriterlere uymaktadır.

Donat-Bacıoğlu (2014) şiddet ve saldırganlığın önlenmesi için hazırlanan önleme programlarının etkililiğini araştırdığı meta-analiz çalışmasında 10 oturumdan az süren çalışmaların, 10 oturumdan fazla süren araştırmalara göre ortalama etki büyüklüğünün daha az olduğu bulgusuna ulaşmıştır. The Media Heroes siber zorbalık önleme programı uzun ve kısa versiyonu olan bir programdır. 45'er dakikalık 15 oturum ya da 90'ar dakikalık dört oturum şeklinde uygulanmıştır. Programın uzun versiyonu kısa versiyonundan daha etkili bulunmuştur (Schultze-Krumbholz vd., 2012). Tanrikulu (2013) tarafından geliştirilen "Gerçeklik Terapisi Yönelimli Siber Zorbalık Önleme Programı" 10 oturumdan oluşmaktadır ve araştırmacı tarafından etkili olduğu raporlanmıştır. Seçer (2014) tarafından geliştirilen bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan grupla psikolojik danışma şeklinde yapılandırılan akran zorbalığı mağduriyetine odaklanan program 11 oturumdan oluşmaktadır ve araştırmacı tarafından etkili bulunmuştur. Bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı diğer çalışmalarla tutarlı olacak şekilde 10 oturumdan oluşmaktadır. Çalışılan grup ve uygulanan yöntem göz önünde bulundurulmakla birlikte saldırganlık, zorbalık önleme programlarının on oturumdan fazla olacak şekilde planlanmasının elde edilecek etkiyi artıracığı bildirilmiştir (Donat-Bacıoğlu, 2014).

Temel amacı hem akran zorbalığının hem de siber zorbalığın önlenmesi ve zorbalığa maruz kalan çocukların bununla erken yaşlardan itibaren sağlıklı bir biçimde başa çıkması olan bu araştırma, çeşitli nedenlerden dolayı ortaokul öğrencileri üzerinde uygulanmıştır. İlkokul öğrencileri yaş grubu olarak önleme açısından daha erken bir müdahaleye zemin hazırlasa da bu grubun çoğunluğunun daha çok elektronik cihazlarda çevrim dışı oyunlar oynayarak ya da ödev araştırarak vakit geçirdiği (Gökçearslan ve Seferoğlu, 2005; Sarı ve Kunt, 2014) ayrıca küçük

yaş gruplarında ebeveyn denetiminin daha belirgin olduğu (Genç, 2014) göz önüne alınarak ilkokul öğrencileri ile çalışılmamıştır.

Yedinci sınıf öğrencileri ile çalışılmasının nedenleri sırasıyla, (a) bilişsel davranışçı temelli önleme ve müdahale programlarının 11-13 yaş aralığındaki çocuklarda daha etkili olması (Durlak, Fuhrman ve Lampman 1991), (b) alan uzmanlarının ve ilgili literatürün (Donat Bacıoğlu, 2014; Sukhodolsky, Kassinove ve Gorman, 2004; Varlık-Özsoy, 2017) çocukların bilişsel davranışçı yaklaşımdan yararlanma düzeylerine ilişkin görüşleri, (c) sınava hazırlanmadıkları için derse giren öğretmenlerden 7. Sınıf öğrencileri için daha kolay izin alınabileceği, (c) ortaokul düzeyinde çalışan okul psikolojik danışmanlarının bu yaş grubuyla çalışılmasının daha uygun olabileceği konusundaki fikirleri ve (d) 7. Sınıf öğrenci velilerinin 8. sınıf öğrencilerinin velilerine göre 8. sınıf öğrencilerinin liseye giriş sınavlarına hazırlanmaları nedeniyle programın uygulanmasına daha sıcak bakma ihtimalleri şeklinde sıralanabilir.

5.1.1.1. Deney ve kontrol gruplarının siber zorbalık envanterison-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur/vardır denencesine ilişkin bulguların tartışılması

Bu araştırmadan elde edilen bulgular bilişsel davranışçı yaklaşım temelli siber zorbalık önleme programının çocukların siber zorbalık yapma ve siber zorbalığa maruz kalma düzeyleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. İlgili alanyazın incelendiğinde Krumbholz vd. (2018) tarafından sosyal öğrenme ve bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı olarak geliştirilen “*The Media Heroes*” adlı siber zorbalık önleme programı bu çalışmayla benzer şekilde siber zorbalık davranışının azaltılmasında etkili bulunmuştur. Zorbalığın altında yatan düşüncelere odaklanma, zorbalığa alternatif davranışlar geliştirmek için rol oynama, tartışma gibi bilişsel davranışçı yöntemler kullanma, sosyal becerileri arttırma, empati becerisi kazandırma gibi unsurları barındıran programın içeriği de araştırmacı tarafından geliştirilen bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı ile benzer özellikler göstermektedir. Her iki program da siber zorbalığa maruz kalmamaya yönelik önlemlere ve başa çıkma becerilerine yer vermektedir. Yine Wölfer vd. (2013) sosyal öğrenme ve bilişsel davranışçı terapiye dayanan siber zorbalık önleme programının katılımcıların siber zorbalık yapma düzeyleri üzerinde etkili

bulunduğunu ortaya koymuştur. Bu durum bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının katılımcıların siber zorbalık yapma düzeylerini üzerinde olumlu bir etkiye sahip olmasını destekler niteliktedir. Ancak Chaux vd. (2016) “*The Media Heroes*” isimli programı farklı bir araştırmada test ettiklerinde siber zorbalığa maruz kalma düzeyleri üzerinde herhangi bir etki bulamamışlardır. “*The Media Heroes*” isimli siber zorbalık önleme programı daha çok siber zorbalık davranışı üzerinde dururken, araştırma kapsamında geliştirilen bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı siber zorbalığa maruz kalma üzerinde de etkili bulunmuştur.

5.1.1.2. Deney ve kontrol gruplarının okul yaşamı zorbalık ölçeği son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur/vardır denencesine ilişkin bulguların tartışılması

Araştırmadan elde edilen bulgular bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının sadece siber zorbalık üzerinde değil, aynı zamanda akran zorbalığı üzerinde de etkili olduğunu göstermektedir. Siber zorbalık akran zorbalığının teknolojik bir formu olarak kabul edilmiştir. Siber zorbalıkla ilgili yapılan çalışmalarda akran zorbalığı literatüründen yararlanılmış, akran zorbalığını önleme ile ilgili bilinenlerden hareket edilmiştir. Akran zorbalığını önleme ve müdahale programları, siber zorbalığı önleme ve müdahale programlarından daha eskiye dayanmaktadır. Siber zorbalığa yönelik geliştirilen önleme ve müdahale programları, geleneksel akran zorbalığını önleme ve müdahale programları temel alınarak hazırlanmıştır. Her iki zorbalık türünün temelindeki dinamikler ve her ikisinin de aynı mekanizmayla işlediğinden hareketle geleneksel akran zorbalığını önleme programları siber zorbalığı önlemek için kullanılmıştır. Nitekim alanyazın incelendiğinde siber zorbalığa yönelik geliştirilen programların akran zorbalığı üzerinde de etkili olduğunu gösteren çalışmalar var iken (Gradinger vd. 2016, Williford vd., 2013) hem siber zorbalığı hem de akran zorbalığını önlemek için geliştirilen programlar da vardır (Garaigordobil ve Valderrey, 2015). Araştırma sonuçları siber zorbalık ve geleneksel akran zorbalığını önlemeye yönelik programların karşılıklı olarak birbirlerinin yerine kullanılabileceğini göstermekte ve bu araştırma sonuçlarını da desteklemektedir. Örneğin; Chaux vd. (2016) bilişsel davranışçı ve sosyal öğrenme yaklaşımına dayalı olarak geliştirilen “*The Media Heroes*” siber zorbalık önleme programını akran zorbalığını önlemede de etkili

sonuçlar verip vermeyeceğini test etmişlerdir. Program yaşları 11-17 arasında değişen 722 katılımcıya uygulanmıştır. Programın uzun versiyonunun uygulandığı deney grubunda akran zorbalığına maruz kalmayı azalttığını raporlamışlardır.

Bu araştırma kapsamında siber zorbalığı önlemeye yönelik geliştirilen bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı akran zorbalığı davranışlarını azaltmada etkili bulunmuştur. Ancak çocukların akran zorbalığına maruz kalma düzeyleri üzerinde etkili olmadığı görülmüştür. Chaux vd. (2016) bu araştırmadan farklı olarak siber zorbalık önleme programının akran zorbalığına maruz kalma üzerinde de etkili sonuçlar verdiğini bildirmişlerdir. Bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının katılımcıların akran zorbalığına maruz kalma düzeyleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmamasının sebebi özellikle bu yaş grubunun (a) birbirleriyle özellikle fiziksel zorbalık davranış kalıplarını kullanarak şakalaşmaları ve bunu zorbalık olarak görmemeleri, (b) programın uygulama yapılan sınıflarda akran zorbalığını kontrol altına alırken diğer sınıflardan gelen akran zorbalığı davranışlarını kontrol altına alayı garanti edemediği için mağduriyetin devam etmesi, (c) program boyunca daha çok internette ortamında gerçekleşen siber zorbalığa odaklanılması olabilir. Nitekim Kutlu (2005) akran zorbalığıyla başa çıkma eğitim programının etkisini test ettiği çalışmada programın mağduriyet üzerinde etkili olmadığını rapor etmiştir. Bunun programın içeriğinin ağırlık olarak zorbalığa odaklanmış olmasından, mağdurlara yönelik olan içeriğin yetersiz kalmasından kaynaklanmış olabileceğini belirtmiştir. Aynı durumun içerik açısından daha çok siber zorbalığa ve siber mağduriyete odaklandığı ve nispeten akran zorbalığı açısından daha yetersiz kaldığı düşünülen bu çalışma için de geçerli olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının uygulanmasının ikinci dönemin sonlarına denk gelmesi öğrencilerin ders yoğunluğunun azalması, dikkatlerinin dağılması, derslerde daha çok serbest bırakılmaları katılımcılar arasında zorbalığın artmasına sebep olmuş olabilir. İlgili literatür incelendiğinde zorbalığın daha çok oyun alanlarında, koridorlarda ve sınıf içinde gerçekleştiği bilinmektedir (Yurtal ve Cenkseven, 2006). Öğretmen denetiminin az olduğu alanlarda daha çok fiziksel zorbalığın meydana geldiği bilinmektedir (Burnukara ve Uçanok, 2012). Bu sebeple katılımcılara akran zorbalığı yapmak için daha fazla fırsat doğmaktadır. Araştırmanın bulgular bölümünde verilen puanlar incelendiğinde kontrol grubundaki akran zorbalığı yapma ve akran

zorbalığına maruz kalma puanlarının artması dikkat çekmektedir. Okul içinde akran zorbalığına maruz kalma artarken aynı durumun siber zorbalık için geçerli olmaması okul sınırları içerisinde öğrencilerin bilişim teknolojileri kullanımını kısıtlayan kuralların olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Ayrıca deney grubuna verilen eğitim sadece üç sınıfla sınırlıdır. Katılımcıların okul içinde iletişim kurdukları sosyal çevrelerinin sadece kendi sınıfları ile sınırlı olmaması mağduriyet puanlarının deney grubu için anlamlı bir fark oluşturmamasını açıklayabilir.

Daha önce de belirtildiği gibi ülkemizde bilişsel davranışçı yaklaşımla geliştirilen siber zorbalık önleme programı yoktur ancak bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan akran zorbalığı önleme programları dikkat çekmektedir (örn., Seçer, 2014; Gökkaya, 2015). Bu programların akran zorbalığını önlemede etkili bulunduğu sonucu araştırmacılar tarafından raporlanmıştır. Bunların dışında bütünüyle bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanmamasına rağmen birçok zorbalığı önleme programında bilişsel davranışçı yaklaşımın izlerini görmek mümkündür. Zorbalık önleme ve müdahale programlarında rol oynama (Dölek, 2002), düşünce-duygudavranış etkileşimini anlayabilme (Karataş, 2011), otomatik düşüncelerin yerine olumlu düşünceler koyabilme (Sargın ve Çetinkaya, 2010), bilişsel tartışma, duygu eğitimi (Şahin, 2007), öfke yönetimi ve çatışma çözme (Kutlu, 2005) gibi yöntem ve teknikler kullanılmıştır. Yine yurtdışında geliştirilen akran zorbalığı önleme programlarında da zorbaların bilişlerini değiştirmeye yönelik teknikler (Olweus, 2004), problem çözme eğitimi, sosyal beceri eğitimi (Newman-Carlson ve Horne, 2004) gibi bilişsel davranışçı öğeler dikkat çekmektedir. Iswanti vd. (2017) zorbalığa yönelik bilişsel, duygusal ve davranışsal değişim sağlamak amacıyla uygulanan bilişsel davranışçı yaklaşımın çocukların zorbalık davranışını azaltmada etkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Eweniyi vd. (2013) kendine bilişsel yönerge verme eğitimi ve durum yönetimi eğitiminin zorbalık davranışına önemli bir etkisi olduğunu ortaya çıkarmıştır. Kendine bilişsel yönerge verme eğitimi, durum yönetimi eğitiminden daha etkili bulunmuştur. Büller (2012) bilişsel davranışçı terapi ile zorbalığa yönelik açık ve örtük tutumları değiştirmek için uyguladığı zorbalık önleme programında kızların zorbalığa yönelik örtük tutumlarının bilişsel davranışçı yaklaşımla değiştiğini raporlamıştır. Abdelkader (2017) öğrenme güçlüğü olan öğrencilerde bilişsel

davranışçı yaklaşımla akran zorbalığını azaltmayı hedeflediği araştırmada Bilişsel davranışçı yaklaşımın öğrenme güçlüğü olan bireylerin zorbalık davranışını azalttığını raporlamıştır. Berry ve Hunt (2009) yaptıkları araştırmada bilişsel davranışçı müdahalenin, ergenlerin zorbalık deneyimlerini ve zorbalığa maruz kaldıklarında verdikleri üzülmeye ağlama gibi tepkileri azaltmada önemli ölçüde etkili olduğunu bulmuşlardır. Newman-Carlson ve Horne (2004) “*Bully-Busters*” isimli akran zorbalığını önleme programı da bilişsel davranışçı terapinin tekniklerini kullanarak akran zorbalığını önlemek amacıyla öğretmenlere eğitim vermişlerdir. Program içeriğinde öğrencilerin zorbalıkla ilgili düşüncelerini olumlu alternatiflerle değiştirme, bilişsel eğitim, sosyal beceri eğitimi gibi bilişsel davranışçı terapiye ait unsurları kullanılmıştır.

