

T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ



LİSE DÜZEYİNDEKİ ERGEN BİREYLERDE AKRAN  
ZORBALIĞI BENLİK SAYGISI VE DEPRESYON ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sezen CAVULDAK

İSTANBUL, 2025

T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ



LİSE DÜZEYİNDEKİ ERGEN BİREYLERDE AKRAN  
ZORBALIĞI, BENLİK SAYGISI VE DEPRESYON ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sezen CAVULDAK

DANIŞMAN: DR. ÖĞR. ÜYESİ LEMAN ELİF AYBAY

İSTANBUL, 2025

## KABUL VE ONAY

**SEZEN CAVULDAK** tarafından hazırlanan **Lise Düzeyindeki Ergen Bireylerde Akran Zorbalığı Benlik Saygısı ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi** adlı tez çalışmasının savunma tarihi 24.02.2025 tarihinde yapılmış olup aşağıda verilen jüri tarafından oy birliği ile İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji programı Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Leman Elif AYBAY

.....

Eş Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Su YAYA

.....

Üye

Prof. Dr. Abdullah IŞIKLAR

.....

Üye

Yard. Doç. Dr. Zeynep SET

.....

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Dilek AKTÜRK

.....

.....

İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun ..... tarih ve ..... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

.....

Prof. Dr. Ali AKDEMİR

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**Lise Düzeyindeki Ergen Bireylerde Akran Zorbalığı Benlik Saygısı ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

24.02.2025

**SEZEN CAVULDAK**



# ÖZET

## LİSE DÜZEYİNDEKİ ERGEN BİREYLERDE AKRAN ZORBALIĞI BENLİK SAYGISI VE DEPRESYON ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

SEZEN CAVULDAK

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ

(DANIŞMAN: DR. ÖĞR. ÜYESİ LEMAN ELİF AYBAY)

İSTANBUL, 2025

Bu araştırmada lise düzeyindeki ergen bireylerde akran zorbalığı ile benlik saygısı ve depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Akran zorbalığı ile ilişkisi oldukça fazla olarak bulunan faktör benlik saygısıdır. Benlik saygısı, bireyin kendisine karşı olan olumlu veya olumsuz tutum ve davranışlar içinde olmasıdır. Araştırmaya, Şişli Yunus Emre Anadolu İmam hatip Lisesi ve Şişli Anadolu Lisesi'nde 584 lise öğrencisi dahil edilmiştir. Çalışmamızda akran zorbalığının değerlendirilmesi için Akran Zorbalığı Değerlendirme Ölçeği, ergenlerdeki benlik saygısı düzeyinin belirlenmesi için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, ergenlerin depresyon düzeyinin değerlendirilmesi için Ergen Depresyon Ölçeği kullanılmıştır. Sonuçlara göre, akran zorbalığının zorba ve maruz kalma alt boyutlarının hepsi ile benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, günümüzde halen tartışma konusu olan ve güncel psikolojik sonuçları ile ergen bireylerin psiko-sosyal becerilerinin olumsuz etkilenmesinde önemli yer tutan akran zorbalığı konusunun detaylı olarak araştırılması, ortaokul ve lise düzeyinde müdahale programlarının oluşturulması önerilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Akran Zorbalığı, Benlik Saygısı, Ergen Bireyler, Depresyon

## **ABSTRACT**

### **INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER BULLYING SELF-ESTEEM AND DEPRESSION IN HIGH SCHOOL LEVEL ADOLESCENTS**

**SEZEN CAVULDAK**

**GRADUATE SCHOOL, ISTANBUL AREL UNIVERSITY**

**PSYCHOLOGY**

**(SUPERVISOR: DR. LEMAN ELİF AYBAY)  
İSTANBUL, 2025**

This study examines the relationship between peer bullying, self-esteem, and depression in high school adolescents. Self-esteem, a critical factor often associated with peer bullying, refers to an individual's positive or negative attitudes and behaviors towards themselves. The study included 584 high school students from Şişli Yunus Emre Anadolu İmam Hatip High School and Şişli Anatolian High School. The Peer Bullying Assessment Scale was used to evaluate peer bullying, the Rosenberg Self-Esteem Scale was used to measure self-esteem levels, and the Adolescent Depression Scale was employed to assess depression levels among the participants. The results revealed a statistically significant relationship between all sub-dimensions of peer bullying, including both perpetration and victimization, and self-esteem scores. In conclusion, peer bullying remains a contentious issue today, significantly affecting adolescents' psycho-social skills through its psychological consequences. It is recommended that the topic of peer bullying be further explored in detail and that intervention programs targeting middle and high school levels be developed.

**Keywords:** Peer Bullying, Self-Esteem, Adolescent Individuals, Depression

# İÇİNDEKİLER

## Sayfa

<b>ÖZET</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>iii</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>v</b>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>vii</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1 Problemin Tanımı .....	2
1.2 Araştırmanın Amacı .....	3
1.3. Araştırmanın Önemi .....	4
1.4. Araştırmanın Soruları .....	5
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	<b>6</b>
2.1. Akran Zorbalığı .....	6
2.2. Akran Zorbalığında Roller ve Özellikleri .....	7
2.2.1 Zorba ve Zorbalık Türleri .....	7
2.2.2 Fiziksel Zorbalık .....	8
2.2.3 Sözel Zorbalık .....	8
2.2.4 Siber Zorbalık .....	8
2.2.5 Cinsel Zorbalık .....	8
2.2.6 Zorbalığı Kapsayan Roller .....	9
2.2.6.1 Zorbalığı İzleyici Rol .....	9
2.2.6.2 İzleyici Müdahale Modeli .....	10
2.2.6.3 Zorba .....	11
2.2.6.4 Kurban .....	11
2.2.6.5 Zorbalığa Yardımcı Rol/ Zorbalığı Güçlendirici Rol .....	11
2.2.6.6 Zorbalığa Karşı Savunucu Rol .....	12
2.3 Akran Zorbalığı ve Çeşitli Değişkenler .....	12
2.3.1 Akran Zorbalığı ve Yaş .....	12
2.3.2 Akran Zorbalığı ve Cinsiyet .....	13
2.3.3 Akran Zorbalığı ve Saldırganlık .....	15
2.3.4 Akran Zorbalığı Okul ve Toplum .....	16
2.3.5 Aile Tutumları .....	17
2.3.5.1 Aile Yapısı ve Zorbalık Eğilimi .....	17
2.3.5.2 Aile Tutumları ve Zorbalık .....	17
2.3.5.3 Aile İçi İletişim ve Zorbalık .....	19
2.3.5.4 Aile Dinamikleri ve Zorbalık Mağduriyeti .....	20
2.3.5.5 Ailelerin Zorbalıkla Mücadelede Rolü .....	20
2.4 Zorbalıkla Mücadelede Topluluk ve Aile Katılımı .....	21
2.4.1 Aile Katılımı .....	21
2.4.2 Topluluk Katılımı .....	22
2.5 Benlik Saygısı: Tanımı, Gelişimi ve Benlik Saygısının Etkileri .....	25
2.5.1 Benlik Saygısının Tanımı .....	25
2.5.2 Benlik Saygısının Gelişimi .....	26
2.5.3 Benlik Saygısının Etkileri .....	28
2.5.3.1 Benlik Saygısı ve Ruh Sağlığı .....	28
2.5.3.2 Benlik Saygısı ve Sosyal İlişkiler .....	29

2.5.3.3 Benlik Saygısı ve Akademik Başarı .....	31
2.5.3.4 Benlik Saygısı ve Kişisel Gelişim .....	32
2.6 Düşük Benlik Saygısının Sonuçları.....	33
2.7 Benlik Saygısını Artırma Yolları .....	34
2.8 Depresyon: Tanımı, Gelişimi ve Etkileri .....	34
2.8.1 Depresyon Tanımı .....	34
2.8.2 Depresyon Belirtileri .....	35
2.8.3 Depresyon Türleri .....	36
2.8.4 Ergenlerde Depresyonun Gelişimi .....	37
2.8.5 Ergenlerde Depresyona Neden Olan Faktörler .....	40
2.8.5.1 Ergenlerde Depresyona Neden Olan Bireysel Faktörler.....	40
2.8.5.2 Ergenlerde Depresyon Riskini Arttıran Çevresel Faktörler.....	42
2.9 Ergenlerde Depresyonun Sonuçları.....	46
2.10 Ergenlerde Depresyonu Önleme Yöntemleri ve Koruyucu Etmenler.....	47
<b>3. ÇALIŞMA YÖNTEMİ ve PLANI .....</b>	<b>50</b>
3.1 Araştırma Modeli .....	50
3.2 Evren ve Örneklem.....	50
3.3 Veri Toplama Araçları.....	54
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu .....	54
3.3.2 Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu .....	54
3.3.3 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	55
3.3.4 Ergenler İçin Depresyon Ölçeği .....	56
3.5 Veri Analizi .....	57
4. BULGULAR .....	58
5. TARTIŞMA .....	86
6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....	94
6.1 Sonuç .....	94
6.2 Öneriler.....	97
6.3 Sınırlılıklar.....	98
7. KAYNAKÇA .....	99
8. EKLER .....	128
9. ÖZGEÇMİŞ.....	146

## TABLULAR LİSTESİ

### Sayfa

<b>Tablo 3.1</b> Araştırmaya katılan ergenlerin demografik değişkenlerine ilişkin dağılımları.....	50
<b>Tablo 3.2</b> Araştırmaya Katılan Ergenlerin Demografik Değişkenlerine ilişkin Dağılımları.....	52
<b>Tablo 4.1.</b> Araştırmaya katılan ergenlerin akran zorbalığı, benlik saygısı ve depresyon düzeylerine ilişkin ortalama değerleri.....	58
<b>Tablo 4.2.</b> Ergen Depresyon Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeklerinin cinsiyetler arasındaki karşılaştırma analizleri.....	59
<b>Tablo 4.3.</b> Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu'nun cinsiyetler arasındaki karşılaştırma analizleri .....	60
<b>Tablo 4.4.</b> Araştırmaya katılan ergenlerin akran zorbalığı düzeylerinin sınıf düzeylerine ilişkin analizleri.....	62
<b>Tablo 4.5.</b> Araştırmaya katılan ergenlerin birlikte yaşadıkları ebeveynlerine ilişkin analizleri .....	66
<b>Tablo 4.6.</b> Araştırmaya katılan ergenlerin anne/baba hayatta olma durumuna göre depresyon ve benlik saygısı puanlarına ilişkin analizleri .....	69
<b>Tablo 4.7.</b> Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu'nun anne/baba hayatta olma durumuna ilişkin analizleri .....	70
<b>Tablo 4.8.</b> Araştırmaya katılan ergenlerin ailelerinin aylık gelir düzeylerine ilişkin analizleri .....	73
<b>Tablo 4.9.</b> Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile depresyon ve benlik saygısı düzeylerine ilişkin analizler.....	77
<b>Tablo 4.10.</b> Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile akran zorbalığı düzeylerine ilişkin analizler.....	79
<b>Tablo 4.11.</b> Araştırmaya katılan ergenlere uygulanan ölçekler arasındaki ilişkilerin incelenmesi, ölçekler arasındaki ilişkinin Spermann (r) değerleri .....	83

## KISALTMALAR LİSTESİ

- ABD** : Amerika Birleşik Devletleri
- APA** : American Psychological Association (Amerikan Psikoloji Derneği)
- DSM-V** : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition  
(Ruhsal Bozuklukların Tanı ve İstatistik El Kitabı, Beşinci Baskı)
- MDD** : Majör Depresif Bozukluk
- MEB** : Millî Eğitim Bakanlığı
- TDK** : Türk Dil Kurumu
- UNICEF** : United Nations International Children's Emergency Fund (Birleşmiş  
Milletler Uluslararası Çocuklara Acil Yardım Fonu)
- WHO** : World Health Organization (Dünya Sağlık Örgütü)

## ÖNSÖZ

Bu çalışma sürecinde bilgi, öneri ve tecrübesini esirgemeyen saygı değer tez danışmanım Dr. Öğretim Üyesi Leman Elif AYBAY'a ve diğer jüri üyeleri Prof. Dr. Abdullah IŞIKLAR ve Dr. Öğretim Üyesi Ayşe Su YAYLI'ya, ayrıca bu tez araştırmasına katılım sağlayan tüm lise öğrencilerine, süreçte benim en büyük destekçim olan annem Nezaket CAVULDAK'a, kardeşim Cansu CAVULDAK, babam İlyas CAVULDAK'a ve tez sürecimde bana anlayış gösteren arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunarım.

24.02.2025

**SEZEN CAVULDAK**

# 1. GİRİŞ

Gelişen teknolojiyle birlikte değişen koşullar, insan ilişkilerine farklı bir boyut kazandırmıştır. Ancak, bu gelişmelerle birlikte ortaya çıkan tehlikelerden biri de akran zorbalığıdır. Okullarda şiddet, saldırganlık ve zorbalık, 2000'li yılların başlarından itibaren artış göstermiş ve bu durum, araştırmacıların dikkatini çekmiştir. Günümüzde de bu davranışların belirgin bir şekilde artmaya devam etmesi, konunun önemini ve güncelliğini korumasına neden olmuştur. Akran zorbalığının nedenleri karmaşık ve çok boyutlu olabilir, çünkü çeşitli faktörler birbiriyle etkileşim halindedir. Bununla birlikte, birçok toplumda bu durumun nedeninin, çocuk yetiştirme süreçlerindeki hatalar ve ebeveynlik ile çevresel faktörlerin etkisi olduğu düşünülmektedir (Yılmaz, 2024).

Literatür incelendiğinde, akran zorbalığı ile çeşitli demografik faktörler arasında ilişkiler tespit edilmiştir. Bu faktörlerden en önemlilerinden biri yaş faktörüdür. Yapılan araştırmalarda, bireylerin zorba ya da kurban olma durumlarında yaşın önemli bir etken olduğu belirtilmiştir. Genellikle erken yaşlarda fiziksel ve sözel zorbalık eğilimlerinin daha yüksek olduğu, yaşın aynı zamanda zorbalık davranışlarını etkilediği ifade edilmiştir (Kaçar, 2015). Yaş ilerledikçe zorbalık yapma sıklığının arttığı, buna karşılık mağduriyet durumlarının azaldığı gözlemlenmiştir (Kaçar, 2015; Yılmaz ve Çağlayan, 2018; Yılmaz, 2024).