5.1.1.3. Deney ve kontrol gruplarının zorbalıkla ilgili bilişler ölçeği son-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur/vardır denencesine ilişkin bulguların tartışılması

Elde edilen bulgular bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının katılımcıların zorbalık bilişleri üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu göstermektedir. İlgili alanyazında siber zorbalık önleme programının katılımcıların zorbalık bilişleri üzerinde olumlu etkisi olduğunu destekleyen araştırma yoktur ancak bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan akran zorbalığı önleme programının katılımcıların zorbalıkla ilgili bilişleri üzerinde etkili olduğunu gösteren araştırma bulguları vardır. Örneğin, Gökkaya (2015) tarafından bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan akran zorbalığı müdahale programında bu çalışmada olduğu gibi düşünce-duygu-davranış arasında bağlantı kurma, zorbalıkla davranış ile ilgili düşünceleri tanıyabilme ve bu davranışlara neden olan düşüncelerin yerine yeni düşünceler koyabilme konuları üzerinde çalışılmıştır. Bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanan akran zorbalığı müdahale programının katılımcıların zorbalıkla ilgili bilişleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunu raporlamıştır. Her ne kadar Gökkaya (2015) tarafından yapılan araştırma akran zorbalığı ile ilgili olsa da her iki zorbalık davranışının da altında yatan dinamikler benzerdir (Chaux vd., 2016).

Zorbalıkla ilgili bilişler akran zorbalığı önleme ve müdahale programlarında sıklıkla çalışılan bir konudur. Örneğin; Olweus (2004) önleme programı kapsamında zorbaların bilişlerini değiştirmeye yönelik çalışmıştır. Newman-Carlson ve Horne

(2004) “*Bully-Busters*” isimli akran zorbalığını önleme programında öğretmenlere öğrencilerin zorbalıkla ilgili düşüncelerini olumlu alternatiflerle değiştirme konusunda eğitim vermiştir. Eweniyi vd. (2013) akran zorbalığını önlemede kendine bilişsel yönerge verme eğitiminin etkisini araştırdıkları çalışmalarında katılımcıların davranışlar üzerinde etkili olan zorbalıkla ilgili olumsuz düşüncelerini “zorbalığın üstesinden gelmeliyim”, “zorbalık yapmadan önce iki kez düşünmeliyim” gibi olumlu ifadelerle değiştirme konularında çalışmışlardır. Geliştirilen programların doğrudan zorbalıkla ilgili bilişler üzerindeki etkisine dair araştırma sonuçları raporlanmamış olsa da araştırmacılar akran zorbalığını önleme programlarında düşüncelerle çalışarak müdahale öncesi ve sonrasında zorbalık yapma veya zorbalığa maruz kalma düzeylerindeki farklılıkları raporlamışlardır. Bu durumun nedeninin (a) zorbalık bilişleri ile ilgili yeterince ölçme aracının olmaması ve/veya (b) zorbalıkla ilgili bilişlerdeki değişimin zaten davranışlara yansıtacağı varsayımları olabileceği düşünülmektedir. Bilişsel davranışçı yaklaşımın temel felsefesi de düşüncelerin değişmesinin duyguları ve davranışları değiştireceğini varsaymaktadır (Dobson ve Dozois, 2010). Bu varsayımdan hareketle bilişsel davranışçı yaklaşıma birçok programda yer verilmesi, program içeriklerinin zorbalıkla ilgili bilişsel çarpıtmaları göstermek ve bunları değiştirmekle ilgili yöntemleri kullanmasına rağmen direk bilişlerin değişimini ölçmeye yönelik değerlendirme sonuçlarının rapor edilmemesi de bu kapsamda değerlendirilebilir.

5.1.2. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programının Değerlendirilmesine Yönelik Nitel Bulguların Tartışılması

Araştırmanın bu bölümünde deney grubunda yer alan öğrencilerle yapılan odak grup görüşmesi sonucunda elde edilen nitel bulgular literatür doğrultusunda tartışılmış ve yorumlanmıştır. Bu kapsamda katılımcıların programın (a) içeriğine, (b) etkililiğine, (c) siber zorbalık yapmama konusunda yeterliğine, (ç) siber zorbalığa maruz kalmama konusunda yeterliğine ve (d) akran zorbalığına etkisine yönelik görüşleri alınmıştır.

Odak grup görüşmesine katılan katılımcıların tamamı ($n=12$) programın içeriğinin yeterli olduğunu söylemişlerdir. İçeriğe eklenmesi gereken bir yerin olmadığını ancak örnek sayısının azaltılması gerektiğini ($n=3$) ifade etmişlerdir. Bir

katılımcı ise çevrimiçi oyunlarla ilgili örnek olayların verilmesinin daha etkili olacağını belirtmiştir. Programa ilişkin hatırladıkları en net öğelerin kullanılan videolar, kullanılan rol oynama etkinlikleri ve örnek olaylar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların yaş grubu ve ilgilerine yönelik öğelerin yer almasının (a) verilen örneklerin daha kalıcı olmasını sağlayacağı, (b) programın etkisini artıracığı düşünülmektedir.

Katılımcılara siber zorbalığı daha önce duyup duymadıkları sorulmuştur. Nerdeyse tamamı ($n= 11$) daha önce duyduklarını belirtmiştir. Ancak tam olarak ne anlama geldiğini, hangi davranışların siber zorbalık davranışı kapsamında olduğuna ilişkin bilgilerinin olmadığını ifade etmişlerdir. Katılımcıların ön-test ölçümleri alınırken verdikleri tepkiler ve sordukları sorular da bunu doğrular niteliktedir. Oturumlarda siber zorbalık davranışlarının neler olduğu tanımlandıkça daha önce maruz kaldıkları davranışları gözden geçirdikleri ve süreç içerisinde kendilerine yapılan zarar verici davranışların siber zorbalık davranışı olarak nitelendirdikleri fark edilmiştir.

Bilişsel davranışçı yaklaşımda, terapi sürecinde danışanın ödevlerini yapması, rasyonel düşünme stratejilerini öğrenmesi, terapide öğrenilen becerilerin günlük yaşamda danışan tarafından uygulanması beklenir (Corey, 2008, s. 297-299). Katılımcılara programın günlük yaşamda kullanabilecekleri beceriler içerip içermediği ve programdan öğrendikleri becerileri günlük yaşamda kullanıp kullanmadıkları sorulduğunda yarıdan fazlası ($n=7$) programdan sonra (a) günlük hayatta konum bilgilerini paylaşma konusunda daha hassas davrandıklarını, (b) fazla fotoğraf paylaşımı yapmadıklarını, (c) gizlilik ve güvenlik ayarlarını güncellediklerini, (ç) antivirüs programı kullanmaya başladıklarını, (d) güvenmedikleri sitelere pek girmediklerini, (e) çevrimiçi oyun oynarken küfür etmediklerini ifade ettiler. Katılımcılar programdan sonra sınıf arkadaşlarından bazılarının da (a) daha az fotoğraf paylaşmaya özen gösterdiğini, (b) birçoğunun ödevlerini araştırırken daha güvenilir siteleri tercih ettiğini ifade ettiler. Katılımcı görüşleri dikkate alındığında geliştirilen bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının bilişsel davranışçı terapinin öğrenilen becerilerin günlük yaşamda kullanılması beklentisini karşıladığı sonucuna ulaşılabilir.

Mishna, Saini ve Solomon (2009) sınıf düzeyleri beş ile sekiz arasında değişen toplamda 38 katılımcıyla 5 grup oluşturarak gerçekleştirdikleri odak grup görüşmesinde katılımcıların siber zorbalıkla ilgili görüşlerini belirlemeye çalışmışlardır. Bu araştırmada elde edilen bulgular aynı zamanda siber zorbalıkla ilgili yapılacak önleme çalışmalarında dikkat edilmesi gereken noktalara vurgu yapmıştır. Bu noktalardan biri (a) çocuklara ve gençlere çevrimiçi ilişkilerin önemini anlatmak, (b) çevrimiçi ilişkilerden doğan riskleri ele almaktır. Güvendiği bir arkadaşına şifresini vermek, bir fotoğrafını göndermek çocuklar ve gençler arasında sıklıkla karşılaşılan bir durumdur. Sosyal ilişkilerde yaşanan problemlerin bir anda siber zorbalığa dönüşme olasılığı yüksektir. Hele de çalışılan grubun yaşı göz önünde bulundurulduğunda çocuklar arasındaki ilişkilerin dengesi oldukça değişkendir. Dolayısıyla çocuklara ve gençleri internetteki olası riskler hakkında bilgilendirmek önemlidir. Bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programında internette güvende olmak, teknolojik önlemler, gerçek yaşamda ve internet ortamında güvenli davranışlar oturumlar boyunca ele alınmıştır. Siber zorbalığa maruz kalmamak için neler yapılmalı sorusuna verilen katılımcı görüşleri analiz edildiğinde katılımcılar (a) kişisel bilgileri internette paylaşmamak, (b) facebook şifresini kimseye vermemek, (c) internette fazla vakit geçirmemek, (ç) tanımadığınız kişilerle internette arkadaş olmamak ve bu kişilerle özel bilgileri paylaşmamak, (d) konum bilgilerini içeren fotoğrafları paylaşmamak, (e) antivirüs programı kullanmak ve (f) tanımadığımız kişilerden gelen mesajları açmamak gerektiğini ifade etmiştir. Bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programının katılımcılara bu konuda fayda sağladığı söylenebilir.

Siber zorbalık olaylarının çocuklar ve gençler tarafından ailelere ve otoritelere bildirilmediği bilinmektedir (O'Connell vd., 2004). Her ne kadar siber zorbalık geleneksel zorbalık literatürüne paralel olarak misilleme korkusu ve zorbalığa uğrama korkusu olsa da (Tundna ve Allaggia, 2005) temel sebebin ebeveynler tarafından cep telefonu bilgisayar tablet gibi elektronik temelli araçların yasaklanması korkusunun olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Mishna vd., 2009). Bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı katılımcıların ebeveynlerine imzalatmaları gereken çocuk-ebeveyn internet sözleşmesini de içermektedir. Katılımcılara siber zorbalık sözleşmesini anne ve babalarına imzalatmak için götördüklerinde aldıkları tepkilerin neler olduğu sorulmuştur. Bazı katılımcıların

velileri verilen eğitimle ilgili detaylı sorular sormayı seçerken bazıları okuyup imzalamayı tercih etmişlerdir. Katılımcıların bir kısmı ($n=4$) anne ve babalarının sözleşmeden sonra davranışlarında değişiklik olduğunu, birkaçı ($n=3$) ise anne ve babalarının davranışlarında siber zorbalık sözleşmesinden sonra herhangi bir farklılık olmadığını ifade etmiştir. Bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının siber zorbalık konusunda bazı katılımcıların ebeveynleri üzerinde farkındalık oluşturduğu söylenebilir. Zorbalıkla mücadelede atılan adımların etkili olabilmesi için zorbalığı önleme konusunda sadece mağdurlara yardım etmek yetersiz kalacaktır. Zorbaları, tanıklık edenleri, ebeveynleri ve okul personeli sürecin içine dahil etmek, onları bu konuda bilinçlendirmek (Huebner ve Morgan, 2002), okul temelli bütüncül bir bakış açısı benimsemenin (Murray-Harvey, Skrzypiec, ve Slee, 2012) daha etkili olacağı düşünülmektedir. Zorbalık önleme programlarının zorbalık olayı içinde yer alan tüm rollere yönelik olması ve ebeveynlerin de sürecin içine dahil edilmesi başarılı bir zorbalık önleme programının özellikleri (Astor vd., 2005) arasında sayılmaktadır. Araştırmacı tarafından geliştirilen bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programında tam anlamıyla anne ve babaların zorbalığı önleme sürecinin içine dahil edildiği ebeveyn oturumları olmasa da nispeten bu konu ile ilgili farkındalık kazandırılmaya çalışılması ve geliştirilen programın zorbalık içinde yer alan hem zorba hem de mağdur rollerine yönelik olması literatür ile tutarlıdır.

Siber zorbalığı önlemede empati eğitimi oldukça sık kullanılmaktadır. Mağdurun ne hissedeceğini ve üzerinde ne gibi olumsuz etkilerin olacağını bilmelerini sağlamak oldukça önemlidir. Empati zorbalığı önleme programlarında sıkça ele alınan bir konudur. Bazı programlarda empatiyi geliştirme etkinliklerine sıkça yer verilirken (örn., Let's Not Fall Into a Trap, No Trap), bazıları ise temelde empati geliştirme programı (örn., The Media Heroes) olarak tasarlanmıştır. Örneğin Şahin (2007) uyguladığı empati geliştirme programının zorbalığı azalttığını raporlamıştır. Empatiyi zorbalık teması gibi programın temel bileşeni olarak kabul eden programlar (örn., ConRed) da bulunmaktadır. Literatürde yer alan programlarla tutarlı şekilde bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programında bir oturum tamamen empatiye ayrılmış, program süresince de siber zorbalığın etkilerini değerlendirme başta olmak üzere çeşitli konularda empatinin duyuşsal ve bilişsel öğeleri kullanılmıştır. Katılımcıların tamamı ($n= 12$) siber zorbalığın başta duygusal olmak

üzere, davranışsal, sosyal ve akademik etkilerini öğrendiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların siber zorbalık yapmamak için (a) empati yapmak gerektiğini ve (b) siber zorbalığın etkilerini bilmek gerektiğini ifade etmeleri programın siber zorbalığı önlemede empatinin önemi konusunda farkındalık kazandırdığı şeklinde yorumlanabilir. Programın katılımcıların empati düzeylerine etkisi ile ilgili ön-test-son-test ölçümü yapılmadığı için doğrudan nicel bir değerlendirme yapmak mümkün değildir.

Katılımcılara yöneltilen bir başka soru programın hedefine ne kadar ulaşabildiği olmuştur. Odak grup görüşmesine katılan katılımcıların tamamı ($n= 12$) program süresince (a) siber zorbalığın ne olduğu ve yaygınlığı ile ilgili bilgi verme, (b) siber zorbalığın mağdurda yol açtığı etkilerin farkına varabilme, (c) siber zorbalığın hangi amaçlarla yapıldığını fark etme, (ç) siber zorbalık yapmaya ve siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik düşünceleri öğrenme (d) siber zorbalığı problemlerin çözümünde bir yol olarak görmeyip yüz yüze iletişimi tercih etme, (e) mağdurun duygularını anlayabilmek için empati yapma, (f) siber zorbalığa maruz kalmamak için önlem alma ve (g) siber zorbalık konusunda farkındalık kazandırma amaçlarına ulaşıldığını ifade ettiler. Elde edilen nitel bulgular nicel bulguları destekler niteliktedir.

Bilişsel davranışçı terapinin odak noktası danışanın düşünce ve davranışlarıdır (Corey, 2008, s. 299; Köroğlu, 2005, s.15). Terapi boyunca düşünce değişimi sağlanarak davranışlar değiştirilmeye çalışılır. Dobson ve Dozois (2010)'e göre bilişsel davranışçı terapiler üç temel sayılıya dayanmaktadır. Bu temel sayılıtlar (a) bilişlerin davranışı etkilediği (b) bilişsel süreçlerin kontrol edilebilir ve değiştirilebilir olduğu ve (c) hedeflenen davranış değişikliklerinin bilişlerin değiştirilmesi ile sağlanabileceğidir (s. 4). Bu araştırmada bilişsel davranışçı yaklaşımın dayandığı temel varsayımlar ile siber zorbalık kavramı ile bir araya getirilmiştir. Düşünce-duygu-davranış ilişkisi bağlamında zorbalık davranışı ele alınmıştır. Duygu-düşünce ve davranışın birbirini nasıl etkilediğinden yola çıkılarak siber zorbalık yapmaya yönelik düşünceler ve davranışlar ile siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik düşünce ve davranışlara odaklanılmıştır. Odak grup görüşmesinde katılımcılara düşünceler, duygular ve siber zorbalık davranışları arasındaki ilişki ile ilgili neler öğrendikleri sorulmuştur. Katılımcıların bu soruya verdikleri “örn., *Düşüncelerimiz duygularımızı, duygularımız davranışlarımızı etkiliyordu*” gibi

cevaplardan da anlaşılabileceği gibi zorbalıkla ilgili düşünce-duygu-davranış ilişkisine dair farkındalık kazandıkları söylenebilir.

Bilişsel davranışçı terapi ile bireylerin zorbalıkla ilgili duygu ve düşüncelerini daha iyi anlamalarını sağlayacağı ve zorbalıkla ilgili düşüncelerin, bireylerin duygularını ve zorbalık davranışlarını nasıl etkilediğini göstereceği, zorbalıkla ilgili düşüncelerin değiştirilmesiyle zorbalık davranışının yaygınlığının azalacağı varsayılmaktadır. Mills (2008) bilişsel davranışçı terapinin bireyin bir soruna bakış açısını değiştirmeyi amaçladığını bu nedenle bireylere zorbalık davranışını yönetmede yardımcı olmak için kullanılabileceğini bildirmiştir (aktaran Iswanti vd., 2017, s. 30). Donnellan (2006) zorbalık davranışını yönetmenin bir yolunun, bireyin mevcut durum hakkındaki bakış açısını değiştirmek olduğunu savunmuştur. Nitekim bilişsel davranışçı yaklaşımın zorbalıkla ilgili hem düşünceleri hem de davranış örüntülerini değiştirmedeki etkisi daha önceki araştırmalarda kanıtlanmıştır (bknz. Gökkaya, 2015). Katılımcıların odak grup görüşmesi sırasında siber zorbalık yapmama ve siber zorbalığa maruz kalmama konusunda öğrendikleri bilişsel ve davranışsal unsurlara değinmeleri dikkat çekmektedir. Siber zorbalığın (a) intikam almak, (b) eğlenmek, (c) kıskançlık, (ç) karşıdakinin canını yakmak ve (d) can sıkıntısı gibi düşüncelerle yapıldığını; bunlara ek olarak (a)siber zorbalığa maruz kalmanın kendi suçu olduğunu düşünmenin, (b) siber zorbalığa uğradığında intikam alma düşüncesinin ve (c) siber zorbalığa uğradığında herkesin kendisiyle dalga geçeceğini düşünmenin siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik yanlış düşünceler olduğunu ifade ettiler. Siber zorbalığa uğrandığında ise (a) bunun mağdurun suçu olduğunu düşünmenin, (b) böyle bir durumda interneti yasaklar düşüncesiyle ebeveynlere haber verilmemesinin, (c) siber zorbalığa uğradığım için başkaları benimle dalga geçer düşüncesinin yanlış olduğunu öğrendiklerini söylediler. Katılımcı görüşleri incelendiğinde bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık programı nicel verilerle ve literatürle tutarlı olarak katılımcıların zorbalıkla ilgili bilişsel çarpıtmaları ve bu çarpıtmaların sebep olduğu davranışları ayırt etmede etkili olduğu söylenebilir.

Araştırmanın nicel bulguları ise bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının akran zorbalığı üzerinde etkili olduğunu, akran zorbalığına maruz kalma üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Nicel verilerden elde edilen bu değer,

katılımcı görüşlerini içeren nitel verilerle de tutarlıdır. Katılımcılara hazırlanan bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının akran zorbalığını önleme üzerinde etkili olup olmadığı sorulmuştur. Katılımcı görüşleri incelendiğinde katılımcıların tamamı ($n=12$) bu eğitimin yüz yüze ortamda gerçekleşen akran zorbalığını önlemede etkili olmadığını söylemiştir. Fiziksel zorbalığın dışarıdan fark edilmesi ilişkisel ve sözel zorbalığa göre daha kolaydır (Coloroso, 2003). Ancak fiziksel şiddetten ayırt edilmesi güçtür. Katılımcılara bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık programının sınıfta gerçekleşen akran zorbalığı üzerinde etkisi olup olmadığı sorulduğunda genellikle verdikleri örnekler fiziksel davranışlar olmuştur. Ancak bahsedilen davranışın zorbalık olarak nitelendirilebilmesi için *süreklilik, güç dengesizliği, kasıtlı zarar verme niyetini* içermesi gerekmektedir. Katılımcıların özellikle fiziksel davranışların tamamını bu kriterleri göz önünde bulundurmadan zorbalık olarak nitelendirdikleri, genelleme yaptıkları düşünülmektedir.

5.2. Sonuç

Araştırma sonuçları aşağıda özetlenmiştir.

- Bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programı katılımcıların siber zorbalık yapma düzeylerini azaltmıştır. Kontrol grubunda siber zorbalık yapma puanları son testte artarken deney grubunda azalma olmuştur.
- Bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programı katılımcıların siber zorbalığa maruz kalma düzeylerini azaltmıştır. Kontrol grubunda siber zorbalığa maruz kalma puanları son testte artarken deney grubunda azalma olmuştur.
- Bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programı katılımcıların akran zorbalığı yapma düzeylerini azaltmıştır.
- Bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programı katılımcıların akran zorbalığına maruz kalma puanları son-testte azalmasına rağmen aradaki fark anlamlı çıkmamıştır.
- Bilişsel davranışçı siber zorbalık önleme programı katılımcıların zorbalık bilişleri üzerinde olumlu bir etki sağlamıştır.
- Odak grup görüşmesine katılan katılımcıların tamamı bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının amacına ulaştığını ($n=12$), içeriğinin yeterli olduğunu ($n=12$) düşünmektedirler.

- Odak grup görüşmesine katılan katılımcıların tamamı (n=12) bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının akran zorbalığını önleme konusunda etkili olmadığını düşünmektedirler.

5.3. Öneriler

5.2.1. Araştırmacılar İçin Öneriler

Bilgi ve iletişim teknolojilerinin kullanımının artmasıyla akran zorbalığının teknolojik bir formu olan siber zorbalık kavramı literatürde yerini almıştır. Son zamanlarda siber zorbalıkla ilgili araştırma sayısı gittikçe artmıştır. Yapılan araştırmaların daha çok tanımlama, yaygınlık, sınıflandırma gibi siber zorbalığın doğasına yönelik araştırmalar olması dikkat çekmektedir. Kocatürk (2017), 2008-2017 yılları arasında yapılan 58 yüksek lisans ve doktora çalışmasını incelemiştir. Araştırmaların odak noktası farklı olsa da bu çalışmaların yalnızca %8.62'sinin deneysel desenle, %1.72'sinin karma desenle yapıldığı sonucuna ulaşmıştır. Çocukları ve gençleri birçok yönden etkileyen siber zorbalığın önlenmesine ve siber zorbalığa müdahale etmeye yönelik araştırmalara ağırlık verilmesi önerilmektedir.

Siber zorbalığı önlemeye ve müdahale etmeye yönelik yapılan çalışmalarda araştırmacılar tarafından uygulanan programların etkililiği raporlanmıştır. Ancak etkililiğin kalıcılığını takip etmek için alınan izleme ölçümleri birçoğunda yapılmamıştır. Bundan sonraki deneysel çalışmalarda izleme ölçümleri yapılarak geliştirilen önleme programlarının uzun süreli etkileri ortaya konulabilir.

Ülkemizde siber zorbalığı önlemeye ve müdahale etmeye yönelik geliştirilen programların kuramsal temeli gerçeklik terapisi ve insani değerler yönelimlidir. Çocuklarda ve gençlerde şiddet, saldırganlık ve zorbalık içeren davranışların azaltılmasında büyük ve orta etkili bulunan bilişsel davranışçı yaklaşımla hazırlanmış akran zorbalığı önleme programları varken siber zorbalığı önlemeye ve müdahale etmeye yönelik bilişsel davranışçı temelli program yoktur. Bilişsel davranışçı yaklaşım başta olmak üzere farklı kuramlardan yola çıkılarak hazırlanacak siber zorbalık önleme ve müdahale programlarına ihtiyaç vardır. Ayrıca önleme ve müdahale programları genellikle küçük gruplar üzerinde uygulanmıştır. Okullarda psikolojik danışman başına çok sayıda öğrencinin düştüğü göz önünde

bulundurulursa yapılacak uygulamaların kısa sürede daha fazla öğrenciye ulaşması açısından büyük gruplarda denenmesi önerilmektedir. Ayrıca geliştirilen bu programın daha küçük gruplarda etkilerinin test edilmesi önerilmektedir. Akran zorbalığı ve siber zorbalığa yönelik geliştirilen önleme ve müdahale programları genellikle zorbalara ya da mağdurlara yöneliktir. Tanıklık edenleri zorbalığı önleme sürecine dahil etmenin büyük fayda sağlayacağı, programların etki alanının genişleyeceği düşünülmektedir. Nitekim tanıklık edenler üzerine odaklanan KiVa gibi zorbalık önleme programları büyük oranda başarı sağlamıştır (“Evidence of effectiveness in Finland and elsewhere,” t. y.). Bundan sonra geliştirilecek programlarda tanıklık edenlerin sürecin içine dahil edileceği çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Psiko-eğitim grupları gerek oturum sayısı, gerek süre gerek ise iş ve beceri yönelimli olması açısından diğer gruplardan ayrılır (Güçray, Çekici ve Çolakkadioğlu, 2009). Genel olarak okullarda bilişsel ve davranışsal konuların işlenmesinde kullanılmaktadır. Psiko-eğitim gruplarında her bir oturum için süre çocuklarda 7-9 yaş arası için 20-30 dk, dokuz yaş ve üzeri için 30-40 dk, ergenlerde ise 50-60 dakika olmalıdır (Güçray vd., 2009). Ülkemizde geliştirilen psiko-eğitim programlarının birçoğunda oturum süresinin çok uzun olduğu görülmektedir. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda hedeflenen kazanımlara ulaşılması için çocuk katılımcıların dikkatinin daha kolay dağılacağı göz önünde bulundurularak oturum sürelerinin makul ölçüde planlanması önerilmektedir.

Siber zorbalığı ve akran zorbalığını önleme konusunda ailelerin, okul psikolojik danışmanlarının, öğretmenlerin, idarecilerin, kanun koyucuların kısacası tüm paydaşların önleme sürecine dahil edildiği (Huebner ve Morgan, 2002), okul temelli bütüncül bir bakış açısı benimsemek (Murray-Harvey vd., 2012) tavsiye edilmektedir. Bu nedenle bundan sonraki çalışmalarda (a) ailelere, eğitimcilere ve öğretmenlere yönelik çalışmaların yapılması (b) ülkemizde siber zorbalıkla ilgili önleme programlarının çıktıları doğrultusunda eğitim politikalarının geliştirilmesi, (c) hazırlanan önleme ve müdahale programlarının kullanımının yaygınlaşması (d) siber zorbalığı ve akran zorbalığını önlemeye yönelik çalışmalarda anahtar role sahip olan okul psikolojik danışmanlarının farkındalıklarını artırıcı çalışmalar yapılması,

(e) gerekli olduğu takdirde bu konuyla ilgili hizmet içi eğitimlerin verilmesi önerilmektedir.

5.2.2. Uygulayıcılar İçin Öneriler

Uygulanan bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının akran zorbalığı ve siber zorbalığı önlemede etkili bulunduğu sonucunda ulaşılmıştır. Geliştirilen bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programının siber zorbalık yapma, siber zorbalığa maruz kalma, akran zorbalığı yapma ve akran zorbalığına maruz kalma üzerindeki etkisi ilk kez incelendiğinden genelleme yapmak için sadece bir grup üzerinde denemesi yeterli değildir. Bu programın farklı örneklemelerde ve farklı uygulayıcılar tarafından denemesi önerilmektedir.

Bilişsel davranışçı temelli siber zorbalık önleme programı büyük grup uygulaması olsa da program içinde yer alan bazı tekniklerin (örn., rol oynama) uygulanması sırasında varsa okulda çalışan diğer psikolojik danışmandan ya da uygulamaya alınan gruba o ders saatinde dersi olan öğretmenlerden önceden bilgilendirme yapmak koşuluyla yardım alınmasının ya da sadece o uygulama sırasında büyük grubun daha küçük gruplara bölünmesi katılımcıların sürecin içinde daha etkin rol alması ve uygulama kolaylığı sağlaması açısından önerilmektedir. Nitekim bu programın uygulanması sırasında okul psikolojik danışmanlarından ve o ders saatinde uygulama yapılacak sınıfa dersi olan öğretmenlerden yardım alınmıştır.