Yaş faktörünün ardından, akran zorbalığı ile güçlü bir ilişki gösteren bir diğer önemli değişken benlik saygısıdır. Benlik saygısı, bireyin kendisine yönelik olumlu ya da olumsuz tutum ve davranışları olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin kendilerine yönelik olumlu tutumlar sergilemeleri, yüksek benlik saygısına sahip olduklarını; buna karşılık, olumsuz tutumlar sergilemeleri ise düşük benlik saygısına sahip olduklarını göstermektedir (Tutar, Özgür ve Tutar, 2018).

Benlik saygısı ile akran zorbalığı arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan çalışmalarda, bireylerin algılanan benlik saygısının yüksek olmasının, diğer bireylere yönelik zorba davranışlardan kaçınmalarına katkı sağladığı görülmüştür (Aydın, 2021). Öte yandan, algılanan benlik saygısının düşük olması, bireylerin

etkileşimde oldukları kişilere yönelik zorba davranışlar sergileme olasılığını artırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Salmivalli, 2010; Yılmaz ve Çağlayan, 2018; Aydın, 2021; Yılmaz, 2024). Diğer taraftan, benlik saygısı düşük olan bireylerin akran zorbalığının yanı sıra öfke nöbetleri, duyarsızlaşma, empati eksikliği, anda kalamama, sosyalleşememe, iletişim sorunları ve internet bağımlılığı gibi davranışlar sergiledikleri, ayrıca yüksek düzeyde depresyon yaşadıkları belirlenmiştir. Depresyon, akran zorbalığı ve düşük benlik saygısı gibi ergenler arasında oldukça yaygın görülen psikolojik sağlık sorunlarından biridir. Ergenlerin depresyona girme nedenlerinden biri ise yaşadıkları çevresel koşullardır. Bu çevresel etmenler arasında aile içi olumsuz iletişim, okulda karşılaştıkları olumsuz akademik durumlar, sosyalleşme sürecinde akranları tarafından maruz kaldıkları baskı ve zorlamalar yer almakta ve bu faktörler depresyon riskini artıran başlıca çevresel koşullar olarak değerlendirilmektedir (Jorm, 2020).

Akran zorbalığına maruz kalan ergenlerin en çok duygusal olarak zarar gördükleri tespit edilmiştir. Zorbalık deneyimi yaşayan ergenlerin benlik saygılarının düştüğü ve depresyona girme risklerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, benlik saygısı düşen bu ergenlerin depresif semptomlar gösterme sıklığının da arttığı bulunmuştur (Juvonen ve Graham, 2017). Bu araştırmalar, zorbalığa maruz kalan ergenlerin sosyalleşme süreçlerinin zorba davranışlar nedeniyle bozulduğunu, yalnızlık düzeylerinin arttığını, kendilerini sosyal izolasyona yönlendirdiklerini, benlik saygılarının düştüğünü ve depresyon düzeylerinin yükseldiğini ortaya koymaktadır (Mynard ve Joseph, 2000). Bu araştırmada, lise düzeyinde öğrenim gören ergenlerin akran zorbalığı, benlik saygısı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

## **1.1 Problemin Tanımı**

Olweus (1993)'e göre akran zorbalığı ergenler arasında yaşa bağlı olarak yaygınlaşan, zorba ya da mağdur bireylerin tamamının olumsuz davranışlarını barındıran, bir birey ya da daha fazla bireyin kendisinden daha güçsüz olarak algıladığı akranına karşılık kasıtlı olarak yaptığı eylemlerle daha belirgin hale gelen ve düzenli olarak tekrarlanan davranışlardır. Araştırmalar incelendiğinde, ergenlerde okul ortamında sıklıkla rastlanan akran zorbalığı davranışının bireylerde düşük benlik

saygısı, depresyon ve kaygıya yol açabileceği görülmüştür (Rigby, 2003). Akran zorbalığına neden olan faktörlere bakıldığında bireyin ruh sağlığının çevresel etmenlerle birlikte değerlendirildiğinde özellikle benlik saygısı düzeyinin önemli bir faktör olduğu araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur (Rosenberg, 1965). Okul yaşamında zorbalık sistemi içerisinde yer alan ergenlerin sahip oldukları benlik saygısı düzeyleri incelendiğinde; düşük benlik saygısı düzeyi ya da tam tersi yüksek düzeyde benlik saygısı düzeyi, bireylerin bu sistem içerisinde zorba davranışlar göstermesine ya da zorbalığa maruz kalmasına neden olabilmektedir (Baumeister, Smart ve Boden, 2000; Salmivalli, 2010; Patchin ve Hinduja, 2010). Akran zorbalığına hem neden olabilen hem de akran zorbalığının bir sonucu olarak ortaya çıkan psikolojik değişkenlerden birisi de ergenin depresyon düzeyidir. Depresif belirtiler gösteren ergen kendisini yetersiz ve hatta değersiz hissederek sosyal çevresinden izole olma durumunu okulda zorba davranışlar göstererek telafi edebilme yolunu seçmektedir (Kaltiala-Heino, Rimpelä., Rantanen ve Rimpelä, 1999). Araştırmacılara göre depresyon yaşayan ergen bireyin akranlarına yönelik empati kurma becerisi azalacağından zorba davranış gösterme eğilimi artmaktadır (Salmivalli, 2010). Bununla beraber akran zorbalığına maruz kalan ergen, depresif belirtilerle sergileyerek okul ortamında sosyal izolasyon yaşamakta, ergenin öz saygısı ve öz yeterliliği zedelenmekte ve kendisini sürekli tehdit altında algılayarak depresyon yaşayabilmektedir (Hawker ve Boulton, 2000). Bu araştırmanın temel problemi, ergenlik döneminin karmaşık ve zorlu özellikleriyle birlikte, okul ortamında yaşanan akran zorbalığının, ergenlerde depresyon ve benlik saygısı gibi psikolojik değişkenlerle olan neden-sonuç ilişkilerini incelemektir.

## **1.2 Araştırmanın Amacı**

Ergenlik dönemi, bireyin kimlik oluşturma ve kendini yeniden tanımlama sürecinde, bilişsel, sosyal, duygusal ve fiziksel değişimlerin hızlı bir şekilde yaşandığı kritik bir yaşam evresidir. Ergenlerin zamanlarının büyük bir kısmını okul ortamında geçirdiği ve akranlarıyla yakın ilişkiler kurduğu göz önünde bulundurulduğunda, akran zorbalığına maruz kalma olasılıkları artmaktadır. Bu çalışmanın amacı, ergenlerdeki akran zorbalık düzeyinin benlik saygısı ve depresyon gibi psikolojik değişkenlerle ilişkisini ortaya koymaktır. Çalışma, akran zorbalığı sistemi içinde yer alan ergen bireylerin bu kritik yaşam evresinde psikolojik sağlıklarını olumlu ya da

olumsuz yönde etkileyebilecek benlik saygısı ve depresyon düzeylerini incelemeyi hedeflemektedir.

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

- 1. Psikolojik Sağlık Açısından Katkı:** Bu araştırma, lise düzeyindeki ergenlerin benlik saygısı ve depresyon düzeylerinin akran zorbalığı ile ilişkisini inceleyerek, bu psikolojik değişkenlerin zorbalık davranışları üzerindeki etkisini anlamaya katkı sağlayabilir. Araştırmadan elde edilen veriler, akran zorbalığına yol açan ve bundan etkilenen dinamikleri anlamamıza yardımcı olabilir. Ayrıca, depresyon ve benlik saygısı gibi psikolojik değişkenlere dikkat çekmek, ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını artırmaya yönelik etkili müdahale hizmetlerinin geliştirilmesine olanak tanıyabilir.
- 2. Eğitim Politikaları ve Okul Ortamına Katkı:** Bu araştırma, ergenlerin zamanlarının büyük bir bölümünü okul ortamında geçirdiği düşünüldüğünde, okullarda zorbalık karşıtı programların geliştirilmesine ve psikolojik müdahale hizmetlerinin etkinliğinin artırılmasına katkı sağlayabilir. Özellikle, akran zorbalığına yol açan veya zorbalık sonucunda ortaya çıkabilen depresyon ve benlik saygısı gibi psikolojik değişkenlerin ele alındığı politikalar ve uygulamaların oluşturulmasına bilimsel bir temel sunabilir.
- 3. Toplumsal Farkındalık Yaratma:** Ergenlik döneminin zorluklarıyla başa çıkan aile bireyleri, okul yönetimi, öğretmenler ve siyasetçiler için farkındalık oluşturularak, ergenlerin yaşam kalitesini, sosyal becerilerini ve akademik başarılarını etkileyen akran zorbalığı gibi önemli bir konuda farkındalık yaratabilir. Bu farkındalık, ergenlerin sağlıklı bir sosyal çevrede yetişmelerine ve yaşamlarını olumlu yönde şekillendirmelerine katkı sağlayabilir.
- 4. Uzun Vadeli Etkiler Açısından Katkı:** Bu araştırma, zorbalığın uzun vadeli etkilerini ve bu etkilerin bireylerin yaşam boyu karşılaşılabileceği psikolojik zorlukları ortaya koyabilir. Bu bulgular, yalnızca ergenlik döneminde değil, yetişkinlikte de ruh sağlığını korumaya yönelik etkili stratejilerin geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

#### 1.4. Araştırmanın Soruları

Araştırma sorusu 1: Akran zorbalığı, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, ailenin ekonomik düzeyi, ergenin sınıf düzeyi, birlikte yaşanılan ebeveyn, ergenin fiziksel görünüşünü nasıl bulduğu, ebeveynlerin birliktelik durumu) açasından farklılaşmakta mıdır?

Araştırma sorusu 2: Benlik saygısı, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, ailenin ekonomik düzeyi, ergenin sınıf düzeyi, birlikte yaşanılan ebeveyn, ergenin fiziksel görünüşünü nasıl bulduğu, ebeveynlerin birliktelik durumu) açasından farklılaşmakta mıdır?

Araştırma sorusu 3: Depresyon, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, ailenin ekonomik düzeyi, ergenin sınıf düzeyi, birlikte yaşanılan ebeveyn, ergenin fiziksel görünüşünü nasıl bulduğu, ebeveynlerin birliktelik durumu) açasından farklılaşmakta mıdır?

Araştırma sorusu 4: Akran zorbalığı ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırma sorusu 5: Akran zorbalığı ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Akran Zorbalığı

Zorbalık, günümüzde araştırmacıların dikkatini çeken ve çalışmalarında sıkça yer verdikleri bir konu olarak, Türkiye ve dünya literatüründe önemli bir yere sahiptir. Özellikle İsveç ve Finlandiya gibi ülkelerde, 19. yüzyıldan itibaren zorbalık olgusu üzerine yapılan araştırmalar giderek yaygınlaşmıştır (Tura, 2008). Zorbalık kişiler arası ilişkilerde bir güç dengesizliği yaratarak bir tarafın diğer taraf üzerinde üstünlük kurma mücadelesidir (Bauer, Lozano ve Rivara, 2007).

Olweus, akran zorbalığını, okul ortamına dikkat çekerek, okul içindeki birey ya da bireylerin belirli bir süre boyunca grup içindeki diğer birey ya da bireylere yönelik olumsuz davranışlarda bulunması ve bu davranışları bilerek ve isteyerek gerçekleştirmesi şeklinde tanımlamıştır. Olweus, bir eylemin akran zorbalığı olarak kabul edilebilmesi için üç kriterin karşılanması gerektiğini belirtmiştir: Eylemin saldırganca veya zarar verme niyetiyle yapılması, zaman içinde tekrarlanması ve zorbalık tarafları arasında "güç dengesizliği" bulunması (Olweus ve Limber, 2010). Greene, akran zorbalığını tanımlamak için beş kriter önermiştir. Buna göre, mağdurun zorbalığı fiziksel veya sözlü saldırganlıkla başlatmaması ve zorbalığın mağdurun bildiği bir ortamda gerçekleşmesi gerekmektedir. Güç dengesizliklerine örnek olarak yüksek fiziksel güç ve okulda yüksek popülerlik gibi özellikler verilebilir. Bu nedenle güç dengesizlikleri hem fiziksel hem de psikolojik/sosyal ya da her ikisi birden olabilir (Greene, 2006). Bu bilgiler doğrultusunda, Olweus'un tanımına göre iki öğrencinin güç mücadelesi saldırganlık olarak nitelendirilebilir, ancak akran zorbalığı olarak adlandırılmaz (Olweus, 1995; Olweus ve Limber, 2010).

Tüm bu tanımlamalardan yola çıkarak, akran zorbalığına ilişkin yapılan tanımlamaların başlangıçta genellikle fiziksel gücün bir temsili olarak daha çok önemsendiği ve bunun yanında akran zorbalığının belirli bir süre ve periyotlarla gerçekleşmesi gereken bir kavram olarak ele alındığını görmekteyiz. Ancak, akran zorbalığını yalnızca fiziksel güç üstünlüğüyle açıklamanın ötesinde, ilişkisel anlamda dışlama, söylenti yayma, alay etme, lakap takma gibi boyutlarıyla kişiler arası ilişkileri çıkmaza sokan ve bireyin çevresine uyum sağlamasını zorlaştıran bir dizi psikolojik

boyutu da içeren karmaşık bir kavram olarak tanımlayan araştırmacılar da bulunmaktadır (Menutti ve Christiner, 2012). Bu nedenle, akran zorbalığı kavramını çok boyutlu bir yaklaşımla farklı açılardan ele alarak değerlendirmek gerekmektedir. Akran zorbalığı tanımlanırken, özellikle araştırmacıların güç dengesizliği üzerinde durdukları ve zorbalığın belirli periyotlarla gerçekleştiği konusunda hemfikir oldukları görülmüştür (Özada, 2018).