KAYNAKÇA

- Abdulkader, W. F. A. K. (2017). The effectiveness of a cognitive behavioral therapy program in reducing school bullying among a sample of adolescents with learning Disabilities. *International Journal of Educational Sciences*, 18(1)-3, 16-28, doi: 10.1080/09751122.2017.1346752
- Aboujaoude, E., Savage, M. W., Starcovic, V., ve Salame, W. O., (2015). Cyberbullying: Review of an old problem gone viral. *Journal of Adolescent Health*, 57, 10-18.
- Aksaray, S. (2011). Siber zorbalık. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 405-432.
- Alex-Hart, B., Okagua, J., ve Opara, P. I. (2015). Prevalence of bullying in secondary schools in port harcourt. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 27(4), 391-396. <http://dx.doi.org/10.1515/ijamh-2014-0038>
- Arıca, O. T. (2009). Üniversite öğrencilerindeki siber zorbalık davranışlarının bir yordayıcısı olarak psikiyatrik belirtiler. *Eurasian Journal of Educational Research*, 34, 167-184.
- Astor, R. A., Meyer, H. A., Benbenishty, R., Marachi, R. ve Rosemond, M. (2005). School safety interventions: best practices and programs. *Children ve Schools*, 27(1),17-32.
- Ayas T., Horzum, M.B. (2012). İlköğretim öğrencilerinin sanal zorba ve mağdur olma durumu. *İlköğretim Online*, 11(2), 369-380.
- Baştürk-Akça, E., Sayımer, İ., ve Ergül, S. (2015). Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya kullanımları ve siber zorbalık deneyimleri: Ankara örneği. *Global Media Journal TR Edition*, 5(10), 71-86.
- Bayram, N. ve Sayılı, M. (2013). Üniversite öğrencileri arasında siber zorbalık davranışı. *İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Mecmuası*, 71(1),107-116.
- Belsey, B. (2003). *Always on, always aware*.26.03.2018 tarihinde <http://cyberbullying.ca/> adresinden erişildi.
- Beran, T. ve Li, Q. (2005). Cyber harassment: a study of new method for an old behavior. *Journal of Educational Computing Research*, 32(3), 265-277.
- Besag, V. E. (1995) *Bullies and Victims in Schools. A Guide to Understanding and Managment*. Philadelphia: Open University Press.
- Brewer, G. ve Kerslake, J. (2015). Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 2015(48),255-260.

- Brochado, S., Soares, S., ve Fraga, S. (2016). A scoping review on studies of cyberbullying prevalence among adolescents. *Trauma, Violence ve Abuse*, 18, 523-531.
- Burnukara, P. (2009). *İlk ve orta ergenlikte geleneksel ve sanal akran zorbalığına ilişkin betimsel bir inceleme* (Yüksek Lisans Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Burnukara, P. ve Uçanok, Z. (2012). İlk ve orta ergenlikte akran zorbalığı: gerçekleştiği yerler ve baş etme yolları. *Türk Psikolojik Yazıları*, 15(29), 68-82.
- Butler, A. C., Chapman, J. E., Forman, E. M. ve Beck, A. T. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clinical Psychology Review*, 26, 17-31.
- Büller, F. (2012). *Can bullying attitudes in school-aged children be changed using cognitive behaviour therapy methods? A pilot study*. Doktora tezi. Lunds University, Swedish.
- Brown, E. C., Low, S., Smith, B. H., ve Haggerty, K. P. (2011). Outcomes from a school-randomized control trial of Steps to Respect. *School Psychology Review*, 40(3), 423-443.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz ve Ş., Demirel, F. (2015). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Geliştirilmiş on dokuzuncu baskı). Ankara: Pegem Yayınları.
- Campbell, M. ve Bauman, S. (2018) Cyberbullying: Definition, consequences, prevalence. Campbell, M. ve Bauman, S., (Ed), *Reducing cyberbullying in schools* (içinde s. 3-16). UK: Academic Press.
- Center for Disease Control, National Center for Injury Prevention and Control (2015). *Understanding Bullying*. 31 Mart 2018 tarihinde https://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/bullying_factsheet.pdf adresinden erişildi.
- Cioppa, V. D., O'Neil, A. ve Craig, W. (2015). Learning from traditional bullying interventions: A review of research on cyberbullying and best practice. *Agression and Violent Behavior*, 23 (2015), 61-68. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.009>
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2. Baskı). Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., DeLooze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, O., Bamekew, V. (2012). Social determinants of health and well-being among young

- people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: International report from the 2009/2010 survey (No. 6), WHO Regional Office for Europe, Health Policy for Children and Adolescents, Kopenag.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuram ve uygulamaları*. (T. Ergene, çev.) Ankara: Mentis Yayıncılık. (Orjinal eser 2005 yılında basılmıştır).
- Coloroso, B. (2003). *The bully, the bullied and the bystander: From preschool to high school*. USA: Harper Collins Publishing.
- Chaux, E., Velasquez, A. M., Schultze-Krumbholz, A., ve Scheithauer, H. (2016). Effects of the cyberbullying prevention program media heroes (Medienhelden) on traditional bullying. *Aggressive Behavior*, 42, 157-165. doi:10.1002/ab.21637
- Creswell, J. W., Plano-Crak, V. L. (2006). *Designing and conducting mixed methods Research*. (3. Baskı). USA: Sage Publications.
- Creswell, J. W. (2017). *Karma yöntem araştırmaların giriş*. (M. Sözbilir, Çev. Ed.). Ankara: Pegem.
- Cross, D., Shaw, T., Hearn, L., Epstein, M., Monks, H., Lester, L., ve Thomas, L. (2009). *Australian covert bullying prevalence study (ACBPS)*. Western Australia: Report prepared for the Department of Education, Employment and Workplace Relations (DEEWR).
- Cross, D., Shaw, T., Hadwen, K., Cardoso, P., Slee, P., Roberts, C., ve Barnes, A. (2016). Longitudinal impact of the Cyber Friendly Schools program on adolescents' cyberbullying behavior. *Aggressive Behavior*, 42, 166-180. doi:10.1002/ab.21609
- Çalık, T., Özbay, Y., Erkan, S., Kurt, T., Kandemir, M., (2010). *Seçim teorisi temelli güvenli okul iklimi oluşturma projesi*. Proje No: 106K016, TÜBİTAK
- Çağrı, R. (2010). *Zorbalık yapan ve zorbalığa maruz kalan çocukların kişilik özelliklerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çalışgan, H. (2013). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ve siber zorbalık* (Yüksek Lisans Tezi), Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Çekiş, A. (2009). *Grupla psikolojik danışma uygulamalarının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öfke ile başa çıkabilme becerilerine etkisi*. Yüksek lisans tezi. Gaziantep Üniversitesi.
- Çokluk, Ö., Yılmaz, K., ve Oğuz, E. (2011). Nitel bir görüşme yöntemi: odak grup görüşmesi. *Kuramsal Eğitimbilim*. 4 (1), 95-107.
- Dehue, F., Bolman, C., ve Völlink T., (2008). Cyberbullying: Youngsters' experiences and parental perception. *CyberPsychology ve Behavior*, 11(2), 217-223. doi:10.1089/cpb.2007.0008
- Diamanduros, T., Downs, E., ve Jenkins, S. J. (2008). The role of school psychologists in the assessment, prevention, and intervention of cyberbullying. *Psychology in the Schools*, 45(8), 693-704. doi:10.1002/pits.20335
- Dilmaç, B. (2007). *Fen Lisesi Öğrencilerine İnsani Değerler Eğitimin Verilmesi ve İnsani Değerler Ölçeği İle Sınanması*. Yayınlanmamış doktora tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Doane, A. N. (2011). *Testing of a brief Internet cyberbullying prevention program in college students* (Doktora Tezi). Norfolk, VA: Old Dominion Üniversitesi, Faculty of Philosophy and Psychology.
- Dobson, K. S. ve Dozois, D. J. A. (2010). Historical and philosophical bases of the cognitive-behavioral therapies. K. S. Dobson (Ed.), *Handbook of cognitive-behavioral therapies* içinde (s. 4). New York: Guilford Publications.
- Donat-Bacıoğlu, S., (2014). Şiddet ve saldırganlığın azaltılmasında önleme ve müdahale programlarının etkililiği: meta-analiz çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(41), 294- 304.
- Donnellan, C. (2006). *Bullying*. England: Independence Educational Publishers Cambridge.
- Dooley, J. J., Pyzalski, J., ve Cross, D. (2009). Cyberbullying versus face-to-face bullying a theoretical and conceptual review. *Journal of Psychology*, 217(4), 182–188.
- Dölek, N. (2002). *Öğrencilerde zorbaca davranışların araştırılması ve önleyici bir program Modeli*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Durlak, J. A., Fuhrman, T. ve Lampman, C. (1991). Effectiveness of cognitive-behavior therapy for maladapting children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(2), 204-214.
- Dyrli, O. (2005). Cyberbullying: online bullying affects every school district. *District Administration*, 41(9), 63-63.
- Elliot, M. (2002). *Bullying: A practical guide to coping for schools*: London: Pearson
- Erdur-Baker, Ö. ve Kavşut, F. (2007). A new face of peer bullying: cyberbullying. *Journal of Euroasian Educational Research*, 27, 31-42.
- Topcu, Ç., Erdur-Baker, Ö. ve Çapa-Aydın, Y. (2008). Examination of cyberbullying experiences among Turkish students from different school types. *CyberPsychology and Behavior*, 11, 643-648.
- Erdur-Baker, Ö. ve Tanrikulu, İ. (2010). Psychological consequences of cyber bullying experiences among Turkish secondary school children. *Procedi-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 2771-2776. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.413>
- Erdur-Baker, Ö. ve Topçu, Ç. (2013). Siber Zorbalık. Kalkan, M., Kaygusuz, C.(Ed), *İnternet bağımlılığı sorunlar ve çözümler* (1.Baskı) içinde (s. 51-73). Ankara: Anı yayıncılık.
- Eroğlu, Y. (2011). *Koşullu öz-değer, riskli internet davranışları ve siber zorbalık/mağduriyet arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Espelage, D. L., ve Swearer, S. M. (Eds.). (2004). *Bullying in American schools: a social-ecological perspective on prevention and intervention*. (1. Baskı). New Jersey: Erlbaum.
- Evidence of effectiveness in Finland and elsewhere*. (tarih yok). KiVa School: 3 Mart 2018 tarihinde <http://www.kivaprogram.net/is-kiva-effective> adresinden alınmıştır.
- Eweniyi, G., Adeoye, A., Ayodele, K. O., ve Raheem A. (2013). The effectiveness of two psycho-social behavioural interventions on adolescents' bullying behaviour among Nigerian adolescents. *Journal of Studies in Social Sciences*, 4(2), 246-261.
- Farrington, D. P., (1993). Understanding and preventing bullying. *Crime and Justice*. 17 (1993), 381-458.

- Farrington, D. P., ve Ttofi, M. M., (2009). School-based programs to reduce bullying and victimization. *Campbell Systematic Reviews*, 2009, 6. doi: 10.4073/csr.2009.6
- Fırat, M., Kabakçı Yurdakul, I., ve Ersoy, A. (2014). Bir eğitim teknolojisi araştırmasına dayalı olarak karma yöntem araştırması deneyimi. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi-Journal of Qualitative Research in Education*, 2(1), 65-86. doi:10.14689/issn.2148-2624.1.2s3m
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using spss*.(3. Baskı.). Kanada: Sage Publications.
- Garaigordobil, M., ve Martínez-Valderrey, V. (2015). Effects of cyberprogram 2.0 on" face-to-face" bullying, cyberbullying, and empathy. *Psicothema*, 27, 45-51. doi:10.7334/psicothema2014.78
- Garret, A. G. (2003). *Bullying in American Schools*. Jefferson, NC, United States: McFarland & Company. Publishers.
- Genç, Z. (2014). Parents's perceptions about the mobile technology use of preschool aged children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 146, 55-60.
- George, D., ve Mallery, P. (2003). *SPSS for windows step by step: a simple guide and reference* (4.Baskı). Boston: Allyn ve Bacon.
- Gini, G., ve Pozzoli, T. (2013). Bullied children and psychosomatic problems: A meta-analysis. *Pediatrics*. 31 Mart 2018 tarihinde pediatrics.aappublications.org/content/early/2013/09/11/peds.2013-0614 adresinden erişildi.
- Gini, G., ve Espelage, D. D. (2014) Peer victimization, cyberbullying, and suicide risk in children and adolescents. *JAMA Pediatrics*, 312, 545-546.
- Gökçearslan, Ş. ve Seferoğlu S. S. (2005). Öğrencilerin evde bilgisayar kullanımına ilişkin bir çalışma XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, Kongre Kitabı (Cilt II), 839-844. Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Gökkaya, F. ve Tekinsav-Sütcü S., (2014). Çocuklar için zorbalıkla ilgili bilişler ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry*. 16(Special issue.1), 54-63. doi: 10.5455/apd.174346 2015

- Gökkaya, F. (2015). *İlköğretim öğrencilerinde zorbalık eğilimini azaltmaya yönelik bilişsel davranışçı bir müdahale programının geliştirilmesi ve etkililiğinin değerlendirilmesi*. Doktora tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Gökler, R. (2009). Okullarda akran zorbalığı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 511-537.
- Gradinger, P., Yanagida, T., Strohmeier, D., ve Spiel, C. (2016). Effectiveness and sustainability of the VISC Social Competence Program to prevent cyberbullying and cyber-victimization: Class and individual level moderators. *Aggressive Behavior*, 42, 181-193. doi:10.1002/ab.21631
- Güçray, S. S., Çekici, F., ve Çolakkadıoğlu, O. (2009). Psiko-eğitim gruplarının yapılandırılması ve genel ilkeleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 134-153.
- Green, S. B., ve Salkind, N. J. (2005). *Using SPSS for Windows and Macintosh: Analyzing and understanding data*. Upper Saddle River, NJ: Pearson/Prentice Hall.
- Haddon, L., Hasebrink, U., Livingstone, S., Ólafsson, K., O'Neill, B., Šmahel, D., ve Staksrud, E. (2014). *LSE Research Online*. London School of Economics and Political Science: 26 Şubat 2018 tarihinde http://eprints.lse.ac.uk/60512/?from_serp=1 adresinden alınmıştır.
- Hilooğlu, S. ve Cenksever-Önder, F. (2010). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinde zorbalığı yordamada sosyal beceri ve yaşam doyumunun rolü. *İlköğretim Online*, 9(3), 1159-1173.
- Hinduja, S. ve Patchin, J. (2009). Cyberbullying research summary: Emotional and Psychological Consequences. Cyberbullying Research Center. 31 Mart 2018 tarihinde https://cyberbullying.org/cyberbullying_emotional_consequences.pdf adresinden erişildi.
- Hinduja, S., ve Patchin, J. W. (2015). *Bullying beyond the schoolyard preventing and responding to cyberbullyin*. (2. Baskı). USA: Corwin.
- Huebner, A. ve Morgan, E. (2002). Adolescent bullying. *Virginia cooperative extension, Human Development Publication*, (2002), 350-852.
- Hymel, S. ve Swearer, S. (2015). Four decades of research on school bullying, *American Psychologist*, 70(4), 293–299.

- Iswanti, D., Mendrofa F. A. M., Lestari S. P. (2017). Decrease of bullying behavior in children age school based on cognitive behaviour therapy. *Health Notions*, 1(1), 29-32.
- İrfaner, S. (2009) *Öğrenciler Arasında Gerçekleşen Zorbalık Eylemleri ve Zorbalık Konusunda Öğrencilerin, Öğretmenlerin ve Okul Yöneticilerinin Tutum ve Görüşleri*, Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Juvonen, J., ve Graham, S. (Ed.). (2001). *Peer harassment in school*. New York: Guilford.
- Juvonen, J., ve Gross , E.,F. (2008). Extending the school grounds? Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School Health* 78 (9), 496-505.
- Kalaycı, Ş. (2016). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik Teknikleri*. (7. Baskı). Ankara: Asil Yayınları.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemi*.(25. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Karataş, H., ve Öztürk, C. (2009). Sosyal bilişsel teori ile zorbalığa yaklaşım. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Elektronik Dergisi*,2(2), 61-74.
- Karataş, H. (2011). *İlköğretim okullarında zorbalığa yönelik geliştirilen programın etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Karataş, H. (2011). *İlköğretim okullarında zorbalığa yönelik geliştirilen programın etkisinin incelenmesi*.Yayınlanmamış doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi: İzmir.
- Kemp, S. (2017). *Digital in 2017: Global Overview* . we are social: 24 Şubat 2018 tarihinde <https://wearesocial.com/uk/special-reports/digital-in-2017-global-overview> adresinden alınmıştır
- Keppel, G. (1991). *Design and analysis: A researcher's handbook* (3. baskı). New Jersey: Prentice-Hall Research.
- Kestel, M. ve Akbıyık, C. (2016). Siber Zorbalığın Öğrencilerin Akademik, Sosyal ve Duygusal Durumları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi.*Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*,12(3), 844-859, doi: <http://dx.doi.org/10.17860/mersinefd.282384>

- Kavuk, M., ve Keser, H. (2016). İlköğretim okullarında siber zorbalık. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(3), 520-535.
- Kocatürk, M. (2014). *Ortaokul öğrencilerinde akran zorbalığı ve siber zorbalık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Üniversitesi: İstanbul
- Kocatürk, M. (2017). Siber zorbalık konusunda yapılan tez çalışmalarının metodolojik değerlendirmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 266-271.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., and Agastson, W. P. (2008). *Cyber Bullying in the Digital Age*. Malden, MA: Wiley-Blackwell Publishing.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., ve Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140, 1073-1137.
- Köroğlu, E. (2005). *Akılci duygulanım davranışçı terapi*. HYB Basım Yayın: Ankara.
- Kubiszewski, V., Fontaine, R., Potard, C., ve Auzoult, L. (2015). Does cyberbullying overlap with school bullying when taking modality of involvement into account? *Computers in Human Behaviour*, 43, 49–57. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.049>
- Kutlu, F. (2005). *The effect of bullying management training on bullying behaviors of elementary school students*. Yayınlanmamış doktora tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü.
- Lee, M.S., W. Zi-Pei, L., Svanstrom ve K., Dalal (2013). Cyber bullying prevention: intervention in Taiwan. *Plos One*, 8(5), 1-6. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0064031>
- Leahy, R. L. (2002). *Bilişsel Davranışçı Terapi Yöntemleri*. (E. Köroğlu, H. Türkçapar, çev.) HYB Yayınları: Ankara.
- Lee, C., ve Shin, N. (2017). Prevalence of cyberbullying and predictors of cyberbullying perpetration among Korean adolescents. *Computers in Human Behavior*, 68, 352-358.
- Li, Q., (2007). New bottle but old wine: a research of cyberbullying in schools. *Computers in Human Behavior*, 23(2007), 1777–1791. doi:10.1016/j.chb.2005.10.005
- Li, Q., Cross, D., Smith, P. K. (2012). *Cyberbullying in the global playground: research from international perspectives*. (1.baskı). West Sussex: Blackwell Publishing

- Madan A. O. (2014), "Cyber aggresion / cyber bullying and the dark triad: effect on workplace behavior / performance". *International Scholarly and Scientific Research ve Innovation*, 8 (6), 1718-1723.
- McCallion, G., ve Feder, J. (2013). Zorbalık öğrencisi: Araştırmaya genel bakış, federal girişimler ve yasal konular. *Kongre Araştırma Hizmeti*. 5 Nisan 2018 tarihinde <http://www.fas.org/sgp/crs/misc/R43254.pdf> adresinden erişildi.
- Menesini, E., Nocentini, A., ve Palladino, B. E. (2012). Empowering students against bullying and cyberbullying: Evaluation of an Italian peer-led model. *International Journal of Conflict and Violence*, 6, 313-320. doi:0070-ijcv-20122141
- Mishna, F., Saini, M., ve Solomon, S. (2009). Ongoing and online: children and youth's perceptions of cyber bullying. *Children and Youth Services Review*, 31 (12), 1222-1228.
- Mitchell, K. J., Ybarra, M., Finkelhor, D.(2007). The relative importance of online victimization in understanding depression, delinquency, and substance use. *Child Maltreatment*, 12(4), 314-324. doi: 10.1177/1077559507305996
- Modecki, K. L., Minchin, J., Harbaugh, A. G., Guerra, N. G. ve Runions, K. C. (2014). Bullying prevalence across contexts: a meta-analysis measuring cyber and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 55, 602-611. doi:10.1016/j.jadohealth.2014.06.007
- Monks, C. P., Robinson S. ve Wolidge, P. (2012). The emergence of cyberbullying: a survey of primary school pupils' perceptions and experiences. *School Psychology International* 33(5), 477-491.
- Murdock, N. (2014). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları*. (F. Akkoyun, Çev.) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Murray-Harvey, R., Skrzypiec, G. ve Slee, P. (2012). Effective and ineffective coping with bullying strategies as assessed by informed professionals and their use by victimised students. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 22(1), 122-138.
- Musu-Gillette L., Hansen R., Chandler K., ve Tom Snyder T. (2015). Measuring student safety: bullying rates at school 31 Mart 2018 tarihinde

<https://nces.ed.gov/blogs/nces/post/measuring-student-safety-bullying-rates-at-school> adresinden erişildi.

Navarro, R., Serna, C., Martínez, V., ve Ruiz-Oliva, R. (2013). The role of internet use and parental mediation on cyberbullying victimization among Spanish children from rural public schools. *European Journal of Psychology of Education*, 28, 725–745. doi:10.1007/s10212-012-0137-2

Nedim-Bal, P. ve Kahraman, S. (2015). The effect of cyber bullying sensibility improvement group training program on gifted students. *Journal of Gifted Education Research*, 3(2), 48-57.

Newman-Carlson, D. ve Horne, A. M. (2004). Bully Busters: a psychoeducational intervention for reducing bullying behavior in middle school students. *Journal of Counseling ve Development*, 82, 259-267.

Notar, C. E., S. Padgett ve J. Roden. (2013). Cyberbullying: resources for intervention and prevention. *Universal Journal of Educational Research*, 1(3), 133-145.

O'Connell, R., Price, J., & Barrow, C. (2004). *Cyber stalking, abusive cyber sex and online grooming: A programme of education for teenagers*. Central Lancashire, UK: Cyberspace Research Unit.

Ockerman, M. S., Kramer, C. ve Bruno, M. (2014). From the school yard to cyber space: a pilot study of bullying behaviors among middle school students. *RMLE Online*, 37(6), 1-18.

Ortega-Ruiz, R., Del Rey, R., ve Casas, J. A. (2012). Knowing, building and living together on internet and social networks: the ConRed cyberbullying prevention program. *International Journal of Conflict and Violence*, 6(2), 302-312. doi:0070-ijcv20122132

Olweus, D. (1978). *Aggression in the schools: bullies and whipping boys*. Washington: Hemisphere.

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.

- Olweus, D. (1994). Bullying at school (long-term outcomes for the victims and an effective school-based intervention program). Huesmann L. R. (Ed), *Aggressive Behavior Current Perspectives* (içinde s. 97-130). Boston: Springer.
- Olweus D. (1999). Sweden. Smith PK, Morita Y, Junger-Tas J, Olweus D, Catalano R, Slee P, (Ed.). *The nature of school bullying: a cross-national perspective* (içinde s. 7-27). London and New York: Routledge.
- Olweus, D. ve Limber, S. P. (2010). Bullying in school: evaluation and dissemination of the olweus bullying prevention program. *American Journal of Orthopsychiatr.*80(2010), 124-134. doi: 10.1111/j.1939-0025.2010.01015.x
- Olweus, D. (2011). Bullying at school and later criminality: findings from three Swedish community samples of males. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 21, 151–156.
- Ögel, K., Tari, I. ve Yılmazçetin, E, C. (2005). Okullarda suç ve şiddeti önleme kılavuzu. Yeniden Yayınları, No: 17, İstanbul.
- Özabacı, N. (2011). Cognitive behavioural therapy for violent behaviour in children and adolescents: a meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 33 (2011), 1989–1993.
- Özbay, A. (2013). *Ergenlerde siber zorbalık, siber mağduriyet, aleksitimi ve öfke ifade etme biçimleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Üniversitesi, İstanbul.
- Özer, G. (2016). *Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık yaşama düzeyleri ile siber zorbalığın öğrenciler üzerindeki etkileri ve öğrencilerin siber zorbalıkla baş etme stratejileri*. Yüksek lisans tezi. Gazi üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özdemir, M. (2011). Nitel veri analizi: sosyal bilimlerde yöntembilim sorunsalı üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 323-343.
- Padır, M. A., Eroğlu, Y., ve Çalışkan, M. (2015). Ergenlerde öznel mutluluk ile siber zorbalık ve mağduriyet arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction ve Cyberbullying*, 2(1), 32-51.
- Paez, G. (2016). Cyberbullying among adolescents: a general strain theory perspective. *Journal of School Violence*, 17 (1), 74-85. doi:10.1080/15388220.2016.1220317

- Palladino, B. E., Nocentini, A., ve Menesini, E. (2016). Evidence-based intervention against bullying and cyberbullying: Evaluation of the NoTrap! program in two independent trials. *Aggressive Behavior*, 42, 194-206. doi:10.1002/ab.21636
- Patchin, J. ve Hinduja, S. (2011). Traditional and nontraditional bullying among youth: a test of general strain theory. *Youth and Society*, 43, 727–751.
- Patchin, J. W. (2011). *White House Bullying Conference*. Cyberbullying Research Center: 3 Şubat 2018 tarihinde <https://cyberbullying.org/white-house-bullying-conference> adresinden alınmıştır.
- Prabhu, T. (2014). *Rethink: An effective way to prevent cyber bullying*. 10 Mart 2018 tarihinde <http://goo.gl/cpVB6k> adresinden alınmıştır.
- Peker, A. (2013). *İnsani değerler yönelimli psiko-eğitim programının problemli internet kullanımı ve siber zorbalık üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Pişkin, M. (2002). Okul zorbalığı: tanımı, türleri, ilişkili olduğu faktörler ve alınabilecek önlemler. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimler*, 2(2), 531-562.
- Pontzer, D. (2010). A theoretical test of bullying behavior: parenting, personality, and the bully/victim relationship. *Springer Science + Business Media*, 25, 259–273.
- Rigby, K. (1996). *Bullying in schools and what to do about it*. London: Jessica Kinsley Publishers.
- Rigby (2002). Effects of peer victimization in school and perceived social support on adolescent well-being. *Journal of Adolescence*, 23, 57-68.
- Rigby, K. (2007). *Bullying in Schools: And what to do about it*. Australia: Acer Press.
- Rivers, I., Poteat, V. P., Noret, N., ve Ashurst, N. (2009). Observing bullying at school: the mental health implications of witness status. *School Psychology Quarterly*, 24, 211–223.
- Robinson, T. R., Smith, S. W., Miller, M. D., Brownell, M. T. (1999). Cognitive behavior modification of hyperactivity-impulsivity and aggression: a meta-analysis of school-based studies. *Journal of Educational Psychology*, 91(2), 195-203.
- Roland (1989). *Bullying: The Scandinavian research tradition*. D. P. Tattum, D.A. Lane (ed), *Bullying in Schools* (içinde s.21-33). London: Trentham Books.

- Sabella, R. A., Patchin, J. W., ve Hinduja, S. (2013). Cyberbullying myths and realities. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2703-2711.
- Sarı, S. ve Kunt, H. (2014). İlkokul ve ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre internet kullanım durumlarının belirlenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 40, 263-280.
- Sargın, N. ve Çetinkaya, B. (2010). Akran baskısını azaltmada grupla psikolojik danışmanın etkililiği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23, 185-192.
- Schneider, S. K., O'Donnell, L., Stueve, A. ve Robert, W. S. (2012). Cyberbullying, school bullying, and psychological distress: a regional 73 census of high school students. *American Journal of Public Health*, 102 (1), 171-177.
- Schultze-Krumbholz, A., Wölfer, R., Jakel, A., Zagorscak, P. ve Scheithauer, H. (2012). Effective prevention of cyberbullying in Germany (The Medienhelden Program). *In Oral Presentation presented at the XXth ISRA World Meeting*, Luxembourg.
- Schultze-Krumbholz, A., Zagorscak ve P., Scheithauer, H. (2018). A school-based cyberbullying preventive intervention approach: The Media Heroes program. Campbell, M. ve Bauman, S., (Ed), *Reducing cyberbullying in schools* (içinde 145-158). UK: Academic Press
- Selkie, E. M., Fales, J. L. ve Moreno, M. A. (2016). Cyberbullying prevalence among US middle and high school-aged adolescents: a systematic review and quality assessment. *Journal of Adolescent Health*, 58, 125–133. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.09.026>
- Sexton-Radek, K. (2005). *Violence in schools: issues, consequences and expressions*. Westport, Ct: Prager Publishers.
- Seçer, İ. (2014). *Akran zorbalığına uğrayan ergenlerin mağduriyet algılamaları ve kullandıkları başa çıkma stratejilerine grupla psikolojik danışmanın etkisinin incelenmesi*. Doktora tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Serin, H. (2012). *Ergenlerde siber zorbalık/siber mağduriyet yaşantıları ve bu davranışlara ilişkin öğretmen ve eğitim yöneticilerinin görüşleri*. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Shariff, S. (2008). *Cyber-bullying: Issues and solutions for school, the classroom and the home*. New York: Routledge.