## **2.2. Akran Zorbalığında Roller ve Özellikleri**

### **2.2.1 Zorba ve Zorbalık Türleri**

Akran zorbalığı faillerine "zorba" denir. Zorbalar, genellikle fiziksel güç, sosyal statü veya diğer baskı araçlarını kullanarak başkalarına zarar vermeye çalışır. Fiziksel görünüş açısından güçlü olarak algılanan bireyler olmaları, bu gücü bir tehdit unsuru olarak kullanmalarına olanak tanır. Zorbalar, statü açısından okulda veya sosyal çevrelerinde "popüler" bireyler olarak öne çıkar ve bu durum, zorbalık davranışlarını sergileme konusunda cesaretlerini artırır. Zorbalık yapan bireyler, hedef aldıkları kişilerin duygularını anlamakta zorlanır ve uygun tepkiler verme konusunda daha az empati gösterir. Ayrıca, kontrolcü bir yapıya sahip olan zorbalar, bu kontrol etme arzularını sürdürme eğilimindedir. Zorba bireylerin ailelerine bakıldığında, genellikle ya otoriter ya da ihmalkar aile tutumlarının benimsendiği görülmüştür (Curelaru, Iacob ve Abalasei, 2009; Maher, Hanlon ve Hajjar, 2014; Yılmaz, 2024).

Hakan (2011)'e göre, Dan Olweus, İsveçli-Norveçli bir psikoloji profesörü olarak 1970'lerde akran zorbalığı ve bu konu üzerine önemli sistematik çalışmalar yürüten, alan yazınında öne çıkan bir isimdir. Olweus (1993)'e göre zorbalığın üç türü bulunmaktadır: fiziksel zorbalık, sözel zorbalık ve sosyal anlamda dışlama. Zorbalık türlerini doğrudan ve dolaylı sözel ile fiziksel zorbalık olarak kategorize eden bir başka araştırmacı, doğrudan sözel zorbalığı (alay etme, lakap takma vb.), dolaylı sözel zorbalığı (dedikodu yapma ve söylenti çıkarma), doğrudan fiziksel zorbalığı (fiziksel ve gözle görülebilir şiddet) ve dolaylı fiziksel zorbalığı (eşyalara zarar verme veya eşyaları saklama) olarak tanımlamıştır (Elliot, 1992). Tüm bu zorbalık türlerinin yanı sıra başka zorbalık türlerinin de literatüre eklendiği görülmektedir.

### **2.2.2 Fiziksel Zorbalık**

Yaşanan güç dengesizliği durumunda, bir tarafın diğer tarafa uyguladığı davranışların gözlemlenebilir olması ve itme, vurma, tekme atma, yumruklama gibi şiddet içeren eylemleri kapsamı fiziksel zorbalık olarak tanımlanır (Ayas ve Pişkin, 2015).

### **2.2.3 Sözel Zorbalık**

Fiziksel zorbalıkta olduğu gibi, sözel zorbalık da zorbalığın gözlemlenebilir bir şekilde gerçekleştiği bir türdür. Ancak bu durumda, zorba birey, davranışlarını sözcükler yoluyla gerçekleştirir ve karşı tarafa psikolojik zarar verir. Alay etme, lakap takma, söylenti yayma gibi davranışların tümü sözel zorbalık olarak adlandırılmaktadır (Ayas ve Pişkin, 2015; Adalar, 2018). Zorbalık türleri yaş düzeyine göre incelendiğinde, yaş arttıkça fiziksel zorbalık düzeyinde azalma görülürken, sözel zorbalık düzeyinde artış görülebileceği belirtilmektedir (Warm, 1997).

### **2.2.4 Siber Zorbalık**

Gelişen teknolojiyle birlikte internet kullanımı giderek yaygınlaşmaktadır. Çeşitli sosyal platformlar aracılığıyla, bireylerin sanal dünyada birbirlerine zarar vermeye yönelik gerçekleştirdiği tüm davranışlar, siber zorbalık olarak adlandırılmaktadır (Baker ve Kavşut, 2007). Siber zorbalık yapan kişiler, sosyal platformlar üzerinden tehdit etme, hakaret etme, alay etme ve aşağılama gibi zarar verme amaçlı davranışlarını internet aracılığıyla gerçekleştirirler. Bu kişilerin kimliklerinin tespit edilmesinin daha zor olması, siber zorbalığın kontrolünü ve denetimini güçleştirmektedir. Özellikle ergenler, ebeveynlerinin internet kullanımlarını kısıtlamasından endişe duydukları gerekçesiyle bu zorbalık türünde çoğunlukla sessiz kalmayı tercih edebilmektedirler (Menutti ve Christiner, 2012).

### **2.2.5 Cinsel Zorbalık**

Amerikan Psikoloji Derneği'ne (APA) göre, bireyin sınırlarını zorlayan, kendi özgür iradesi ve isteği dışında fiziksel, sözel veya çevrimiçi yollarla cinsel içerikli zorbalığa maruz kalması "cinsel zorbalık" olarak tanımlanmaktadır (American

Psychological Association, 2020). Ayas ve Pişkin (2015), cinsel zorbalığı diğer zorbalık türlerine eklenen bir kategori olarak çalışmalarında ele almıştır.

## **2.2.6 Zorbalığı Kapsayan Roller**

Zorbalık ve kurban olma rollerinin dışında, zorbalık davranışından etkilenen ve zorbalığa etkisi olduğu düşünülen grup ya da sosyal çevredeki bireylerin, zorbalık sistemine olumlu veya olumsuz yönde katkıda bulunabilecek farklı konumlarda yer alabildikleri gözlemlenmiş ve bu durum araştırmacılar tarafından inceleme konusu yapılmıştır (Graham, 2016).

Zorbalığı olumlu yönde etkileyerek zorbalık düzeyini azaltan sosyal çevre ve grubun olumlu etkileri olabileceği gibi, zorbalığı olumsuz yönde etkileyerek zorbalığın düzeyini artıran aynı sosyal çevre ve grubun da olumsuz etkileri olabilmektedir. Olweus (1994), zorba ve kurban rollerini başlangıçta aynı kategori içinde ele almış ve zorbalık yapan bireyler ile zorbalığa maruz kalan kurbanları iki ana kategori olarak değerlendirmiştir. Daha sonra, kurban rollerine pasif (otoriteye uyan) ve aktif (tahrik eden) alt roller ekleyerek, rol tanımlamalarında daha geniş bir bakış açısı sunmuştur (akt. Gökkaya ve Sütçü, 2020).

Zorba ve kurban rolleri dışında diğerlerini temsil eden kişiler, zorbalık sistemi içerisinde katılımcı yani diğer rollere sahip olan kişilerdir (Salmivalli, Lagerspetz, Björkqvist, Osterman ve Kaukiainen, 1996).

Okullardaki akran zorbalığı sistemi içinde, Rigby ve Slee (1993)'ye göre, zorba rolündeki, kurban rolündeki ve diğerleriyle olumlu yönde sosyal iş birliği kuran roldeki bireyler, akran zorbalığı sistemine olumlu ya da olumsuz yönde destek sağlayabilmektedir. Okullarda, diğerleriyle sosyal iş birliği kuran bireyler, zorbalar veya kurbanlarla iş birliği içinde bulunarak farklı roller üstlenebilmektedir (Salmivalli, Lagerspetz, Björkqvist, Osterman ve Kaukiainen, 1996).

### **2.2.6.1 Zorbalığı İzleyici Rol**

Zorba davranışlarına maruz kalan bireylerin çevresinde, bu davranışlar gerçekleşirken herhangi bir tepki göstermeyen ve yalnızca izleyici konumunda kalan bireyler bulunmaktadır (Olweus, 1993). Zorba davranışlar çevrelerinde sergilenirken

tepkisiz kalan pasif izleyicilerin bu tutumlarının altında farklı nedenler olabilmektedir. Bu nedenlerden biri, izleyici rolünü tercih eden bireylerin, gruptan dışlanma korkusu nedeniyle zorbalığa karşı sessiz kalmalarıdır. Araştırmalar, bu durumun zorba bireylerin zorbalık düzeylerini artırdığı ve onları desteklediği yönünde bulgular sunmaktadır (Craig ve Pepler, 1997). Ayrıca, zorbalığa maruz kalan bireye başka birinin yardım edebileceği düşüncesi, zorbanın kendilerine de benzer davranışlar sergileyeceğine dair inanç ve zorba kişiyle baş etme konusunda yetersizlik hissetmeleri, izleyici roldeki bireylerin diğer karakteristik özellikleri arasında yer almaktadır (Demirbaş, 2020).

### **2.2.6.2 İzleyici Müdahale Modeli**

Zorbalık davranışındaki izleyici rolünü açıklamak ve anlamak adına, araştırmacılar Seyirci Müdahale Modeli kuramsal açıklamalarından yola çıkarak izleyici rolünü sosyal psikoloji alanındaki araştırmalarla ele almışlardır. Bireylerin ani gelişen olaylar karşısında nasıl tepki verdiklerini açıklamaya çalışan ve teorik bir çerçeve sunan Seyirci Müdahale Modeli, ilk kez Latane ve Darley (1970) tarafından geliştirilmiştir. Bu model, bireylerin ani durumlarda yardım edip etmeme kararında etkili olan süreçleri beş kategoride açıklamaktadır. Modelin çıkış noktası, 1964'te gerçekleşen Kitty Genovese vakası olarak bilinen olaydır. Bu trajik olayda, bir kadının insanların gözü önünde öldürülmesine rağmen çevredeki bireylerin yardım etmemesi, araştırmacılara bu modeli geliştirme ilhamı vermiştir (Morning, Levine ve Collins, 2007). Seyirci Müdahale Modeli'ndeki aşamalar şunlardır: Durumu fark etme, durumun acil olup olmadığını değerlendirme, bireysel sorumluluk alma, müdahale yöntemi belirleme ve müdahale etme kararı verme (Latané ve Darley, 1970). İlk aşamada bireyler, yaşanan kriz durumunun farkına varırlar. İkinci aşamada, durumun aciliyetiyle ilgili hızlı bir değerlendirme yapılır ve olayın sebepleri ile sonuçları arasında bağlantılar kurulur. Üçüncü aşamada bireyler, mağduriyet konusunda bireysel sorumluluk alıp almamayı değerlendirirler. Dördüncü aşamada, kriz yönetiminde uygulanacak çözüm yöntemi belirlenir. Beşinci ve son aşamada ise birey, krize müdahale etmeye ve mağdurun yanında olmaya karar verir. Tüm bu aşamalar, izleyici rolündeki bireylerin etkin müdahale etme yöntemlerini geliştirmeye odaklanmıştır (Demirbaş ve Öztemel, 2019).

### **2.2.6.3 Zorba**

Hedefine bilerek ve isteyerek yönelen, içindeki liderlik ve kontrol etme arzusunu seçtiği kurbanlarına yönelik belirli sürelerde yıkıcı eylemleriyle sözel veya fiziksel olarak yönlendiren bireylere zorba denmektedir (Olweus, 1993). Zorbalık sistemindeki ana unsurdur ve zorbalığın baş öznesidir.

### **2.2.6.4 Kurban**

Kurban rolü, zorbalık sisteminde zorbalık davranışına maruz kalan bireylerin üstlendikleri roldür. Bu bireyler, genellikle zorbaların hedef aldığı kriterlere uygun özellikler taşıyan kişilerdir. Kurban rolündeki bireyler, fiziksel olarak daha güçsüz, sosyal izolasyon yaşayan veya sınırlı bir arkadaş çevresine sahip, kendine güven düzeyi düşük, fiziksel, zihinsel ve kültürel açıdan çevrelerine göre farklılık gösteren bireyler olarak tanımlanmıştır (Curelaru, Iacob ve Abalasei, 2009; Maher, Hanlon ve Hajjar, 2014; Yılmaz, 2024).

### **2.2.6.5 Zorbalığa Yardımcı Rol/ Zorbalığı Güçlendirici Rol**

Zorbalığa yardımcı rolündeki bireyler, zorba kişilerin kurbanlarına yönelik gerçekleştirdiği fiziksel veya sözel şiddete aktif olarak dahil olan kişilerdir. Bu bireyler, zorbaların öncülüğünde ve onların sosyal etkileri doğrultusunda hareket ederek ya da zorbaları taklit ederek çeşitli davranışlarına destek verir ve bu şekilde yardımcı rollerini yerine getirirler. (Salmivalli, Lagerspetz, Bjorkqvist, Osterman ve Kaukiainen, 1996).

Zorbalığın güçlendirici rolü, zorbalık davranışlarının sosyal çevre içinde normalleşmesine neden olmakta ve dolaylı olarak grup içerisinde bu davranışların kabul edilmesine yol açmaktadır (Gini, Pozzoli, Borghi ve Franzoni, 2008). Zorbalığı güçlendirici rolündeki bireyler, zorba davranışlara müdahale etmeksizin, jest ve mimikleriyle ya da çeşitli beden hareketleriyle (örneğin alkışlamak) zorbalık davranışını daha da teşvik ederler. Bu roldeki bireyler, zorbalık yapan kişilerin sosyal statülerini güçlendirmenin yanı sıra, kurbanlarda çaresizlik ve yalnızlık gibi olumsuz duyguları da pekiştirirler (Salmivalli, Lagerspetz, Björkqvist, Osterman ve Kaukiainen, 1996).

### **2.2.6.6 Zorbalığa Karşı Savunucu Rol**

Zorbalık sistemi içinde savunucu rol, zorbalığa maruz kalan bireyleri korumak, zorbalık karşısında onları savunmak veya grup içinde zorba davranışları engellemek amacıyla hareket eden bireyleri tanımlar. Bu bireyler, adalet duygusu gelişmiş, empati becerisi yüksek ve içsel motivasyona sahip kişilerdir (Gini, Pozzoli, Borghi ve Franzoni, 2008; Pozzoli ve Gini, 2010;). Savunucu roldeki bireyler, zorba tarafından sosyal kabul veya onay görmek yerine, cesaretle hareket ederek kurban rolündeki kişilerin savunuculuğunu üstlenir ve doğru olanı yapmak konusunda güçlü bir motivasyona sahiptir (Nickerson, Mele-Taylor ve Fredrick, 2008).

Okul ortamında, zorbalığa maruz kalan bireyleri savunmak ve zorbalık karşısında aktif bir şekilde savunucu rol üstlenen bireyler, yardım etme içgüdüleriyle hareket ederek zorbalığın önüne geçmeyi amaçlarlar. Bu şekilde, bireyler aynı zamanda zorbalığı önleme ve müdahale programlarına katkıda bulunmaktadır (Salmivalli ve Voeten, 2004).