- Shin, H. H., Braithwaite, V., ve Ahmed, E. (2016). Cyber- and face-to-face bullying: who crosses over? *Social Psychology of Education: An International Journal*, 19(3), 537-567. <http://dx.doi.org/10.1007/s11218-016-9336-z>
- Slonje, R. ve Smith P. (2008). Cyberbullying: another main type of bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*.49(2), 147-154.
- Smith, P. K., Sharp, S. (1994). *School bullying. Insights and perspectives*. London: Routledge.
- Smith, P. K., ve Brain, P. (2000). Bullying in schools: lessons from two decades of research. *Aggressive Behavior*, 26, 1–9.
- Smith, P. K., ve Ananiadou, K., (2003). The nature of school bullying and the effectiveness of school-based interventions. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 5(2), 189-209.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., ve Tippett, N. (2006). *An investigation into cyberbullying, its forms, awareness, and impact, and the relationship between age and gender in cyberbullying (a report to the anti-bullying alliance)*. Unit for school and family studies London: Goldsmiths College.
- Smith, P. K., Mahdavi J., Carvalho M., Fisher, S., Russell, S., Tippett, N. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. *The Journal Of Child Psychology And Psychiatry*, 49(4), 376-385.
- Sukhodolsky, G. D., Kassinove, H., ve Gorman, S. B. (2004). “Cognitive-behavioral therapy for anger in children and adolescents: a meta-analysis”, *Aggression & Violent Behavior*, 9(3), 247–270.
- Sullivan, K. (2000). *The anti-bullying handbook*. Greenlane: Oxford University Press.
- Şahin, A. (2007). *İlköğretim okullarında zorbacı davranışların azaltılmasına yönelik empati eğitim programının etkisinin araştırılması*. Yayınlanmamış doktora tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics*. (5. Baskı). Boston: Allyn and Bacon.
- Tamer, N. (2014). *Ergenlerin teknolojik zorbalık alguları ve buna yönelik teknolojik zorbalık farkındalığı eğitimi: pilot uygulama*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.

- Tanrikulu, T. (2013). *Siber Zorbalıkla İlgili Değişkenlerin İncelenmesi ve Gerçeklik Terapisi Yönelimli Bir Müdahale Programının Siber Zorbaca Davranışlar Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Tanrikulu, İ. (2014). *The relationships between cyber bullying perpetration motives and personality traits: testing uses and gratifications theory*. Doktora Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara
- Tanrikulu, İ. ve Campbell, M., (2015). Correlates of traditional bullying and cyberbullying perpetration among Australian students. *Children and Youth Services Review*, 55, 128-146. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2015.06.001>
- Tanrikulu, İ. (2017). Cyberbullying prevention and intervention programs in schools: a systematic review. *School Psychology International*, 39(1), 74-91. <https://doi.org/10.1177/0143034317745721>
- Taylor, J. C. (2009). *Rural middle school students' perceptions of bullying*. Yayınlanmamış doktora tezi. Auburn University, Alabama
- Safe Kids (t. y.). Teen Pledge for Being Smart and Safe Online. 15 Nisan 2017 tarihinde <http://www.safekids.com/teen-pledge-for-being-smart-online//> adresinden erişilmiştir.
- Safe Kids (t. y.). Family Contract for Online Safety Parents' Pledge. 15 Nisan 2017 tarihinde <http://www.safekids.com/teen-pledge-for-being-smart-online//> adresinden erişilmiştir.
- Safe Kids (t. y.). Young Kids' Pledge. 15 Nisan 2017 tarihinde <http://www.safekids.com/teen-pledge-for-being-smart-online//> adresinden erişilmiştir.
- Tekinsav Sütçü, S. (2006). *Ergenlerde öfke ve saldırganlığı azaltmaya yönelik bilişsel davranışçı bir müdahale programının etkililiğinin değerlendirilmesi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- TDK (2011). *Büyük Türkçe Sözlük*. (11. Baskı). Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26, 277-287. doi:10.1016/j.chb.2009.11.014

- Topçu, Ç. (2008). *The relationship of cyber bullying to empathy, gender, traditional bullying, Internet use and adult monitoring*. Doktora tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Topçu, Ç., ve Erdur-Baker, Ö. (2010). The revised cyberbullying inventory (RCBI): validity and reliability studies. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5 (2010), 660–664. doi:10.1016/j.sbspro.2010.07.161
- Topçu, Ç., Yıldırım, A. ve Erdur-Baker, Ö. (2013). Cyber bullying @ Schools: what do Turkish adolescents think? *International Journal for the Advancement of Counselling*, 35, (2), 139–151.
- Topçu, A. E., ve Dönmez, A. (2015). Bir grup süreci olarak akran zorbalığı: katılımcı rollerinin cinsiyet ve sosyal statü açısından incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30 (75), 1-17.
- Topçu, Ç. (2016). Siber zorbalık: önleme ve müdahale çalışmaları. Erdur-Baker, Ö. ve Doğan T., (Ed.) *Kriz Danışmanlığı* (1.Baskı) içinde(s. 303-330). Ankara: Pegem Akademi.
- Topcu-Uzer, Ç., ve Tanrıku, İ. (2017). *Siber zorbalığı önleme ve müdahale programları: ulusal bir alan yazın taraması*. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 30 (1), 2017, 1-17
- TÜİK. (2017). *Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması*. Türkiye İstatistik Kurumu: 26 Şubat 2018 tarihinde http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028 adresinden alınmıştır.
- Türkçapar, M. H., Sungur, M. Z. ve Akdemir, A. (1995). Çocuk ve ergenlerde bilişsel terapiler. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 2(2), 93-100.
- Türkçapar, H. ve Sargın, A. E. (2011). Bilişsel davranışçı psikoterapiler: tarihçe ve gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 7-14.
- Türk, F. ve Hamamcı, Z. (2016). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı olarak uygulanan öfke kontrolü programlarının etkililiğinin değerlendirilmesi: Bir meta-analiz çalışması. *The Journal of International Social Research*, 9(43), 1522-1531.
- Türküm, A. S. (2003). Akılcı olmayan inanç ölçeğinin geliştirilmesi ve kısaltma çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19), 41-47.

- Uz-Baş, A. ve Topçu-Kabasakal, Z. (2010). İlköğretim okullarında saldırganlık ve şiddet davranışlarının yaygınlığı. *İlköğretim Online*, 9(1), 93-105.
- Vanderbilt, D. ve Augustyn, M. (2010). The effects of bullying. *Paediatrics and Child Health*, 20 (7), 315-320.
- Varlık-Özsoy, E. (2017). Çocuklarda bilişsel davranışçı terapi ve uygulamaları. *International Journal of Social Sciences and Education Research*. 3(5), 1630-1642.
- Waasdorp, T. E., ve Bradshaw, C. P. (2015). The overlap between cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health*, 56, 483–488.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.12.002>
- What is Rethink? (t. y.). Rethink Words: 10 Mart 2018 tarihinde <http://www.rethinkwords.com/whatisrethink> adresinden alınmıştır.
- Whitted K. S., David, R. ve Dupper, D. (2005). Best Practise, s for Preventing or Reducing Bullying in Schools. *Children and Schools*, 27(3), 167–175.
- Willard, Nancy E. (2007). *Cyberbullying and cyberthreats: responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Illinois: Research Press.
- Williford, A., Elledge, L. C., Boulton, A. J., DePaolis, K. J., Little, T. D. ve Salmivalli, C. (2013). Effects of the KiVa antibullying program on cyberbullying and cybervictimization frequency among Finish youth. *Journal of Clinical Child ve Adolescent Psychology*, 42, 820-833. doi:10.1080/15374416.2013.787623
- Wolke, D. ve Lereya, S. T. (2015). Long term effect of bullying. *Arch Dis Child*. 2015(100), 879–885. doi:10.1136/archdischild-2014-306667
- Wölfer, R., Schultze-Krumbholz, A., Zagorscak, P., Jakel, A., Göbel, K. ve Scheithauer, H. (2014). Prevention 2.0: targeting cyberbullying @ school. *Prevention Science*, 15, 879–887. doi: 10.1007/s11121-013-0438-y
- Yaman E., Eroğlu Y., ve Peker, A. (2011). *Başa çıkma stratejileriyle okul zorbalığı ve siber zorbalık*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Yaman, E. ve Peker, A. (2012). Ergenlerin siber zorbalık ve siber mağduriyete ilişkin algıları. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(3), 918.

- Ybarra, M., ve Mitchell, K. (2004a). Youth engaging in online harrasment: association with caregiver-child relationships, internet use and personal characteristics. *Journal of Adolescence*, 27, 319–336.
- Ybarra, M., ve Mitchell, K.(2004b). Online agressor / targets, agressors and targets: a comparison of associated youth charecteristics. *Association for Child Psychology and Psychiat* , 45 (47) ,1308 -1316.
- Ybarra, M. ve Mitchell, K. (2007). Prevalence and frequency of internet harassment instigation: implicatşons for adolescent health. *Journal of Adolescent Health*, 41, 189-195.
- Ybarra, M., Diener-West, M., ve Leaf, P. (2007). Examining the overlap in internet harassment and school bullying: Implications for school intervention. *Journal of Adolescent Health*, 41, 42-50.
- Ybarra, M., Espelage, D. L., ve Mitchell K. J. (2007). The co-occurrence of Internet harassment and unwanted sexual solicitation victimization and perpetration: associations with psychosocial indicators. *Journal of Adolescent Health*,41(6), 31-41
- Yetim, S. (2015). Siber zorbalık, Türkiye ve ABD karşılaştırması. *TBB Dergisi*, 15(120), 325-383.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2003).*Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınları.
- Yılmaz, H. (2011). Cyberbullying in Turkish middle schools: an exploratory study. *School Psychology International*, 32, 645– 654. doi: 10.1177/0143034311410262
- Yurtal, F. ve Cenkseven, F. (2006). İlköğretim okullarında zorbalığın incelenmesi, 1. *Şiddet ve Okul: okul ve çevresinde çocuğa yönelik şiddete ve alınabilecek tedbirler*, Uluslararası katılımlı Sempozyum, İstanbul, 28-31 Mart 2006.

EKLER

EK 1. Milli Eğitim İzni



T.C.
GAZİANTEP VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sıra : 34359/92/605.01/2947585
Konu : Araştırma İzni Talebi

06/03/2017

VALİLİK MAKAMINA

İlg: Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünün 20/02/2017 tarihli ve 6292/151/302.08.01-3440 sayılı yazısı.

Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Kevser KORKMAZ' ın " Bilişsel-Davranış Temelli Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisi " konulu tez çalışması kapsamında, ilimiz Şahinbey ilçesinde bulunan Nurel Enver Taner Ortaokulu ve Kocatepe Ortaokulu 7.sınıf öğrencilerine anket uygulama isteği, ilgi yazıda belirtilmektedir.

Bu kapsamda Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Kevser KORKMAZ' ın tez çalışma isteği, Bakanlığınca Yemin ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 07.03.2012 tarihli ve 3616 (2012/73) sayılı genelgesi kapsamında değerlendirilmiş olup; araştırmacının, araştırma sonuçlarından itibaren 15 gün içerisinde araştırma sonuçlarını 2 kopya halinde CD içerisinde İl Millî Eğitim Müdürlüğüne bildirmesi şartıyla, ilimiz Şahinbey ilçesinde bulunan Nurel Enver Taner Ortaokulu ve Kocatepe Ortaokulu 7.sınıf öğrencilerine, eğitim öğretimi aksatmayacak şekilde ve gereklilik esasına dayalı olarak uygulanması, Müdürlüğümüz Ar-Ge bürosu bünyesinde oluşturulan komisyonun uygunluk raporu doğrultusunda uygun mütalaa edilmektedir.

Ş.Mutualarınca da uygun görüldüğü takdirde; Olurlarınıza arz ederim.

Cengiz METE
Millî Eğitim Müdürü

OLUR
.../03/2017

Faik ARICAN
Vali a.
Vali Yardımcısı

Yeni Valilik Binası İl Millî Eğitim Müdürlüğü Gaziantep
e-posta: Agi@meb.gov.tr, agi@meb.gov.tr
e-posta: gaziantepe@meb.gov.tr

Şh.Müd.Abdurrahman AŞKAR-Strateji Geliştirme Şef E. YILDIRIM
Tel: (0342) 231 10 38 -4450
Faks: (0342) 232 24 10

Bu e-mil güvenli e-imza ile onaylanmıştır. http://evraksorgu.meb.gov.tr adresinden 6e79-4557-3bd2-a6fb-7705 kodu ile teyit edilebilir.

T.C.
GAZİANTEP VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

ARAŞTIRMA DEĞERLENDİRME FORMU

ARAŞTIRMA SAHİBİNİN	
Adı-Soyadı	Kevser KORKMAZ
Kurumu / Üniversitesi	Gaziantep Üniversitesi
Araştırma yapılacak il(ler)	Gaziantep
Araştırma yapılacak eğitim kurum ve kademesi	Şanlıurfa İlçesi Nurel Enver Taner ve Kocatepe Ortaokulları 7. Sınıf öğrencileri
Araştırmanın konusu	"Bilimsel-Davranış Temelli Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisi"
Üniversite / Kurum Sayısı	Var
Araştırma projesi türü	Var
Veri toplama araçları	Bölüm 1 İnternet Yaşantıları (14 madde), Bölüm 2 Arkadaş Yaşantıları (22 Madde), Bölüm 3 Okul Yaşantıları (14 Madde), 4. Bölüm(Şiddetle ilgili Genel Bilgiler (10 Madde) Siber Zorbalık Önleme Programı Planı
Görüşülen Birim/Bölmeler	-----
KOMİSYON GÖRÜŞÜ	
En aşağıda imzalı olan Komisyonumuzca Millî Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü tarafından 27.05.2012 tarihinde yayımlanan 2012/13 sayılı "Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik Yarışmaları" ile ilgili prosedür kapsamında değerlendirilmiştir. Bilimsel çalışma kapsamında uygulanmak istenen ölçer ve araçların ve genelgede belirtilen şartları taşıdığı tespit edilmiş ve söz konusu ölçeklerin Gaziantep İl Şanlıurfa İlçesi Nurel Enver Taner ve Kocatepe Ortaokulları 7. Sınıf öğrencilerine eğitim öğretim faaliyetlerinde kullanılması uygun görülmüştür. Gaziantep İl Millî Eğitim Müdürlüğüne iki örneğini, çalışma tamamlandıktan sonra en geç iki hafta içerisinde Müdürlüğünüze teslim ederek vermeyi taahhüt eder.	
Komisyon Başkanı	Özellikleri ile izin verilmiştir.

KOMİSYON

M. N. KORKMAZ
K. N. KORKMAZ
Araştırma Yürütücüsü
S. N. KORKMAZ

Üye
Ozan Emre EMRAĞ
Öğretmen

Üye
Halil İbrahim AKTAŞ
Öğretmen

EK 2. Etik Kurul İzni

GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU

ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI		Bilişsel-Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisi	
VARSA ARAŞTIRMANIN PROTOKOL KODU		68	
KARAR BİLGİLERİ	ARAŞTIRMA BİLGİLERİ	☐	
	BIYOLOJİK MATERYEL TRANSFER FORMU	☐	
	PLAN	☐	
	YILLIK BİLDİRİM	☐	
	SONUÇ RAPORU	☐	
	GÜVENLİLİK BİLDİRİMLERİ	☐	
	Diğer:	☐	
	Karar No:2017 /68	Tarih: 27.02.2017	
Yukarıda bilgileri verilen bağış dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın/çalışmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve uygun bulunmuş olup araştırmanın/çalışmanın bağış dosyasında belirtilen merkezlerde gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel sakınca bulunmadığına toplantıya katılan etik kurul üye tam sayısının salt çoğunluğu ile karar verilmiştir. İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik kapsamında yer alan araştırmalar/çalışmalar için Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu'ndan izin alınması gerekmektedir.			

KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU	
ETİK KURULUN ÇALIŞMA ESASI	İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik, İyi Klinik Uygulamaları Kılavuzu
BASKANIN UNVANI / ADI / SOYADI:	Prof. Dr. Belgin ALAŞEHİRLİ

Unvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Kurumu	Cinsiyet	Araştırma ile İlişki	Katılım *	İmza
Prof. Dr. Belgin ALAŞEHİRLİ	FARMAKOLOJİ	Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi	E ☐ K ☒	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Prof. Dr. Mehmet KESKİN	PEDİATRİ	Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi	E ☒ K ☐	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Prof. Dr. Feridun İŞİK	GÖĞÜS CERRAHİ	Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi	E ☒ K ☐	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Prof. Dr. İlker ŞEÇKİNER	ÜROLOJİ	Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi	E ☒ K ☐	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Prof. Dr. Ramazan BAL	FİZYOLOJİ	Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi	E ☒ K ☐	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Prof. Dr. Yasin ZER	MIKROBİYOLOJİ	Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi	E ☐ K ☒	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Doç. Dr. Zeynel Abidin ÖZTÜRK	İÇ HASTALIKLARI	Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi	E ☒ K ☐	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Doç. Dr. Seval KUL	BIYOİSTATİSTİK	Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi	E ☐ K ☒	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Yrd. Doç. Dr. Bevil TAŞ	AĞIZ DİŞ ve ÇENE CERRAHİSİ	Gaziantep Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi	E ☐ K ☒	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Uzm. Dr. Calide Elif ORHAN	FARMAKOLOJİ	Gaziantep İl Sağlık Müdürlüğü	E ☐ K ☒	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Eyüp ÇELİK	AVUKAT	Gaziantep Barosu	E ☒ K ☐	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	
Recep TÜRK	BANKAÇI	Ziraat Bankası Gaziantep Bölge Yöneticisi	E ☐ K ☒	E ☐ H ☒	E ☐ H ☐	

*:Toplantıda Bulunma

Etik Kurul Başkanının
Unvanı/Adı/Soyadı: Prof. Dr. Belgin ALAŞEHİRLİ
İmza:

Not: Etik kurul başkanı, imzasının yer almadığı her sayfaya imza atmalıdır.

Elben teslim aldım
Sümeyye Nigiz

GAZİANTEP ÜNİVERSİTESİ KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU

ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI	Bilişsel-Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programının Etkisi
VARSA ARAŞTIRMANIN PROTOKOL KODU	68

ETİK KURUL BİLGİLERİ	ETİK KURULUN ADI	Gaziantep Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu
	AÇIK ADRESİ:	Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimler Fakültesi 2. Kat Şehitkamil/Gaziantep
	TELEFON	0342 360 07 53 / 77704
	FAKS	0342 360 39 27
	E-POSTA	gaunetikkurul@gmail.com

BAŞVURU BİLGİLERİ	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACI UNVANI/ADI/SOYADI	Yrd. Doç. Dr. İbrahim Tanrıku		
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ UZMANLIK ALANI	Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilimdalı		
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ	Gaziantep Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilimdalı		
	VARSA İDARİ SORUMLU UNVANI/ADI/SOYADI			
	DESTEKLEYİCİ			
	PROJE YÜRÜTÜCÜSÜ UNVANI/ADI/SOYADI (TÜBİTAK vb. gibi kaynaklardan destek alanlar için)			
	DESTEKLEYİCİNİN YASAL TEMSİLİCİSİ			
	ARAŞTIRMANIN FAZİ VE TÜRÜ	FAZ 1	☐	
		FAZ 2	☐	
		FAZ 3	☐	
		FAZ 4	☐	
		Gözlemsel ilaç çalışması	☐	
		Tıbbi cihaz klinik araştırması	☐	
		In vitro tıbbi tanı cihazları ile yapılan performans değerlendirme çalışmaları	☐	
		İlaç dışı klinik araştırma	☐	
		Diğer ise belirtiniz :		
	ARAŞTIRMAYA KATILAN MERKEZLER	ETİK MERKEZ ☐	ÇOK MERKEZLİ ☐	ULUSAL ☐ ULUSLARARASI ☐

DEĞERLENDİRİLEN BELGELER	Belge Adı	Tarihi	Versiyon Numarası	Dili		
	ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ			Türkçe ☐	İngilizce ☐	Diğer ☐
	BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU			Türkçe ☐	İngilizce ☐	Diğer ☐
	OLGU RAPOR FORMU			Türkçe ☐	İngilizce ☐	Diğer ☐
	ARAŞTIRMA BROŞÜRÜ			Türkçe ☐	İngilizce ☐	Diğer ☐
TARİHİ SİGORTA	Belge Adı	Açıklama				
	SİGORTA	☐				

Etik Kurul Başkanının
Unvanı/Adı/Soyadı: Prof. Dr. Belgin ALAŞEHİRLİ
İmza:

Not: Etik kurul başkanı, imzasının yer almadığı her sayfaya imza atmalıdır.

EK 3. Veli İzin Belgesi**VELİ İZİN BELGESİ**

.....Ortaokulunda Kevser KORKMAZ tarafından yürütülecek olan, Gaziantep Üniversitesi Etik Kurulu'ndan ve Milli Eğitim Bakanlığı'ndan izin alınan konusu güvenli İnternet yaşantıları ve siber zorbalık olan çalışmadan haberdarım. Velisi olduğum 7/... sınıfında öğrenim gören numaralı'ın eğitim amaçlı Bilişsel-Davranışçı Temelli İnternet yaşantıları ve siber zorbalık psikoeğitim grubuna 5 hafta boyunca katılmasına gönüllü olarak izin veriyorum.

Tarih

...../...../.....

İmza

Velinin Adı, Soyadı

EK 4. Odak Grup Görüşmesi Oturum Planı

Süre	45 dk
Katılımcı Sayısı	12
Değerlendirme Kriterleri	➤ Konu ➤ Süre ➤ İçerik ➤ Yöntem ➤ Etkinlikler
Soru Dağılım Planı	➤ Açılış ➤ Odak grup görüşmesinin amacının aktarılması ➤ Geçiş Soruları ➤ Anahtar Sorular ➤ Araştırma Soruları ➤ Kapanış Sorusu ➤ Görüşmeyi özetleme
Katılımcılara Sorulacak Sorular	1) Siber zorbalığı eğitimden önce duymuş muydunuz? 2) Sizce biz bu eğitim süresince hedefimize ulaşabildik mi? 3) Eğitimin içeriği siber zorbalığı önleme konusunda yeterli miydi? 4) İçerikte olması gereken ya da içerikten çıkarılması gerektiğini düşündüğünüz konular var mı? Var ise bu bölümler neler? 5) Bu eğitimden neler öğrendiniz? Neler hatırlıyorsunuz? (Alt sorular gerekli olduğu durumda sorulacak) a. Siber zorbalık yapmama konusunda neler öğrendiniz? b. Siber zorbalığa maruz kalmama konusunda neler öğrendiniz? 6) Sizce bu eğitim günlük hayatta kullanabileceğiniz bilgiler içeriyor muydu? (Evet ise bu bilgiler nelerdir?) 7) Sizce sınıf arkadaşlarınız bu eğitimden faydalandılar mı? (Evet ise ne şekilde? Örnek verebilir misiniz?) 8) Eğitimin beğendiğiniz yanları neler? 9) Eğitimin beğenmediğiniz yanları neler? Siz olsanız nasıl yapardınız/planlardınız? 10) Sizce bu eğitim okulda yüz yüze ortamda gerçekleşen akran zorbalığını önlemede de etkili oldu mu? Cevabınız evet ise arkadaşlarınızda sınıf ortamında değişiklikler gözlemlediniz mi? ne tür değişiklikler? 11) Eğitim kapsamında sizlere düşünceler, duygular ve siber zorbalık davranışları arasındaki ilişkileri öğretmeye çalıştık. Bu ilişkiler konusunda neler öğrendiniz? 12) Siber zorbalık yapmaya yönelik yanlış düşünceler konusundan neler hatırlıyorsunuz? 13) Siber zorbalığa maruz kalmaya yönelik yanlış düşünceler konusundan neler hatırlıyorsunuz? Sizce bu program amacına ulaştı mı? Bu görüşünüzün nedenini açıklar mısınız? 14) Hatırlarsanız anne-babalarınıza okutup imzalatmanız için size bir sözleşme dağıtmıştık. Anne-babalarınızın tepkisi ne oldu? Sözleşmeden sonra davranışlarında herhangi bir değişiklik oldu mu?

EK 5. Bilişsel Davranışçı Temelli Siber Zorbalık Önleme Programı Oturumları Taslağı

Oturum No	Süre	Yöntem	Konu	Süreç
1	40'	Bilgi verme Sunum	Siber Zorbalığa Giriş	Amaç: ▪ Grup liderinin katılımcılara kendini tanıtmayı, eğitimin amacının ve grup kurallarının katılımcılar ile paylaşılması. ▪ Zorbalığın tanımlanması, ayırt edici özelliklerinin fark ettirilmesi. ▪ Zorbalık türlerinin ele alınması. ▪ Siber zorbalık konusuna giriş yapılması, siber zorbalık ile ilgili farkındalık oluşturulması.
2	40'	Tartışma Örnek Vaka Paylaşımı	Siber Zorbalığın Yaygınlığı, Nedenleri, Etkileri ve Roller	Amaç: ▪ Siber zorbalık konusunda bilgi vermek. ▪ Siber zorbalık içinde yer alan rolleri tanımak. ▪ Siber zorbalığın yaygınlığını, nedenlerini, etkilerini tartışmak.
3	40'	Tartışma, örnek olay üzerinden uygulama yapma	Düşünce-Duygu- Davranış Üçgeni	Amaç: ▪ Katılımcılara Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) kuramının en temel varsayımı olan düşünceler, duygular

				ve davranışlar arasındaki ilişkilerin öğretilmesi ▪ Bu amaç doğrultusunda, düşünce-duygu-davranış üçgeni üzerinde çalışılması ▪ Katılımcıların, düşünceler, duygular ve davranışlar arasındaki ilişkileri öğrenerek örnek durumlar üzerinden düşünce-duygu-davranış bileşenlerini belirleyebilmeleri
4	40'	Tartışma, siber zorbalıkla ilgili düşünceleri içeren örnek vakalar üzerinden uygulama yapma	Siber Zorbalıkla İlgili İşlevsel Olmayan Düşünceler	Amaç: ▪ Siber zorbalığa yönelik işlevsel olmayan düşünceler üzerinde çalışılması ▪ Katılımcıların siber zorbalığa karşı işlevsel olmayan düşüncelerinin tespit edilmesi ve bu sayede katılımcıların siber zorbalığa yönelik işlevsel olmayan düşüncelerine yönelik farkındalıklarının artırılması. ▪ Siber zorbalığa yönelik işlevsel olmayan düşüncelerin, duygularla ve siber zorbalık yapma ve siber zorbalığa maruz kalma deneyimleriyle arasındaki ilişkiler konusunda katılımcılara bilgi kazandırılması.
5	40'	Bilişsel tartışma, sunum	Teknolojik Önlemler-I	Amaç: ▪ Katılımcılara siber zorbalık yaşamamak için alınması gereken önlemlerin fark ettirilmesi. ▪ Sosyal medyayı kullanırken, internette gezinirken veya paylaşımda

				bulunurken, çevrimiçi oyun oynarken dikkat edilmesi gereken genel ilkelerin kazandırılması (gizlilik, tanımadığın birinin arkadaşlık isteğini kabul etmeme, engelleme, kısıtlama, güvenli şifre oluşturma, kişisel şifreleri bir başkasıyla paylaşmama, kişisel güvenliği artırma, şikayet etme vb.)
6	40'	Bilişsel tartışma, sunum, video gösterimi	Teknolojik Önlemler-II	Amaç: ▪ Bir önceki oturumda ele alınan siber zorbalık yaşamamak için alınması gereken önlemlerin katılımcıların kendi deneyimleri ile ilişkilendirerek pekiştirilmesi.
7	40'	Bilişsel tartışma, sunum, rol oynama	Siber Zorbalık Yapmamaya Yönelik Beceriler “Düşünceler”	Amaç: ▪ Katılımcıların siber zorbalık yapmaya yönelik işlevsel olmayan düşüncelerini değerlendirme becerisi kazanması.
8	40'	Bilişsel tartışma, sunum, rol oynama	Siber Zorbalık Yapmamaya Yönelik Beceriler “İletişim Hataları, Empati ve Yeniden Düşünme”	Amaç: ▪ Katılımcıların siber zorbalık yapmaya yönelik iletişim hatalarını değerlendirme becerisi kazanması. ▪ Katılımcılara siber zorbalık yapmamak için “yeniden düşünme” ve empati becerisi kazandırılması.

9	40'	Bilişsel tartışma, sunum, video gösterimi, rol oynama	Siber Zorbalığa Maruz Kalmamaya Yönelik Beceriler “Güvenlik Önlemleri ve Yardım Arama Becerileri”	Amaç: ▪ Katılımcılara siber zorbalığa maruz kalmamak için teknolojik önlemler alma becerisi kazandırılması. ▪ Katılımcılara siber zorbalığa maruz kalma durumunda kimlerden yardım isteyecekleri becerisinin kazandırılması.
10	40'	Bilişsel tartışma, sunum	Sonlandırma Oturumu	Amaç: ▪ Oturumlarda ele alınan konuların özetlenmesi ▪ Hem katılımcılar hem de uygulayıcı tarafından programın genel bir değerlendirmesinin yapılması.