## **2.3 Akran Zorbalığı ve Çeşitli Değişkenler**

### **2.3.1 Akran Zorbalığı ve Yaş**

Akran zorbalığı, birçok farklı değişkenin etkisiyle ortaya çıkabilmekte ve bu değişkenler farklı oranlarda rol oynamaktadır. Bu değişkenlerden biri yaş faktörüdür. Araştırmalarda, akran zorbalığının hem zorba hem de kurban rolündeki bireylerin yaş faktöründen etkilendiği görülmüştür. Akran zorbalığı genellikle okul ortamında, özellikle çocuklar ve gençler arasında daha sık karşılaşılan bir durum olsa da her yaş grubunda ortaya çıkabilmektedir (Armitage, 2021). Çocukluk döneminde fiziksel zorbalığın diğer zorbalık türlerine kıyasla daha yaygın olduğu; ergenlik döneminde ise fiziksel zorbalığın azaldığı tespit edilmiştir (Craig, Pepler ve Blais, 1999). Yaş Grupları ve Akran Zorbalık Türleri:

- İlkokul Dönemi (6-10 yaş): Bu dönemde yaşanan akran zorbalığı genellikle somut ve gözlemlenebilir olan fiziksel zorbalık türü genellikle yaygındır. Bunun yanında akranlarına yönelik çocukların sözel boyuttaki zorbalık çeşidine de başvurdukları görülmüştür.

- Ortaokul Dönemi (11-14 yaş): Bu dönemde yaşanan akran zorbalığı, ilkökul dönemine göre anlaşılması daha güç bir haldedir, çocuklar birbirlerine yönelik siber zorbalık, sözel zorbalık, ilişkisel anlamda zorbalık davranışlarını sergilemeye başlarlar.
- Lise Dönemi (15-18 yaş): Ergenler birbirlerine yönelik davranışlarında sosyal statülerini gözetip bu anlamda güçlü olmak istemekte ya da güçlü olanın yanında olmakla ilgili kaygılar taşımaktadırlar. İlişkisel zorbalık ve davranışların karmaşıklığı bu dönemde dikkat çekmektedir.

Küçük yaş gruplarındaki bireyler, akran zorbalığına maruz kaldıklarında nasıl tepki vereceklerini bilemedikleri gibi bu konuda daha az bilinçli olabilmektedir. Yaş düzeyi ve bilinçli farkındalık arttıkça, ergenlik dönemindeki bireyler maruz kaldıkları akran zorbalığının olumsuz psikolojik etkilerini daha ciddi boyutlarda yaşayabilmektedir. Akran zorbalığına maruz kalan bir ergenin benlik saygısı düşük olabilmekte ve bu durum, ergenin kimlik gelişimini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Ayrıca, ergenin sosyal çevresinde akranlarından sosyal onay alma ihtiyacı, zorbalığa maruz kalma riskini artırabilmektedir. Akran zorbalığı ve yaş faktörü, zorbalık davranışının görülme sıklığını, zorbalığa maruz kalma süresini ve zorbalığın şiddetini belirleyebilmektedir. Bu nedenle, akran zorbalığı ve yaş faktörünün dikkate alınması, zorbalığı önleme ve mücadele stratejilerinin belirlenmesi açısından büyük önem taşımaktadır (Kocuk, 2022; Yılmaz, 2024).

### **2.3.2 Akran Zorbalığı ve Cinsiyet**

Akran zorbalığındaki cinsiyet faktörü incelendiğinde; zorba ve kurban olma davranışının cinsiyete göre farklılaştığını ve her iki boyutta da bu konunun derinlemesine araştırıldığında zorbalık sisteminin daha çok anlaşılır hale gelebileceği görülmüştür (Çiftçi, 2018).

Akran zorbalığında zorbalık türlerine göre erkek ergenlerin kız ergenlere göre fiziksel zorbalık türüne (itme, vurma, dövme, tekmeleme vb) daha yaygın düzeyde başvurduklarını; kız ergenlerin ise sözel (lakap takma, alay etme vb.) ve ilişkisel boyutta (dışlama, başkalarıyla olan ilişkisini sabote etme vb.) zorbalık davranışları sergiledikleri bulunmuştur (Iossi, Pereira, Mendonça, Nunes ve Oliveira, 2013). Erkeklerin hem kurban rolünde hem de zorba rolünde kızlara göre daha yüksek

düzyeyde zorbalık sistemi içerisinde yer aldıkları görülmüstür. Toplumsal cinsiyet rollerine bakıldığında, toplumda erkeklerden daha güçlü, rekabetçi ve öfkeli olmaları beklenildiğinden ergenlerin de daha çok fiziksel zorbalık türüne başvurdukları ve zorba davranışlarla karşılaştıklarında bu duruma yine fiziksel zorbalık davranışıyla cevap verdikleri görülmüstür. Ayıca erkeklerin akran zorbalığına maruz kaldıklarında, sosyal ilişkilerinde bir statü kazanabilmek adına her iki davranış boyutunda da (zorba ve kurban) daha aktif oldukları görülmüstür (Kocaşahan, 2012). Bunun yanında cinsiyetin kız ve erkeklerde akran zorbalığına maruz kalmak konusunda herhangi bir fark yaratmadığı konusunda yapılan araştırmalar da mevcuttur (Polat ve Sohbet, 2020). Toplumsal cinsiyet rollerine bakıldığında erkeklerden ‘erkek gibi davranma’ adı altında daha otoriter ve güçlü bir rol kavramı beklenirken; kız çocuklarından daha nazik ve hassas hatta daha kapsayıcı olmaları beklenmektedir. Böylesi bir toplumsal cinsiyet rol repertuarları erkeklerin ve kızların zorbalık sistemi konusunda erkeklerin fiziksel zorbalık türüyle karşılık vermelerine; kızların ise zorbalığa karşılık daha duygusal tepkiler vermelerine yol açmaktadır (Demir, 2022).

Kızların erkeklere göre ilişkisel boyutta zorbalık türüne daha çok başvurduğunu, sosyal ilişkilerinde g kazanmanın veya bu sosyal statünün korunmasının daha çok önem kazandığı ergenlik döneminde dışlama, ilişkileri manipüle etme, söylenti yayma gibi doğrudan gözlemlenemeyen zorbalık türüne daha çok maruz kaldıkları yapılan bazı araştırmalar sonucunda bulunmuştur. Bu zorbalık türüne maruz kalan kız ergen bireylerde bu durumun kısa ve uzun vadede sosyal ve psikolojik düzeyde duygusal sorunlara yol açabileceği ve derin psikolojik yaralanmalara neden olabileceği görülmüstür (Aslan ve Polat, 2023).

Akran zorbalığının ergenlerde cinsiyete göre psikolojik etkileri incelendiğinde; erkeklerin sadırganlık, öfke, depresyon gibi çeşitli davranış belirtileri gösterdikleri bulunurken, kızlarda düşük benlik sayėısı, depresyon ve kayėı gibi davranışsal belirtiler bulunmuştur. Akran zorbalığının kızlar arasında dolaylı şekillerde ve tespitinin zor olması; zorbalık sonucu meydana gelen psikolojik etkilerinin gözlemlenmesini de zorlaştırmaktadır. Bu durum kız ergenlerin ileriki dönemlerde de psikolojik sorunlar yaşamasına davetiye çıkarmaktadır (Gürsoy, 2010).

Akran zorbalığı konusunda cinsiyet rollerinin ve cinsiyetler arası farklılıkların önemini anlamak, akran zorbalığıyla mücadele etmek ve müdahale programları

oluşturmak adına son derece kritik bir öneme sahiptir. Eğitimciler, aileler, ergenlerle çalışan profesyoneller akran zorbalığıyla mücadele etmek konusunda edinilen toplumsal cinsiyet rolleri bilgisine göre akran zorbalık sisteminin ne ölçüde bundan etkilendiğini bilerek bu doğrultuda müdahale hizmetlerinin geliştirilmesini sağlamalıdır. Akran zorbalığıyla mücadelede etkin stratejiler geliştirebilmek adına örneğin erkek ergenlere yönelik zorbalık davranışıyla karşı karşıya kalındığında, fiziksel zorbalık türü davranışıyla karşılık vermek yerine başka bir yöntemle başvurularını öğretilbilir ya da kız ergenlere yönelik ilişkisel zorbalıkla ilgili farkındalık yaratmakla ilgili bilgi ve beceriler öğretilir. Ayrıca okullarda toplumsal cinsiyet eşitliği konusunda, akran zorbalığıyla ilgili ya da akran zorbalığıyla mücadele etme ve önleme becerilerinin geliştirilmesine yönelik verilen eğitim programları akran zorbalığı konusunda cinsiyet faktörünün etkisini azaltacaktır. Akran zorbalığı, cinsiyet değişkenine bağlı olarak kızlarda ve erkeklerde farklı davranış örnekleriyle ortaya çıkmaktadır ve toplumsal cinsiyet rollerinin normlarına göre bu durumdan etkilenmektedir. Akran zorbalığında cinsiyete göre farklılaşan bu durum, zorbalık türünün ergen tarafından ne şekilde deneyimlendiğini ve akran zorbalığında müdahale stratejilerinin nasıl olması gerektiğini de belirlemektedir. Akran zorbalığı ile mücadele etmek, pozitif bir okul iklimi oluşturmak ve öğrencilerin güvenli bir ortamda tüm gelişim düzeylerinde desteklenmesini sağlamak amacıyla akran zorbalığı ile cinsiyet faktörü değişkeninin önemini kavramak oldukça gerekli görülmektedir (Aksoy, 2019; Maher, Hanlon, ve Hajjar, 2014; Yılmaz, 2024).

### **2.3.3 Akran Zorbalığı ve Saldırganlık**

Zorbalık ve saldırganlık kavramları, genel kullanımda sıklıkla birbirleriyle karıştırılsa da, anlam olarak birbirinden farklıdır. Her saldırgan davranış zorbalık olarak nitelendirilemez. Bir davranışın zorbalık olarak kabul edilebilmesi için belirli kriterlerin karşılanması gerekir. Saldırganlık, kelime anlamı itibarıyla, bir kişinin duygu, inanç ve düşüncelerini bilerek ve isteyerek karşı tarafa kabul ettirme amacıyla gerçekleştirdiği davranışlar olarak tanımlanır (TDK, 2022). APA (American Psychological Association) ise saldırganlığı, bir başkasına yönelik tüm kasıtlı fiziksel ve duygusal zararların toplamı olarak tanımlamaktadır (APA, 2023). Boxer ve Tisak'a (2005) göre, saldırganlık, bir kişinin diğer bireylere veya canlılara yönelik zarar verici ve öfke dolu tüm eylemlerini ifade etmektedir. Araştırmalar, zorbalık ve saldırganlık

arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Zorbalık, saldırgan davranışlar yoluyla fiziksel, sözlü veya psikolojik düzeyde karşı tarafa zarar veren, belirli periyotlarla tekrarlanan davranışları kapsamaktadır. Zorbalık, iki taraf arasında güç dengesizliğinin saldırgan davranışlarla sistematik bir şekilde devam etmesi durumudur (Olweus, 1993). Akran zorbalığında etkisi olduğu düşünülen birçok faktör vardır hatta birçok değişken de aynı şekilde akran zorbalığından etkilenmektedir. Akran zorbalığına etkisi olduğu düşünülen değişken faktörler olarak cinsiyet, yaş ve aile tutumları gibi faktörlerin olduğu belirlenmiştir ancak bunlardan en önemlisi saldırganlık ve şiddet eğilimidir (Gökler, 2007; Maher, Hanlon, & Hajjar, 2014).

#### **2.3.4 Akran Zorbalığı Okul ve Toplum**

Okul yönetimi, öğretmenler ve aileler, akran zorbalığında önemli bir rol oynar. Bu grupların zorbalıkla mücadelede belirli sorumlulukları olduğu gibi, okul iklimi ve toplum değerleri de akran zorbalığından etkilenmektedir. Akran zorbalığı, okul içindeki sosyal ilişkileri, toplumun oluşturduğu sosyal bağları ve değerleri etkileyen, zorbalık sistemi içerisinde yer alan önemli bir kavramdır (Olweus, 1993).

Okullar, bireylerin hayatlarında önemli bir zaman dilimini kapsayan, kimlik oluşumunun şekillendiği, sosyal etkileşim ve ilişkilerin öğrenildiği ve bireylerin kişisel gelişimlerinin temel bir parçasını oluşturan kurumlardır. Ancak okullar aynı zamanda, hem zorba hem de zorbalığa maruz kalan bireylerin bulunduğu ve akran zorbalığının yaşanabileceği bireysel ve toplumsal deneyim alanlarıdır (Espelage ve Swearer, 2003).

Okul ikliminin, ergenlerdeki akran zorbalığını önleyici bir yapıda olması, okul yönetimi, personeli ve öğretmenlerinin bu konuya ilişkin yaklaşım ve tutumlarına bağlıdır. Okul yönetiminin otoriter bir tutum sergilemesi ya da tam aksine, aşırı taviz veren bir yaklaşım benimsemesi, akran zorbalığının yaşanmasına zemin hazırlayabilir (Thapa, Cohen, Guffey ve Higgins-D'Alessandro, 2013).

Toplumdaki cinsiyet eşitsizliği gibi kavramların normalleşmesi veya toplumdaki şiddetin de benzer şekilde normal bir durum gibi algılanması, akran zorbalığı alt boyutlarından olan fiziksel zorbalık davranışlarında da artışa neden olacağı görülmüştür (Craig, Pepler ve Blais, 2009).

### **2.3.5 Aile Tutumları**

Aile tutumları, çocuklar ve ergenler üzerinde belirgin bir etkiye sahip unsurlardan biridir. Bireyin kişiliğinin ve kimlik gelişiminin ailede başladığı düşünüldüğünde, çocuğun sosyal anlamda ilk kez davranış, tutum ve değerlerini kazandığı, kimlik gelişiminin desteklenip şekillendiği yerin aile olduğu görülmektedir. Bu nedenle, akran zorbalığı aile tutumlarından büyük ölçüde etkilenmekte; aile yapıları, ebeveynlik stilleri ve aile içi iletişimin detaylı bir şekilde incelenmesine ve bu konuda daha fazla araştırma yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır (Çitemel, 2014; Gökler, 2007).