EK 6. Siber Zorbalığı Önleme Hakkında Çocuk ve Ebeveyn Sözleşmesi

Çocuğa Yönelik Maddeler

- 1.** Siber zorbalığın çocuklara zarar verdiğini biliyorum. Bu nedenle başkalarına siber zorbalık yapmayacağım ve başkalarının diğer çocuklara siber zorbalık yapmalarına engel olmaya çalışacağım.
- 2.** İnternette gezinirken, sosyal medya kullanırken, mesajlaşırken, fotoğraf ya da video paylaşıırken veya online oyunlar oynarken siber zorbalık deneyimleri yaşayabileceğimin farkındayım. Bu nedenle internet ortamında güvenliğimi sağlayacak tüm önlemleri alacağım.
- 3.** Siber zorbalığa maruz kalırsam bunu ebeveynlerime anlatacağım.
- 4.** Beni veya birilerini siber zorbalığa maruz bırakacak, gizliliğimi ve güvenliğimi tehdit edecek utandırıcı mesaj, fotoğraf ya da başka bir içerik paylaşmayacağım.
- 5.** Siber zorbalıktan uzak durabilmek için ev adresimi, telefon numaramı, velimin iş adresini/telefon numarasını, okulumun adını ya da adresini internet ortamında paylaşmayacağım.
- 6.** Siber zorbalıktan korunabilmek için internette tanıştığım biriyle yüz yüze görüşmeyi asla kabul etmeyeceğim.
- 7.** Siber zorbalık yaşamamak için küfür içerikli, tehdit edici, incitici veya utandırıcı mesajlara karşılık vermeyeceğim. Bu tür mesajları silmeyeceğim ve bu mesajlar hakkında aileme bilgi vereceğim.
- 8.** İnternette geçirdiğim süre arttıkça siber zorbalık olaylarına karışma ihtimalimin de artabileceğinin farkındayım. Bu sebeple internette geçirdiğim süre konusunda siber zorbalık sorunları, uyku sorunları, okulda başarısızlık veya arkadaş ilişkileri sorunları yaşamamak için titiz davranacağım.
- 9.** İnternet, bilgisayar ve diğer teknolojileri öğretme konusunda anneme ve babama yardımcı olacağım.

Siber zorbalıktan uzak durmak için yukarıdaki kurallara uyacağıma söz veriyorum.

Çocuğun Adı/Soyadı ve İmzası

Ebeveyne Yönelik Maddeler

1. Çocuğumun siber zorbalık davranışlarından uzak durmasını önlemek için onun internet ortamındaki güvenliğini önemseyeceğim. Ve imzaladığım bu sözleşmeyi hem kendimin hem de çocuğumun kolaylıkla göreceği bir yere asacağım.
2. Çocuğum siber zorbalığa maruz kaldığını bana söylerse bu durumu ciddiye alıp çocuğumun güvenliğini sağlama konusunda ona yardımcı olmaya çalışacağım.
3. Çocuğum siber zorbalığa karıştığını bana söylerse onun telefonuna, bilgisayarına veya tabletine el koymayacağım. Çünkü bu tür bir engellenmenin siber zorbalık sorununu çözmeyeceğinin farkındayım.
4. Çocuğum yaşadığı bir siber zorbalık olayından bahsederse aşırı tepki vermek yerine olayı anlamaya çalışacağım ve problemin çözümü ve aynı şeyin tekrarlanmaması için birlikte neler yapabileceğimizi konuşacağım.
5. Çocuğumu siber zorbalıktan korumak için internet kullanımı süresi, internet güvenliği, internette oyun oynama konularında uygulanabilir kuralları onunla birlikte belirleyeceğim.
6. İnternet, bilgisayar ve diğer teknolojileri öğrenme konusunda çocuğumdan yardım isteyeceğim.

Çocuğumun yukarıdaki kurallara uymasına yardımcı olacağım.

Ebeveynin Adı/Soyadı ve İmzası

EK 7. Ölçek Kullanım İzinleri


Fusun Gokkaya <fusungokkaya@hotmail.com>
 1.02.2017 ☆

Alıcı: bana

Ölçeği kullanabilirsiniz. Tezin bittikten sonra, ölçeği kullandıysan bana sonucu bildirirsen sevinirim.
Kolay gelsin
FG


Cigdem Topcu <cigdemtopcu@gmail.com>
 1.02.2017 ☆

Alıcı: bana, Ibrahim

Merhaba Kevser,

"Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri"ni yükseltilsans tezinde kullanabilirsiniz.

Çalışmalarında kolaylıklar dilerim.
Çigdem

--

Yrd. Doç. Dr. Çigdem Topcu
Psikolojik Danışma ve Rehberlik ABD
Eğitim Bilimleri Bölümü
Eğitim Fakültesi
Sinop Üniversitesi
Sinop 57000
TÜRKİYE
ctopcu@sinop.edu.tr
Telefon: +90-368-271 5526 (2026)
Fax: +90-368-271 5530

--

Çigdem Topcu, Ph.D.
Asst. Prof. of Psy. Counseling and Guidance
Sinop University
Faculty of Education, Department of Educational Sciences
Sinop 57000
TURKEY
ctopcu@sinop.edu.tr
Ph: +90-368-271 5526 (2026)
Fax: +90-368-271 5530


TÜRKER KURT <turkerkurt@gmail.com>
 8.02.2017 ☆

Alıcı: bana

Sayın Kevser Korkmez,

Seçim teorisi temelli güvenli okul iklimi oluşturma projesi kapsamında geliştirmiş olduğumuz Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeğini çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.
Proje sonuç raporunu ekte. Ölçek ekteki raporun 250. sayfasındaki "Anket 3" başlıklı ölçektir. Geçerlik ve güvenirlik ile ilgili tüm bilgiler proje sonuç raporunun ilgili kısımlarda var.
Eğer ilkökul çocuklarına uygulayacaksanız ölçeği beşli Likert yerine üçlü likert derecelendirmesi de kullanabilirsiniz. Tabi örneklemizi göz önüne alıp buna asıl karar verecek olan sizsiniz.
Ölçeğimize gösterdiğiniz ilgi için teşekkür eder, çalışmalarınızda başarılar dilerim

Yrd. Doç. Dr. Türker KURT
Gazi Üniversitesi
Gazi Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Eğitim Yönetimi, Teftişi, Planlaması ve Ekonomisi Ana Bilim Dalı
<http://www.websitem.gazi.edu.tr/turker/>
Twitter: @turker_kurt

--

Türker KURT, Ph.D.
Assistant Professor
Gazi University
Faculty of Gazi Education
Department of Educational Management, and Supervision
<http://www.websitem.gazi.edu.tr/turker/>

EK 8. Siber Zorbalık Envanteri Örnek Maddeler

Sevgili Öğrenciler,

Bu bir sınav değildir. Her bir sorunun doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Önemli olan sorulara içtenlikle ve sizin için doğru olan bir cevap vermenizdir. Lütfen boş soru bırakmayınız. Aşağıdaki anketten elde edilecek bilgiler grup olarak değerlendirilecek ve bilimsel amaçlarla kullanılacaktır. Verdiğiniz cevaplar kimseyle paylaşılmayacaktır. Sıralanan davranışları son 6 ay içerisinde ne sıklıkta yaptığınızı “Ben Yaptım” bölümündeki uygun kutucuğa, bu durumlara ne sıklıkla maruz kaldığınızı ise “Bana Yapıldı” bölümündeki uygun kutucuğa (x) çarpı işareti koyarak belirtiniz.

Yüksek Lisans Öğrencisi, Kevser KORKMAZ, Necip Fazıl Kısakürek Anadolu Lisesi, Gaziantep

1. Bölüm: İnternet Yaşantıları

Siber zorbalık, bir kişi ya da grup tarafından elektronik temelli iletişim araçlarının kendini savunamayan bir kurbana karşı saldırgan, kasıtlı ve tekrarlı bir biçimde kullanılmasıdır.

1: Hiç yapılmadı- Hiç Yapmadım

3: İki üç kez yapıldı- İki-üç kez yaptım

2: Bir kez yapıldı- Bir kez yaptım

4: Üçten çok kez yapıldı- Üçten çok kez yaptım

	BEN YAPTIM				BANA YAPILDI			
	Hiç	Bir kez	İki-üç kez	Üçten çok	Hiç	Bir kez	İki-üç kez	Üçten çok
1. İzin almadan kişisel bilgisayardaki bilgileri (dosya, fotoğraf, konuşma kayıtları vb.) almak.	1	2	3	4	1	2	3	4
2. İzin almadan internet takma adını (nicki) kullanmak.	1	2	3	4	1	2	3	4
3.	1	2	3	4	1	2	3	4
4.	1	2	3	4	1	2	3	4
5.	1	2	3	4	1	2	3	4
6.	1	2	3	4	1	2	3	4
7. Web kamerası aracılığıyla görüşme yaparken başkalarına izlettirmek.	1	2	3	4	1	2	3	4
8.	1	2	3	4	1	2	3	4
9.	1	2	3	4	1	2	3	4
10.	1	2	3	4	1	2	3	4
11.	1	2	3	4	1	2	3	4
12.	1	2	3	4	1	2	3	4
13. SMS aracılığıyla tehdit edici, utandırıcı, kırıcı mesajlar göndermek.	1	2	3	4	1	2	3	4
14. Cinsiyeti farklı göstererek karşı tarafı kandırmak.	1	2	3	4	1	2	3	4

EK 9. Zorbalıkla İlgili Bilişler Ölçeği Örnek Maddeler

2. Bölüm: Arkadaş Yaşantıları

Zorbalık, bir bireyin ya da bir grubun, kendilerinden daha güçsüz birine veya bir gruba kasıtlı ve tekrarlı şekilde yaptıkları zarar verici davranışlardır. Bu davranışlar, tesadüfi ya da şaka amaçlı değildir, bilinçli yapılır.

Aşağıdaki seçeneklerden size uygun olanı işaretleyiniz.

1: Tamamen doğru

2: Oldukça doğru

3: Biraz doğru

4: Hiç doğru değil

	Tamamen doğru	Oldukça doğru	Biraz doğru	Hiç doğru değil
1. Zorbalık çocuklar için normal bir durumdur.	1	2	3	4
2.	1	2	3	4
3. Bazen, başkalarına zorbalık yapmak normaldir.	1	2	3	4
4.	1	2	3	4
5.	1	2	3	4
6. Zorbalık çocukların içinde bulundukları grubun kurallarına uymalarını sağlar.	1	2	3	4
7.	1	2	3	4
8.	1	2	3	4
9. Zorbalık, problemleri çözmek için iyi bir yol olabilir.	1	2	3	4
10.	1	2	3	4
11. Bazı çocuklar hakettikleri için zorbalığa uğrarlar.	1	2	3	4
12.	1	2	3	4
13.	1	2	3	4
14.	1	2	3	4
15. Zorbalığa uğrayan çocukların çoğu bu duruma kendileri neden olur.	1	2	3	4
16. Arkadaşlarımdan benim her istediğimi yapmaması kötü bir şeydir.	1	2	3	4
17.	1	2	3	4
18.	1	2	3	4
19.	1	2	3	4
20.	1	2	3	4
21.	1	2	3	4
22. Benim istediklerimi yapmayanlara haddini bildirmek gerekir.	1	2	3	4

EK 10.Okul Yaşamı Zorbalık Ölçeği Örnek Maddeler

3. Bölüm: Okul Yaşantıları

Aşağıdaki seçeneklerden size uygun olanı işaretleyiniz.

1: Hiçbir zaman olur

2: Nadiren olur

3: Ara sıra olur

4: Çoğunlukla olur

5: Her zaman olur

	Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Çoğunlukla	Her zaman
1. Görünüş veya konuşmaları, bana komik gelen arkadaşlarla alay ederim.	1	2	3	4	5
2.	1	2	3	4	5
3.	1	2	3	4	5
4. Benden çekinen öğrencilere sataşmayı ve onları kızdırmayı severim.	1	2	3	4	5
5.	1	2	3	4	5
6. Öğrenciler tarafından fiziksel olarak (dövülme, tekme atılma, saç çekilmesi gibi) rahatsız ediliyorum.	1	2	3	4	5
7.	1	2	3	4	5
8.	1	2	3	4	5
9.	1	2	3	4	5
10.	1	2	3	4	5
11. Arkadaşların kaba, incitici, üzücü laflar ettiğini duyarım.	1	2	3	4	5
12.	1	2	3	4	5
13.	1	2	3	4	5
14. Sevmediğim öğrencileri oyunlara almamak için çok uğraşırım.	1	2	3	4	5

EK 11. Kişisel Bilgi Formu

4. Bölüm: Sizinle İlgili Genel Bilgiler

Aşağıya adınızı veya soyadınızı kesinlikle **YAZMAYINIZ!**

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyup size uygun olan seçeneği yazınız veya işaretleyiniz.

1. Öğrenci No:	2. Cinsiyetiniz: Kız ☐ Erkek ☐
3. Yaşınız:	4. Okulunuz:
5. Sınıfınız:	6. Ailenizin ortalama aylık geliri: TL
7. Annenizin en son bitirdiği okul: ☐ Okuma Yazması Yok ☐ Okur-yazar ☐ İlkokul Mezunu ☐ Ortaokul Mezunu ☐ Lise Mezunu ☐ Üniversite Mezunu ☐ Yüksek lisans ☐ Doktora	8. Babanızın en son bitirdiği okul: ☐ Okuma Yazması Yok ☐ Okur-yazar ☐ İlkokul Mezunu ☐ Ortaokul Mezunu ☐ Lise Mezunu ☐ Üniversite Mezunu ☐ Yüksek lisans ☐ Doktora
9. İnternete hangi cihazlarla bağlıyorsunuz? (Birden çok seçenek işaretleyebilirsiniz) ☐ Masaüstü bilgisayar ☐ Dizüstü bilgisayar ☐ Akıllı telefon ☐ Tablet bilgisayar ☐ Diğer (Lütfen Belirtiniz) 	10. Ortalama kaç saat internet kullanıyorsunuz? ☐ Haftada birkaç saat ☐ Günde 1 veya 1'den az ☐ Günde 2-3 saat ☐ Günde 4-5 saat ☐ Günde 6 saat veya üstü

EK 12. Özgeçmiş**ÖZGEÇMİŞ**

Kevser KORKMAZ YÜKSEL 10 Haziran 1992 tarihinde Gaziantep’te doğdu. İlk ve ortaokul öğrenimini burada tamamladı. Daha sonra Gazi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünden 2014 yılında mezun oldu. Aynı yıl Gaziantep’in Şehitkamil İlçesinde bulunan Necip Fazıl Kısakürek Anadolu Lisesinde okul psikolojik danışmanı ve rehber öğretmeni olarak göreve başladı. Halen aynı okulda görev yapmaktadır.

VITAE

Kevser KORKMAZ was born in Gaziantep on 10th of June in 1992. She completed her primary and secondary school education in here. Then she graduated from Psychological Counseling and Guidance Department of Gazi University in 2014. In the same year, she started her job as a Psychological Counselor Teacher in Necip Fazıl Kısakürek High School in Gaziantep, Şehitkamil. She is still working in the same school.