#### **2.3.5.1 Aile Yapısı ve Zorbalık Eğilimi**

Araştırmalara göre, mevcut aile yapısının özellikleri ve ailenin sahip olduğu olumlu ya da olumsuz koşullar, ergenin akran zorbalığına yönelik eğilimlerinin belirlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Aile içi şiddetin varlığı, aile içi çatışmalar ve ebeveynlerin yetersiz düzeyde sağladığı sosyal ve duygusal destek gibi yapısal özelliklere sahip ailelerde yetişen ergenler, zorbalık sistemi içerisinde yer alma eğilimi gösterebilmektedir. Bu tür aile ortamlarında büyüyen ergenler, abileri veya ablalarının sergilediği olumsuz davranış örneklerini benimseyerek zorba davranışlara yönelebilir.

Başka bir araştırmaya göre ise parçalanmış aile yapısına sahip, sık sık aile içi çatışma yaşayan veya ebeveyn kaybı gibi durumlarla karşılaşan ergenler, bu kaygı ve stres yaratan olumsuz koşulların etkisiyle akran zorbalığına maruz kalma ya da akran zorbalığı yapma davranışları sergileyebilmektedir (Amato ve Keith, 1991; Yelboğa ve Koçak, 2019).

#### **2.3.5.2 Aile Tutumları ve Zorbalık**

Aile tutumları, ergenlerin düşünce, tutum ve davranışlarını etkilediği gibi, onların akran zorbalığı sistemi içerisindeki düzeyini belirlemede de önemli bir role sahiptir. Aile tutumlarının kategorilerini açıklayan önemli isimlerden biri olan Baumrind (1966), aile tutumlarını ilk çalışmalarında "otoriter," "izin verici" ve "demokratik" olmak üzere üç kategoride sınıflandırmıştır. Daha sonraki çalışmalarında ise "ihmalkâr ve ilgisiz" aile tutumunu da bu kategorilere eklemiştir (Baumrind, 1991; Yılmaz ve Çağlayan, 2018).

**Otoriter Aile Tutumu:** Bu aile tutumunda, ebeveynler çocuklarının davranışlarını daha katı ve sert yöntemlerle şekillendirmeyi ve belirledikleri kurallar doğrultusunda çocuklarını yetiştirmeyi amaçlamaktadır. Ailelerin çocukları üzerindeki kontrolcü yapıları ve yetersiz duygusal destekleri, çocukların düşük benlik saygısına sahip olmalarına ve çeşitli davranışsal ve uyum problemleri sergilemelerine yol açmaktadır. Otoriter aile tutumu ile yetiştirilen ergenlerin daha saldırgan davranışlar sergiledikleri ve öfke düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmiştir. Ayrıca, bu ebeveynlik stiline, ergenlerde zorba davranışlar gösterme eğilimini artırdığı tespit edilmiştir (Sak, Sak, Atlı ve Şahin, 2015).

**İzin Verici Aile Tutumu:** Bu aile tutumuna sahip ailelerin, çocuklarına karşı oldukça kabulkâr bir yaklaşım sergiledikleri ve çocuklarının taleplerine genellikle onay veren bir yapıda oldukları görülmüştür. Bu tutumla yetişen çocukların, hayatlarında sorumluluk alma ve öz denetim geliştirme konusunda zorluk yaşadıkları belirtilmiştir (Baumrind, 1966). Başka bir araştırmaya göre, izin verici aile tutumu sergileyen ebeveynlerin çocuklarının daha saldırgan bir yapıda olabileceği ifade edilmiştir. Bu tür bir aile tutumu, ergenin akran zorbalığına maruz kalmasına veya akran zorbalığı davranışında bulunmasına neden olabilmektedir (Çakır, 2023).

**İhmalkar Aile Tutumu:** İhmalkar ebeveynler, çocuklarının duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarına karşı kayıtsız kalabilmekte ve ebeveyn olarak çocuklarını yetiştirme konusunda yeterli sorumluluk alamamaktadır. İhmalkar aile tutumunun, çocuklarda psikolojik sağlamlık açısından çeşitli davranış sorunlarına yol açtığı görülmüştür. Bu tutum, ergenlerde akran zorbalığına maruz kalma düzeyini artırırken, aynı zamanda bu şekilde yetişen ergenlerin zorbalık davranışları sergileme düzeyini de yükseltmektedir. İhmalkar ebeveynlere sahip olan ergenler, zorbalıkla başa çıkmak için gerekli olan aile desteğinden yoksun kalabilmektedir (Baumrind, 1966; Yılmaz ve Çağlayan, 2018).

**Demokratik Aile Tutumu:** Demokratik aile tutumuna sahip ebeveynler, çocuklarına destekleyici bir yaklaşım sergileyerek onların özerkliklerini teşvik etmektedir. Demokratik ebeveynlik stiline sahip ailelerin belirgin özelliklerinden biri, aile üyelerinin birbirlerinin aldıkları kararlara saygı duymalarıdır (Baumrind, 1966). Demokratik aile tutumunun özelliklerine bakıldığında, aile içinde sınırların net bir

şekilde belirlendiği, açık iletişim kurularak kararların ortak bir şekilde alındığı ve çocukların özerkliklerinin ve bağımsızlıklarının özgür fakat korunaklı bir ortamda desteklendiği görülmektedir (Maccoby ve Martin, 1983). Demokratik aile tutumunda, Sümer ve Güngör'e (1999) göre, aile içinde karşılaşılan problemlere daha çözüm odaklı yaklaşıldığı ve ebeveynlerin duygularını ve sevgilerini ifade etme konusunda cömert davrandıkları belirtilmiştir. Otoriter aile tutumunda ailelerin daha talepkâr ancak daha az duyarlı olduğu, izin verici aile tutumunda ise daha az talepkâr ancak daha duyarlı oldukları bulunmuştur. Buna karşın, demokratik aile tutumu, ebeveynlerin hem talepkârlık hem de duyarlılık konularında dengeli bir yaklaşım sergilemelerini sağlamaktadır (Sümer ve Güngör, 1999). Demokratik aile tutumunu benimseyen ebeveynlere sahip ergenlerin akademik başarı düzeylerinin yüksek, empati ve sosyal becerilerinin ise gelişmiş olduğu görülmüştür (Baumrind, 1966; Yılmaz ve Çağlayan, 2018).

### **2.3.5.3 Aile İçi İletişim ve Zorbalık**

Araştırmalara göre, zorba davranışların düzeyi, aile içindeki iletişimin kalitesine bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Aile içi iletişim problemleri yaşayan ergenlerin, aile ortamında yeterli ilgi, sevgi ve desteği alamadıklarında, akran zorbalığı düzeylerinde artış meydana gelmektedir (Rigby, 2021). Okul ortamında akran zorbalığına maruz kalan bir ergen, bu durumu ailesiyle paylaştığında ve etkili aile içi iletişim yoluyla destek aldığı anda, akran zorbalığıyla ilgili daha etkili bir şekilde başa çıkma becerileri geliştirdiği görülmüştür (Espelage, Hong ve Mebane, 2022). Bu nedenle, aile içi iletişim, ergenlerin zorbalıkla başa çıkma becerileri üzerinde önemli bir belirleyici olarak öne çıkmaktadır.

Aile, zorba davranışlar sergileyen ya da zorbalığa maruz kalan bir ergenle açık bir iletişim kurduğunda, duygusal anlamda destek sağladığında ve ergenin yaşadığı zorbalıkla ilgili duygularını paylaşmasına olanak tanıdığı anda, olası mağduriyet durumlarının önüne geçilebilir. Etkili aile içi iletişim sağlandığında ve empati becerileri aile desteğiyle birlikte geliştirildiğinde, aileler ergenleri zorbalık konusunda bilgilendirip farkındalıklarını artırarak doğru rehberlik edebilir. Bu durum, zorba davranışların önlenmesine katkı sağlayabilir. Ancak, aile içi iletişim eksikliği yaşandığında ya da ergenlerin sürekli eleştirildiği bir aile ortamında, bireylerin düşük

benlik saygısı yaşadıkları, anksiyete düzeylerinin arttığı ve saldırgan davranışlara yönelme olasılıklarının yükseldiği tespit edilmiştir (Liu, Wang ve Chang, 2019). Ayrıca, etkisiz aile içi iletişim, ergenlerin yaşadıkları zorbalık durumlarını gizleme ihtiyacını artırmakta ve bu durum, akran zorbalığına maruz kalan bireylerde duygusal yaralanmaların artmasına yol açmaktadır (Çimen, 2018).

#### **2.3.5.4 Aile Dinamikleri ve Zorbalık Mağduriyeti**

Aile dinamikleri, aile üyelerinin birbirlerine olan sorumluluklarının farkında olmalarını, aile içindeki rollerin bilinmesini, iletişimin olumlu olup olmadığını ve ailedeki kuralları kapsayan geniş bir kavramdır (Bronfenbrenner, 1979). Aile içi dinamiklerin sağlıklı olduğu bir ortamda yetişen ergenlerin sosyal ve duygusal anlamda olumlu yönde etkilendiği görülmüştür. Buna karşın, aile içi dinamiklerin sağlıksız olduğu bir ortamda yetişen ergenlerin, zorbalığa maruz kalma ya da zorba davranışlar sergileme konusunda daha eğilimli olduğu tespit edilmiştir (Baumrind, 1991).

Akran zorbalığı sistemi içinde zorbalığa maruz kalan ergenlerin, aile ortamında yeterince desteklenmedikleri ve sevgi ihtiyaçlarının karşılanmadığı ortaya konmuştur. Sürekli olarak değersizlik duygusunun pekiştirildiği ve uzun süreli eleştiriye maruz kalan ergenlerin, ihmalkâr bir aile tutumuyla zorbalık sistemine dahil olma ve zorbalığa maruz kalma riskinin arttığı belirlenmiştir. Diğer taraftan, ailenin ergen bireye yönelik aşırı korumacı bir yaklaşım sergilemesi, ergenin karşılaştığı problemlerle başa çıkma becerilerini olumsuz etkileyerek, zorbalığa karşı daha pasif bir tutum geliştirmesine yol açmaktadır (Süslü, 2016).

#### **2.3.5.5 Ailelerin Zorbalıkla Mücadelede Rolü**

Aile, akran zorbalığıyla mücadelede önemli bir pozisyona sahiptir. Aile içi dinamiklerin sağlıklı olması, aile içi iletişimin olumlu yönde artması, ailelerin zorbalıkla ilgili psikoeğitim çalışmalarlarıyla bilgilendirilmesi ve ailelerin ergenlerle kaliteli zaman geçirmesi, ergenlerin zorbalıkla başa çıkma becerilerini geliştirmelerine katkı sağlamaktadır (Lester, Cross, Dooley ve Shaw, 2012).

Akran zorbalığı, ergenin kimlik gelişiminin devam ettiği kritik bir dönemde meydana gelmekte ve bu süreçte ailenin tutumları, ergene yönelik destekleyici ve empatik yaklaşımı ile zorbalık konusundaki farkındalıkları, zorbalıkla mücadelede önemli bir etkiye sahip olmaktadır. Ailelerin, ergenlerin akranlarıyla sağlıklı sosyal ilişkiler kurmalarına yönelik doğru rehberlik sağlayabildikleri durumlarda, zorbalıkla mücadelede daha başarılı oldukları görülmüştür.

Aileler, ergenlerin empati becerilerini geliştirmelerine destek olduklarında, onlara saygı gibi önemli değerleri kazandırmakta ve aynı zamanda kendi davranış ve tutumlarıyla onlara örnek olarak ergenin zorba olma davranışlarını önleyebilmektedir. Ayrıca, aileler ergenlerle birlikte etkili baş etme stratejileri geliştirdiğinde, ergenlerin zorbalığa karşı daha dirençli hale geldikleri görülmüştür (Barik ve Yurtal, 2023).

## **2.4 Zorbalıkla Mücadelede Topluluk ve Aile Katılımı**

Zorbalıkla mücadelede aile, okul ve toplumun bir dizi sorumluluğu bulunmakla birlikte, bu mücadelede koordineli bir şekilde bir destek ağı oluşturulması, etkili müdahaleyi kolaylaştırmaktadır (Uysal ve Dinçer, 2012)

### **2.4.1 Aile Katılımı**

**1. Eğitim ve Farkındalık:** Akran zorbalığıyla mücadelede, ailenin ergene yönelik bilgilendirici yaklaşımı ve ergende farkındalık oluşturmadaki rolü büyük önem taşımaktadır. Ailenin, zorbalıkla mücadele konusunda bilgi sahibi olması ve ergenlere doğru rehberlik yapabilmesi, zorbalık sistemindeki ailenin önemini artırmaktadır; çünkü ergenin hayatındaki temel başlangıç noktası ailedir (Swearer, Pezzello ve Espelage, 2010).

Ailelerin, zorbalıkla karşılaşan ergenin aile içindeki davranışlarını gözlemleyerek, ergende görülen içe kapanma veya zorbalık davranışlarıyla birlikte ortaya çıkan olumsuz yansımaları fark edebilecek yeterlilikte olmaları, zorbalıkla mücadelede önemli bir fark yaratabilir (Holt, Kaufman, Kantor ve Finkelhor, 2009).

**2. Destekleyici Ortam ve İletişim Becerilerinin Desteklenmesi:** Aileler, ergenlere güvenli bir aile ortamı sunduklarında ve onların sorunlarıyla başa çıkabilmeleri için yeterli ilgi ve destek sağladıklarında, ergenlerin zorba davranışlarla

mücadelede etkili stratejiler geliştirdikleri görülmüştür (Holt, Neal ve Waller, 2008). Bunun yanı sıra, açık iletişimi benimseyen bir aile yapısı, empati becerisinin gelişimi ve aile bireyleri arasındaki etkili iletişim, zorbalığın ergen tarafından aile içinde paylaşılmasını kolaylaştıran önemli bir unsur olarak bulunmuştur (Rigby, 2008; Espelage ve Swearer, 2011).

**3. Rol ve Model Olma:** Aileler, çocuklarının olumlu sosyal davranışlarını destekleyip zorbalıkla ilgili örnek davranış stilleri geliştirdiklerinde, çocukların da bu olumlu davranışları rol model olarak zorbalıkla etkin bir şekilde mücadele edebilecekleri görülmüştür (Olweus, 1993).

**4. Zorbalık Karşıtı Eğitim Programlarına Katılım:** Aileler zorbalık karşıtı eğitim programlarını takip edip bu eğitim programlarına katıldığında çocuklarının zorbalıkla mücadele etmesinde ya da zorba davranışların önüne geçilmesinde önemli bir adım atmış olacaktırlar. Bu tür eğitim programlarına katılım sağlayan ergenlerin sosyal ve duygusal gelişimlerinin desteklendiği, ergenin zorbalıkla mücadele etmek konusunda etkin stratejiler geliştirdiklerini ve ailelerin zorbalık sistemiyle ilgili farkındalıklarının arttığı araştırmacılar tarafından bulunmuştur (Bradshaw, Sawyer ve O'Brennan, 2011). Zorbalıkla mücadele programlarına katılım sağlayan ailelerin çocuklarının zorbalıkla ilgili davranışlarının azaltılmasında etkili olduğunu bir başka araştırmanın verileri incelendiğinde görülmüştür. Bunlardan en önemlilerinden biri de kapsamlı bir şekilde oluşturulan Olweus Zorbalık Önleme Programıdır (Olweus Bullying Prevention Program). Bu program sayesinde aileler zorbalıkla ilgili bilgileri öğrenmekte, ailelerin zorbalıkla mücadele konusunda farkındalıkları artmakta, aileler çocuklarına etkin müdahale stratejilerini aktarmakla birlikte onların dolaylı yoldan ruh sağlıklarının korunmasına ilişkin onları duygusal anlamda destekledikleri bulunmuştur (Olweus, 1993).

#### **2.4.2 Topluluk Katılımı**

**1. Toplum Temelli Programların Etkisi:** Akran zorbalığıyla mücadelede yalnızca ailelerin eğitilmesi yeterli değildir. Toplum temelli zorbalıkla mücadele programları, toplumdaki tüm bireylerin benzer şekilde eğitilmesini sağlayarak zorbalık sistemine ilişkin farkındalık oluşturmakta ve geniş kitlelerin bu mücadelede etkin bir şekilde rol almasını mümkün kılmaktadır. Toplum katılımı paydaşları; öğretmenler,

ebeveynler, sivil toplum kuruluşları ve yerel yönetimler gibi geniş bir yapıyı kapsayan bütüncül bir yapılanmayı ifade etmektedir (Espelage ve Swearer, 2004).

Toplum temelli programlar, toplumun tamamına yönelik farkındalık yaratmayı ve zorbalığın zararlarına dikkat çekmeyi hedefleyerek, bu probleme çözüm odaklı bir yaklaşım sağlamaktadır. Literatürde bu konuda yapılan bir çalışmada, Kanada'da uygulanan Roots of Empathy adlı eğitim programının, anne-bebek ilişkisi üzerine odaklanarak ebeveynlerin çocuklarındaki empati becerilerini geliştirdiğinde zorbalık davranışlarını azaltmada etkili olduğu bulunmuştur (Gordon, 2005). Avrupa'da her yıl düzenlenen Akran Zorbalığı Haftası (Anti-Bullying Week), empati becerilerinin geliştirilmesi aracılığıyla zorbalık karşıtı davranışların toplum kuruluşları tarafından desteklenmesini amaçlamaktadır (Cross, Lester ve Barnes, 2015).

Başka bir örnek olarak, çevrimiçi platformlar aracılığıyla zorbalıkla mücadelede farkındalık oluşturmayı, ailelerin zorbalık belirtilerini tespit etmesini kolaylaştırmayı ve etkili müdahale yöntemlerine ilişkin bilgiler sunmayı amaçlayan ABD merkezli oluşumlar bulunmaktadır (U.S. Department of Education, 2015). Bunun yanı sıra, Norveç'te uygulanan Olweus Zorbalık Önleme Programı bulgularına göre, yerel yönetimlerin toplum merkezlerinde akran zorbalığına ilişkin düzenledikleri atölye ve seminer çalışmalarının, öğretmenler, aileler ve öğrenciler üzerinde oldukça olumlu etkiler yarattığı belirlenmiştir (Olweus, 1993).

**2. Sosyal Destek ve Psikolojik Hizmetler:** Toplumsal normların bireyler üzerindeki caydırıcı etkisi göz önünde bulundurulduğunda, toplumun akran zorbalığına karşı duruşu bu açıdan büyük önem taşımaktadır. Toplum üyeleri, sosyal çevreyi oluşturan bireyler ve komşular bu anlamda önemli görev ve sorumluluklara sahiptir. Toplumdaki bireylerin zorbalık karşıtı eylemleri desteklemesi, çocukların zorbalığı normalleştirmesini engellediği görülmüştür (Graham ve Juvonen, 2002). Yerel topluluklar, ailelere ve ergenlere yönelik destek grupları, danışmanlık hizmetleri ve sosyal destek programları aracılığıyla zorbalıkla başa çıkmada önemli katkılar sunduğunda, akran zorbalığıyla daha etkin bir şekilde mücadele edilebildiği tespit edilmiştir (Rigby, 2002). Örneğin, Finlandiya'da uygulanan KiVa Anti-Bullying Programı, hem zorbalığa maruz kalan hem de zorbalık gösteren çocuklara destek sağlayarak zorbalık davranışlarını %30-50 oranında azalttığı belirlenmiştir

(Salmivalli, Kärnä ve Poskiparta, 2011). Türkiye’de ise Millî Eğitim Bakanlığı (MEB), akran zorbalığını önleme ve mücadele etme konusunda çeşitli programlar yürütmektedir. MEB, farklı kademelerde hazırladığı Akran Zorbalığı Farkındalık Programı kapsamında ailelere, öğretmenlere ve öğrencilere yönelik ayrı içeriklerin (ör., sunumlar, broşürler ve kitaplar) uzmanlar tarafından hazırlanmasını sağlayarak sosyal ve psikolojik destek hizmetlerini okullar aracılığıyla topluma sunmaktadır (Millî Eğitim Bakanlığı, n.d.). MEB’in Aile Okulu Projesi, ailelerin akran zorbalığı konusunda farkındalık kazanmalarını sağlamak ve bu konuda eğitilmelerini hedefleyen bir girişimdir. Bu proje, rehberlik servisleriyle iş birliği yapılarak sosyal destek ve psikolojik hizmetler kapsamında tüm eğitim kademelerinde uygulanmaya devam etmektedir (Millî Eğitim Bakanlığı, n.d.). Türkiye’de yerel düzeyde, gençlerin toplumsal içerikli çalışmalara aktif katılımını ve ergenlerin desteklenmesini sağlayan önemli girişimlerden biri de Akran Projesidir (Akran Projesi, n.d.). Ayrıca, Türkiye’de uygulanması planlanan bir diğer program, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı tarafından UNICEF iş birliği ile hayata geçirilecek olan İskandinav Modeli Uygulamalarıdır. Bu program, okullarda akran zorbalığı davranışlarının artmasına karşı, öğrencilerin zorbalık konusunda farkındalık kazanmalarını sağlamak, empati becerilerini geliştirmek ve çeşitli toplumsal değerleri öğrencilere kazandırmayı hedeflemektedir (Yeniasır, 2024).

**3. Topluluk Politikalarının Geliştirilmesi:** Akran zorbalığıyla mücadele ve önleme çalışmaları kapsamında, zorbalık karşıtı etkin politikaların geliştirilmesi için aile, okul, yerel yönetimler ve diğer kurumların iş birliği ve koordinasyon içinde hareket etmesi, etkili müdahale yöntemlerinin geliştirilmesine olanak sağlamaktadır (Rigby, 2007). Akran zorbalığını kavramsal olarak topluluğa uygun bir şekilde tanımlayabilmek için gerekli verilerin toplanması ve analiz edilmesi, toplulukların öncelikli hedeflerinden biri olmalıdır. Okul ortamları, sosyal platformlar ve topluluk aktivitelerinin gerçekleştirildiği diğer alanlardan veri toplanması, zorbalığın boyutlarının belirlenmesi açısından önemlidir (U.S. Department of Education, 2019).

Akran zorbalığını önlemek ve mücadele etmek için toplulukların farkındalık yaratan eğitim programları geliştirmesi ve bu programların uygulanmasını desteklemesi gerekmektedir. Zorbalığı anlamak ve zorbalık karşıtı politikaları hayata geçirmek, etkin bir mücadele için kritik bir adımdır. Topluluklar, akran zorbalığını

önlemek adına hedefler belirlemeli ve bu hedeflere ulaşmak için stratejiler geliştirmelidir. Ayrıca, belirlenen hedefler doğrultusunda zorbalık davranışlarının azaltılmasını ve mağdur bireylerin korunup desteklenmesini sağlayan politikalar geliştirilmelidir. Tüm bu koşullar sağlandıktan sonra, akran zorbalığıyla mücadele ve önleme programlarının değerlendirilmesi, süreçte gelinen noktayı belirlemek açısından önemlidir. Zorbalık düzeyinde meydana gelen değişikliklere ilişkin geri bildirimlerin alınması ve analiz edilmesi, uygulanan topluluk politikalarının yeterlilik düzeyini belirlemeye olanak tanımaktadır (Smith, Pepler ve Rigby, 2020; Espelage ve Swearer, 2004; Olweus, 2013).

## **2.5 Benlik Saygısı: Tanımı, Gelişimi ve Benlik Saygısının Etkileri**

### **2.5.1 Benlik Saygısının Tanımı**

Bireyin benliği, çevresindeki kişilerin yargılamalarından, sosyoekonomik düzeylerinden, siyasi görüşlerinden ve dünyayı algılayış biçimlerinden etkilenmekte, tüm bu yorumlar ve yargılamalar bireyin kendisiyle ilgili oluşturduğu yargılara etki etmektedir (Danış, 2006). Benlik saygısı, kişinin kendisine yönelik düşünce, inanç ve duygularının bir bütünü oluşturur, kendine ilişkin tüm yorum ve yargıları kapsamaktadır. Ayrıca, bireyin kendi benliğini nasıl gördüğü ve benliğine ne kadar inandığı, aile, sosyal ve akademik yaşantısında önemli bir belirleyici olarak öne çıkmaktadır (Duclos, 2016; Tözün, 2010).

Benlik saygısı, bireyin hayatla ilgili kendine dair olumlu ya da olumsuz bir geri bildirim olup, bireyin yaşamındaki çeşitli alanlarda (ör., sosyal ilişkiler, yetenekler, fiziksel görünüş, başarılar) kendine ilişkin memnuniyet düzeyini yansıtmaktadır (Tözün, 2010). Benlik saygısının gelişimi incelendiğinde, kişinin kendisine yönelik geri bildirimlerinin yanı sıra çevresinden aldığı geri bildirimlerin de benlik saygısı üzerinde etkili olduğu görülmüştür (Sarıkaya, 2015). Benlik saygısı, iki temel bileşenden oluşmaktadır:

- **Kendine Duyulan Saygı (Öz Saygı):** Bireyin kendini sevmeye, kabul etmeye ve kendine değer verme düzeyini ifade eder. Literatürde, öz saygı aynı zamanda bireyin algıladığı öz değer kavramı olarak da tanımlanmaktadır (Rosenberg, 1965).

- **Kendine Güven (Öz Yeterlilik):** Bireyin belirli bir eylemi gerçekleştirip gerçekleştiremeyeceğine dair inançları öz yeterlilik olarak tanımlanmaktadır (Bandura, 1977). Öz yeterlilik düzeyi yüksek olan bireylerin, karşılaştıkları problemlere daha dirençli yaklaştıkları ve başarısızlık ihtimaline karşı daha güçlü oldukları belirtilmiştir (Schunk ve DiBenedetto, 2020).

Benlik saygısı yüksek bireylerin, günlük yaşamda stresle başa çıkmada daha başarılı oldukları gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra, benlik saygısı yüksek olan bireylerin akranlarıyla daha güçlü sosyal bağlar kurabildikleri de görülmüştür (Yiğit, 2012). Başka bir araştırmada, benlik saygısı yüksek bireylerin daha eğlenceli, neşeli ve olumlu davranışlar sergiledikleri; buna karşın, benlik saygısı düşük bireylerin kendilerini daha umutsuz, mutsuz, başarısız ve değersiz algıladıkları tespit edilmiştir (Hamurcu, 2014). Benlik saygısıyla yüksek düzeyde ilişkili olduğu düşünülen bir diğer değişken, psikolojik sağlamlık durumudur. Benlik saygısı yüksek bireylerin stresle başa çıkmada kendilerini daha yetkin hissettikleri; benlik saygısı düşük bireylerin ise stresle başa çıkma ve psikolojik sağlamlık açısından kendilerine olan güvenlerinin düşük olduğu belirlenmiştir (Razı, Kuzu, Yıldız, Ocakçı ve Arifoğlu, 2009).

### 2.5.2 Benlik Saygısının Gelişimi

Bireyin benlik saygısı düzeyi, yaşam boyu gelişime, değişime ve etkileşime açık olup, genetik, sosyokültürel ve çevresel faktörlerden farklı düzeylerde etkilenmektedir (Çakmak, 2019). Yeni doğan bir bebeğin bakım verenle kurduğu etkileşim incelendiğinde, bebek ve bakım veren arasındaki duygusal alışverişin temel güven duygusunun kazanılmasında önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Bebek ve bakım verenin birlikte hissetmesi, birlikte hareket etmesi ve duygusal bir bağ kurması, benlik saygısının kazanılmasında ilk adımları oluşturmaktadır. Temel güven duygusunun kazanılması, bakım verenin yakınlığı, ilgisi ve sevgisiyle birlikte benlik saygısının gelişimine önemli bir zemin hazırlamaktadır. Çocukluk döneminde, bağımsız hareket etmeye teşvik edilen, olduğu gibi kabul edilen ve bakım verenle duygusal alışverişi devam eden çocukların benlik saygısının olumlu yönde geliştiği belirtilmiştir (Özkan, 1994).

Çocukluk döneminde aileden alınan geri bildirimler ve sosyal çevreden gelen destek ve kabul, benlik saygısının gelişiminde kritik bir öneme sahiptir. Sürekli eleştiriye maruz kalan ya da yeterince ilgi, sevgi ve destek görmeyen çocukların daha düşük düzeyde benlik saygısına sahip oldukları tespit edilmiştir (Baumeister, Campbell, Krueger ve Vohs, 2003). Ayrıca, çocuğun yeteneklerinin keşfedilmesi ve bu yeteneklerin geliştirilmesi için uygun koşulların sağlanması, çocuğun kendini yeterli ve değerli hissetmesine katkı sağlamaktadır. Çocuğun sosyal çevreden aldığı kabul ve olumlu geri bildirimler, benlik saygısının gelişimine pozitif yönde katkıda bulunmaktadır. Çocuğun oyunu, kendini ifade etme biçimi olarak değerlendirildiğinde, oyun sırasında ebeveynlerin çocukla etkileşimi, çocuğun yeterlilik ve değer hissini artırmaktadır. Bu durum, çocuğun ergenlik dönemine geçişte karşılaştığı zorluklarla başa çıkma ve öfkesini kontrol etme becerisini desteklemektedir (Özkan, 1994).

Okul ortamı da çocukluk döneminde benlik saygısının gelişiminde önemli bir role sahiptir. Sert eleştirilere maruz kalan çocukların benlik saygılarının olumsuz yönde etkilendiği belirtilmiştir (Gordon, 1999).

Bebeklik ve çocukluk döneminde temelleri atılan benlik saygısı gelişimi, ergenlik döneminde kritik bir önem kazanmaktadır. Ergenlik, biyolojik, psikolojik ve sosyal değişimlerin etkisinde geçen bir süreçtir. Ergenlik döneminde birey, bu değişimlere adapte olmaya ve kimliğini yeniden oluşturmaya çalışırken benlik saygısı da bu süreçten etkilenmektedir (Harter, 1999). Beden algısı ile benlik saygısı arasındaki ilişki, özellikle ergenlik döneminde önemli bir düzeye ulaşmaktadır. Beden algısı olumlu olan ergenlerin benlik saygısı düzeyinin daha yüksek olduğu, beden algısı olumsuz olan ergenlerin ise düşük benlik saygısı riski taşıdığı görülmüştür (Smolak, 2004). Ergenlikte, fiziksel görünümdeki değişimlerin erken veya geç yaşanması da benlik saygısını etkileyen önemli bir faktördür (Steinberg, 2001).

Ergenlik döneminde benlik saygısının gelişimi; akademik başarı, yeterlilik algısı, sosyal kabul ve akran ilişkileri gibi birçok değişkenle ilişkilidir. Ergenin başarı duygusunu tatması ve bu başarının aile, sosyal çevre ve akranlar tarafından onaylanması, benlik saygısının olumlu yönde gelişimine katkı sağlamaktadır (Özkan, 1994; Harter, 1999). Geç ergenlik dönemi (18-24 yaş), kimlik gelişiminin pekiştiği,

bağımsızlığın arttığı ve yetişkinliğe geçişin gerçekleştiği bir evredir. Bu dönemde bireyin benlik saygısı, akademik, mesleki ve sosyal hedeflerine ulaşma düzeyine bağlı olarak değişmektedir (Arnett, 2000). Erikson'a (1968) göre, bu dönemde birey "kimlik kazanımına karşı rol karmaşası" yaşayabilmektedir. Kimlik gelişimini sağlıklı bir şekilde tamamlayan bireylerin benlik saygısı düzeylerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Kroger, 2007).

Yetişkinlik döneminde benlik saygısı gelişimi, bireyin kariyer, aile, sosyal çevre ve ilişkilerindeki memnuniyet algısıyla ilişkilidir. Bu dönemde benlik saygısı, bireyin yaşam deneyimlerinden ve kişisel algılarından etkilenmektedir. Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin öz farkındalığı, kendine güveni ve yaşam doyumu daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur (Şahin, 2018). Beş Faktör Kişilik Modeli'ne göre, yetişkinlikte sorumluluk alma kapasitesi, duygusal denge ve sosyal dışa dönüklük, benlik saygısının gelişiminde etkili olan faktörlerdir (Çelikbaş, Özdemir ve Tatar, 2019). Ayrıca, toplumsal ve kültürel faktörler, dijital çağın etkileri ve dünya düzenindeki değişimler, bireylerin benlik saygısı gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır.

### **2.5.3 Benlik Saygısının Etkileri**

Benlik saygısı, bireyin yaşamındaki birçok konuyu etkileyen ve aynı zamanda birçok konudan etkilenen önemli bir faktördür. Bireyin yüksek veya düşük benlik saygısı düzeyi, ruh sağlığını, akademik ve mesleki yaşamdaki verimliliğini, sosyal ilişkilerini, aile yaşamını ve genel olarak hayattan aldığı doyumu büyük ölçüde etkilemektedir (Karakaya, Coşkun ve Ağaoğlu, 2006; Turan, 2010).

#### **2.5.3.1 Benlik Saygısı ve Ruh Sağlığı**

Moksnes, Moljord, Espnes ve Byrne (2010)'a göre, ergenlerin benlik saygısını etkileyen faktörlerden biri de psikolojik belirtilerdir. Bu çalışmada, cinsiyet faktörü de incelenmiş ve iki değişken arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ergenlerde benlik saygısı ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi ele alan bir diğer çalışmaya göre; akran ilişkileri, yakın ilişkiler, aile içi iletişim, akademik başarısızlık, düşük ekonomik gelir gibi olumsuz yaşantılar ile anksiyete, psikolojik rahatsızlıklar, depresyon ve mizaç bozukluğu arasında yüksek düzeyde bir

ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu tür olumsuz yaşantıların ergenlerde benlik saygısını negatif yönde etkilediği belirtilmiştir (Asıcı, 2013).

Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin stresle başa çıkmada daha yetkin oldukları, daha az kaygı yaşadıkları ve duygu düzenleme konusunda daha başarılı oldukları bulunmuştur (Orth ve Robins, 2014). Öte yandan, düşük benlik saygısı düzeyine sahip ergenlerin depresyon, anksiyete ve yeme bozuklukları gibi psikolojik sorunlar için risk altında oldukları tespit edilmiştir. Kendilerini değersiz ve yetersiz hissetmeleri, bu ergenlerin daha kırılgan bir yapıya sahip olmalarına neden olmaktadır (Mann, Hosman, Schaalma ve Vries, 2004).

Ergenlerde benlik saygısı, bazen doğrudan ruh sağlığını etkilerken, bazen dolaylı yoldan etkiler yaratabilir. Düşük benlik saygısına sahip bir ergen, kendisini yetersiz hissederek sosyal ilişkilerinde veya akademik yaşamında başarısızlık algısı geliştirebilir. Bu durum, ergenin kendisi hakkında olumsuz değerlendirmeler yapmasına ve ruh sağlığının olumsuz etkilenmesine yol açarak kısır bir döngü oluşturabilir (Zeigler-Hill, 2011).

Benlik saygısıyla ilgili kişinin kendisine yönelik olumsuz öz değerlendirmeleri, bilişsel davranışçı müdahalelerle değiştirilebilir. Birey, olumlu öz değerlendirmeler yapmaya teşvik edildiğinde, psikolojik sağlığı ve benlik saygısı bu durumdan olumlu yönde etkilenecektir (Beck, 1976).

### **2.5.3.2 Benlik Saygısı ve Sosyal İlişkiler**

Benlik saygısı ve sosyal ilişkiler arasındaki ilişkiyi incelemek için öncelikle sosyal destek kavramını tanımlamak gereklidir. Sosyal destek, bireyin zorlu yaşam olayları ve stresle başa çıkma sürecinde çevresinden aldığı somut ve soyut desteklerin bütünüdür. 1970'li yıllardan itibaren sosyal destek kavramının önemi vurgulanmaya başlanmış ve bu kavrama yönelik ilgi giderek artmıştır (Özgür, 1993).

Benlik saygısı ile sosyal destek arasında yüksek düzeyde bir ilişki olduğu, benlik saygısı yüksek bireylerin sosyal destek alma konusunda daha açık oldukları ve bu nedenle sosyal destek düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Orth ve Robins, 2014). Literatürde, sosyal destek kavramının iki boyutu olduğu ve bireyin

yaşamına iki farklı düzeyde etki ettiği belirtilmiştir. İlk boyut, yapısal sosyal destek olup bireyin yaşamındaki sosyal desteğin psikolojik sağlığa doğrudan etkisini ve bu iki değişkenin karşılıklı etkileşimini içerir (Main or Direct Effect Model). İkinci boyut ise fonksiyonel sosyal destek olup sosyal desteğin, stresli yaşam olaylarının negatif psikolojik etkilerini azalttığını ve önlediğini ifade eder (Buffering Effect Model; Arkar, Fidaner ve Sarı, 2004).

Bireyin kendisini en yalnız hissettiği dönemlerin ergenlik ve genç yetişkinlik olduğu belirtilmiştir. Bu yalnızlık düzeyine, ailenin varlığı, cinsiyet, sınıf düzeyi ve kardeş sayısı gibi faktörlerin etkili olduğu bulunmuştur. Toplumda kabul görme, kimlik gelişiminin desteklenmesi ve onaylanma ihtiyacının karşılanması, bireylerin yalnızlık düzeylerini azaltmaktadır. Bununla birlikte yalnızlık düzeyi arttıkça sosyal destek algısının azaldığı ve bireyin ruh sağlığını olumsuz etkileyen negatif yaşam olaylarıyla karşılaşma olasılığının arttığı görülmüştür (Arkar, Fidaner ve Sarı, 2004).

Ergenlerle yapılan bir araştırma, algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlıklılık açısından stres düzeyini azaltma yönünde olumlu etkiler yarattığını ortaya koymuştur. Sosyal destek düzeyi arttıkça, psikolojik sağlıklılık düzeyinin de bu durumdan olumlu yönde etkilendiği görülmüştür (Banaz, 1992). Çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde bireylerin aldıkları sosyal destek kaynaklarının farklılaştığı tespit edilmiştir. Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde sosyal destek genellikle aile, arkadaşlar ve öğretmenlerden sağlanırken, yetişkinlik döneminde bu kaynaklar çeşitlilik göstermektedir. Özellikle ergenlik döneminde sosyal destek kaynaklarının daha çok arkadaş çevresinden geldiği, çocukluk döneminde ise bu kaynağın çoğunlukla aile olduğu belirlenmiştir (Hunter ve Youniss, 1982).

Bokhorst, Sumter ve Westenberg (2010) tarafından yapılan bir araştırma, 16-18 yaş aralığındaki ergenlerin sosyal ilişkilerinin daha çok arkadaş çevresi ile gerçekleştiğini ve öğretmenleriyle kurulan sosyal ilişki düzeyinin daha düşük olduğunu göstermiştir. Çakar ve Karataş (2012), ergenlerde sosyal ilişki düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyinin azaldığını ve benlik saygısı ile psikolojik sağlığın olumlu yönde etkilendiğini ortaya koymuştur. Başka bir çalışmada, ergenlerin aile, öğretmen ve arkadaşlarıyla kurduğu sosyal ilişkilerin şiddet davranışı riskini azalttığı bulunmuştur (Avcı ve Yıldırım, 2014). Aytar (2015), ergenlerin 11-12 yaş aralığında

arkadaşlık ilişkilerinin önem kazandığını ve bu ilişkilerin devamlılık gösterdiğini fark ettiklerini belirtmiştir. Yaş arttıkça, arkadaşlık ilişkilerinin niteliği değişmekte ve daha anlamlı olarak algılanmaktadır.

Ergenlerin ailelerinden aldıkları sosyal desteğin, stres düzeylerini azaltmada etkili olduğu, bunun yanı sıra ailelerinden sosyal destek alamayan ergenlerde depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Licitra-Kleckler ve Waas, 1993). Pössel, Burton, Cauley, Sawyer, Spence ve Sheffield (2018), ergenler için arkadaşlarla olan ilişkilerin önemli olmasına rağmen, aileden alınan desteğin çok daha önemli olduğunu göstermiştir.

Ergenlerin sosyal destek kaynaklarından bir diğeri, öğretmenleriyle olan ilişkileridir. Öğretmenlerden alınan sosyal destek, ergenlerin sosyal ve duygusal uyumlarını olumlu yönde etkileyen önemli bir kaynaktır (Murray, Kosty ve Hauser-McLean, 2016). Öğretmen desteği arttıkça ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin yükseldiği ve depresyon düzeylerinin azaldığı görülmüştür. Aynı araştırmada, kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla arkadaş ve öğretmen sosyal desteğini daha yüksek düzeyde önemsendiği bulunmuştur. Bununla birlikte, ergenlerin algıladıkları öğretmen desteği, okuldaki öğretmen sayısının artması ve öğretmenlerle kurulan yakın ilişkinin azalması nedeniyle daha düşük olabilmektedir (Bokhorst, Sumter ve Westenberg, 2010). Reddy, Rhodes ve Mulhall (2003) tarafından yapılan bir çalışmada, ortaokul döneminde düşük benlik saygısına sahip ergenlerde öğretmen desteği azaldıkça depresyon düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir. Benlik saygısı, bireyin sosyal yaşam kalitesini ve sosyal ilişkilerini önemli ölçüde etkileyebilmektedir. Yüksek benlik saygısına sahip bireyler, daha sağlıklı ve anlamlı ilişkiler kurmakta ve sosyal destek kaynaklarından olumlu yönde faydalanmaktadır. Bu bireyler, sorunlara çözüm odaklı yaklaşmakta ve duygusal tatmini büyük ölçüde sağlamaktadır. Buna karşın, düşük benlik saygısına sahip bireyler, sosyal ilişkilerde zorluk yaşamakta, bağımlı ve sağlıksız ilişkiler geliştirmekte ve reddedilme korkusu yaşamaktadır.

### **2.5.3.3 Benlik Saygısı ve Akademik Başarı**

Benlik saygısı düzeyi ile akademik başarı arasındaki ilişkinin önemli olduğu, araştırmalarla ortaya konmuştur. Benlik saygısı, bireyin kendisine yönelik

değerlendirmelerinin tamamını kapsadığı ve öz değer algısını belirlediği için, bireyin öğrenme süreçleri üzerinde etkili olabilmektedir (Rosenberg, 1965). Benlik saygısı düzeyi yüksek olan ergenlerin, akademik başarı açısından daha fazla çaba gösterdiği, öğrenme konusunda daha istikrarlı ve kararlı oldukları için akademik başarı düzeylerinin de yüksek olduğu belirtilmiştir (Marsh ve Craven, 2006). Yüksek benlik saygısına sahip ergenlerin, başarısızlıkla karşılaştıklarında problemlerine yönelik çözüm üretme konusunda daha yetkin oldukları ve bu durumun akademik başarılarını olumlu yönde etkilediği görülmüştür (Pajares, 2002).

Araştırmalar, benlik saygısı ile akademik başarı arasında çift yönlü bir ilişkinin bulunduğunu ve özellikle ergenlik döneminde bu ilişkinin daha belirgin hale geldiğini göstermektedir (Harter, 1999; Marsh ve Craven, 2006). Düşük benlik saygısı düzeyinin ise akademik performansı olumsuz etkilediği, bireylerde başarısızlık inancını tetiklediği ve akademik kaygı düzeyini artırdığı belirtilmiştir (Pajares, 2002). Genel olarak, yüksek benlik saygısına sahip ergenlerin akademik performanslarının olumlu yönde etkilendiği görülmektedir (Pullmann ve Allik, 2008).

Yüksek benlik saygısına sahip bireyler, genellikle akademik ve iş yaşamlarında daha başarılıdır. Bu bireyler, hedeflerine ulaşma konusunda kendilerine güvenirlere ve karşılaştıkları zorlukları aşmak için daha fazla çaba gösterirler. Ayrıca, başarısızlık durumunda kendilerini suçlamak yerine, bu durumları bir öğrenme fırsatı olarak değerlendirirler. Öte yandan, düşük benlik saygısına sahip bireyler genellikle potansiyellerini tam olarak gerçekleştiremezler, kendilerine güven duymadıkları için risk almaktan kaçınırlar ve başarısızlık durumlarında kendilerini suçlarlar.

#### **2.5.3.4 Benlik Saygısı ve Kişisel Gelişim**

Ergenlik dönemi özelliklerine bakıldığında, bireyin tüm gelişim alanlarında gerçekleşen hızlı değişimlerin kişilik ve kişisel gelişim düzeylerini de etkilediği görülmektedir. Ergenlerin bireysel, çevresel ve sosyal faktörlere bağlı olarak kişisel gelişim düzeylerinde değişiklikler yaşadığı belirtilmiştir. Bu dönemde bireyin kendini gerçekleştirme süreci devam etmekte, ergen yeni deneyimlere açık olmakta ve davranışlarının sorumluluğunu alma yönünde kişisel gelişimini desteklemektedir. Ayrıca, ergenlik döneminde birey, yeni yaşantı deneyimlerine daha açık hale gelirken, kimlik oluşumu ve özerk hareket etme isteği de tetiklenmektedir (Erikson, 1968).

Benlik saygısı ile kişisel gelişim düzeyinin karşılıklı bir etkileşim içinde olduğu ve birbirlerini çift yönlü olarak etkilediği araştırma sonuçlarıyla ortaya konmuştur. Araştırmalara göre, birey yüksek benlik saygısına sahipse, yeni yaşantılara daha cesur bir şekilde adım atmakta, kişisel gelişimini destekleyen yaşantılara daha açık olmakta ve olumlu yönde kişisel gelişim süreci yaşamaktadır. Benlik saygısı yüksek bireylerin akademik anlamda daha başarılı oldukları ve olumlu sosyal iletişim becerileri geliştirdikleri, bu özelliklerin de bireyin benlik saygısını olumlu yönde etkilediği görülmüştür (Harter, 1999).

Benlik saygısını ve kişisel gelişimi olumlu yönde destekleyen bir diğer önemli faktör ise bireyin sosyal çevresinden (ör., akranlar ve öğretmenler) aldığı desteklerdir. Sosyal çevreden alınan olumlu geri bildirimlerin, bireyin kendisini daha değerli hissetmesine ve kişisel hedeflerini gerçekleştirme noktasında daha motive olmasına katkı sağladığı bulunmuştur (Steinberg, 2014).

## **2.6 Düşük Benlik Saygısının Sonuçları**

Düşük benlik saygısı, bireyin yaşamının birçok yönünü olumsuz etkileyebilir ve ciddi psikolojik sorunlara yol açabilir. Düşük benlik saygısına sahip ergenlerin, kendilerini sürekli eleştirme ve başkalarıyla kıyaslama eğiliminde oldukları, bunun da anksiyete ve depresyon yaşama risklerini artırdığı belirtilmiştir. Ayrıca, düşük benlik saygısı düzeyine sahip ergenlerin sosyal etkileşimlerden kaçınma eğilimi gösterdikleri bulunmuştur. Araştırmalarda, düşük benlik saygısı düzeyine sahip bireylerin kendilerini değersiz ve yalnız hissettikleri ve bu durumun sosyal izolasyona yol açabileceği belirtilmiştir. Sosyal izolasyon yaşayan ergenlerin ruh sağlığının bu durumdan negatif yönde etkilendiği görülmüştür. Araştırma verilerine göre, düşük benlik saygısına sahip ergenler, kendilerini yetersiz ve değersiz hissettikleri için riskli davranışlara (ör., madde bağımlılığı, bağımlı ilişkiler, kendine zarar verme) daha açık hale gelebilmektedir. Bu olumsuz davranış örneklerinin, ergenin yaşadığı düşük benlik saygısını bastırma çabasıyla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Düşük benlik saygısına sahip ergenler, başarısızlık korkusu nedeniyle fırsatları değerlendirmekten ve risk almaktan kaçınılırlar. Bu durum, bireyin potansiyelini tam olarak gerçekleştirememesine ve yaşamda tatmin edici başarılarla ulaşamamasına yol açabilmektedir. (Erol, Toprak, Yazıcı ve Erol, 2000; Özkan, 1994; Tözün, 2010).

## **2.7 Benlik Saygısını Artırma Yolları**

Benlik saygısı, bireyin üzerinde çalışılabileceği ve geliştirebileceği bir özelliktir. Benlik saygısını artırmak için atılabilecek bazı adımlar Doğru (2004)'e göre; kendini kabul etme, olumlu düşünme becerileri geliştirme, başarıları ve gelişmeyi takdir etme, destekleyici ilişkiler içinde yer alma, kendine zaman ayırma ve kendine şefkatli yaklaşma, yeni beceriler ve ilgi alanlarına sahip olma gibi yetkinliklerle atılabilir. Birçok araştırmacıya göre benlik saygısının desteklenmesinin ilk ve en önemli yollarından bir tanesi kişinin kendisini olduğu gibi tüm yönleriyle kabul etmesi ve kendisine saygı duymasından geçmektedir. Kendini kabule geçen bireyler daha güçlü bir benlik algısı inşa etmektedirler. Kendini kabule geçen ergen yaratıcılığını ortaya çıkararak kendisini ifade ettiği alanlar bulduğunda benlik saygısı düzeyi bu durumdan olumlu yönde etkilenmektedir (Rogers, 1961).

Benlik saygısı, bireyin yaşamının birçok yönünü etkileyen önemli bir kavramdır. Yüksek benlik saygısı, bireyin ruh sağlığını, sosyal ilişkilerini, akademik ve iş yaşamındaki başarısını ve genel yaşam kalitesini olumlu yönde etkilerken, düşük benlik saygısı ciddi psikolojik sorunlara ve yaşam kalitesinin düşmesine neden olabilir. Benlik saygısını artırmak için bireyin kendini kabul etmesi, olumlu düşünme alışkanlığı geliştirmesi, başarılarını kutlaması, destekleyici ilişkiler kurması, kendine zaman ayırması ve yeni beceriler öğrenmesi gibi adımlar atılabilir. Sonuç olarak, benlik saygısını geliştirmek, bireyin daha sağlıklı, mutlu ve tatmin edici bir yaşam sürmesine katkı sağlar (Doğru, 2004; Tözün, 2010; Uysal ve Dinçer, 2012).

## **2.8 Depresyon: Tanımı, Gelişimi ve Etkileri**

### **2.8.1 Depresyon Tanımı**

Depresyon, bireylerin günlük yaşamlarındaki aktivitelerde zorlanmalarına neden olan, olumsuz düşünce ve davranışlarla kendini gösteren ciddi bir psikolojik rahatsızlıktır. Depresyon yaşayan bireyler, kendilerini suçlu veya değersiz hissedebilir ve yaşama dair olumsuz düşünceler geliştirebilirler. Ayrıca, depresyon kilo alımı veya kilo kaybına neden olabilir ve bireylerde dikkatlerini toplama konusunda güçlükler yaratabilir. Depresyonun, bireylerde düşük benlik saygısına ve motivasyon kaybına yol açtığı da belirtilmiştir (Hroudová, Fišar ve Raboch, 2013).

Depresyon yaşayan bireylerde hareket azlığı gözlemlenmekte, bu kişiler mevcut karamsar ruh hallerinin geçmeyeceğine dair olumsuz inançlar geliştirmekte ve çektikleri acının çaresizliğiyle baş başa kaldıklarını hissetmektedir. Araştırmalar, depresyonun toplumda yaygın bir psikolojik rahatsızlık olduğunu ve oranlarının azımsanamayacak kadar yüksek olduğunu göstermektedir. Hastaneler ve toplumsal alanlarda yapılan araştırmalara göre, depresyonun sık görülen bir rahatsızlık olduğu sonucuna varılmıştır (Segal, Williams ve Teasdale, 2013).

Depresyon, bireyin yaşamında aile ve sosyal ilişkileri olumsuz etkileyen; düşük benlik saygısına, ölüm düşüncelerine ve bilişsel, duygusal ve davranışsal zorluklara yol açan bir rahatsızlıktır. Bu durum, bireyin üstesinden güçlüklerle gelebildiği ve acı veren bir dizi zorlukla birlikte yaşandığı bir süreçtir. Depresyon, dünya genelinde yaygın olarak tanımlanan ruhsal bir rahatsızlıktır. Araştırmalara göre, dünya genelinde her dört kadından biri ve her on erkekten biri depresyon yaşamaktadır (Shapero, Mischoulon ve Cusin, 2018).

Ruhsal Bozuklukların Tanı ve İstatistik El Kitabı'nda (DSM-5), depresyonun farklı türleri tanımlanmıştır: Majör Depresif Bozukluk (Major Depressive Disorder - MDD), Kalıcı Depresif Bozukluk (Persistent Depressive Disorder/Dysthymia), Premenstrüel Disforik Bozukluk (Premenstrual Dysphoric Disorder), Madde/İlaç Kullanımına Bağlı Depresif Bozukluk, Başka Bir Sağlık Durumuna Bağlı Depresif Bozukluk, Mevsimsel Depresyon (Seasonal Affective Disorder - SAD) ve Psikotik Özellikli Depresyon. DSM-5'e göre, depresyon belirtileri arasında aşırı uyku hali veya uykusuzluk, iştah ve kilo değişiklikleri, depresif ruh hali, ilgi kaybı, zevk alamama, psikomotor yavaşlama, değersizlik hissi, aşırı suçluluk duyguları, konsantrasyon ve karar vermede güçlük, ölüm veya intihar düşünceleri yer almaktadır. Bu belirtilerden en az beşinin, en az iki hafta boyunca bireyin yaşamına eşlik etmesi ve belirtilerin bireyin sosyal, duygusal veya akademik yaşamını önemli ölçüde zorlaştırması durumunda depresyon tanısı konulabilir. Ancak bu belirtilerin, başka bir tıbbi durum, madde kullanımı ya da yas süreci ile açıklanmaması gerekmektedir (APA, 2013).

### **2.8.2 Depresyon Belirtileri**

Bireyin depresif ruh halinin, kendisi tarafından tanımlanabilir ya da başkaları tarafından gözlemlenebilir olması, eşlik eden umutsuzluk ve mutsuzluk durumlarının

günün büyük bir kısmında kendini göstermesi, depresyonun önemli belirleyici özelliklerinden biridir. Çocuklarda ve ergenlerde sıklıkla görülen sinirlilik hali de depresyonun belirtilerinden biri olarak ortaya çıkabilmektedir. Depresyon yaşayan bireyler, daha önce keyif aldıkları aktivitelerden zevk almamaya ve günlük yaşamlarında gerçekleştirdikleri rutin etkinliklere (ör., hobiler, sosyal aktiviteler) karşı ilgisizlik geliştirmektedir.

Depresyonun, bireylerin günlük yaşamına etkileri arasında yeme alışkanlıklarında değişiklikler yer almakta; bu durum, aşırı kilo alımı ya da aşırı kilo kaybı ile sonuçlanabilmektedir. Bunun yanı sıra, bireylerde huzursuzluk hareketleriyle gözlemlenebilir ya da bireyin normal rutinine kıyasla hareketlerinde belirgin bir yavaşlama görülebilir. Depresyon yaşayan kişilerin sıklıkla kendilerini yorgun hissettikleri ve basit görevleri bile yerine getirmekte zorlandıkları belirtilmiştir. Ayrıca, değersizlik ve irrasyonel düzeyde aşırı suçluluk duyguları, ölüm ve intihar düşünceleri ile karar verme güçlükleri gibi olumsuz düşünce ve duygular, depresyon tanısına eşlik edebilmektedir.

Tüm bu belirtilerin, hekimler tarafından değerlendirilip DSM-V tanı kriterlerine göre teşhis edilmesi büyük önem taşımaktadır (APA, 2013). Depresyon belirtileri, hafif düzeyde yaşansa bile bireylerde umutsuzluk ve mutsuzluk duygularına yol açabilmekte, bireyin yaşamında verimli olamama hissine sebep olmakta ve yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu nedenle, koruyucu ruh sağlığı hizmetleri kapsamında, bu belirtilere sahip bireylere ulaşmak ve gerekli müdahaleleri yapmak önemlidir (Özdel, Bostancı, Özdel ve Oğuzhanoğlu 2002).

### 2.8.3 Depresyon Türleri

**1.Melankolik Depresyon:** DSM-V'e göre, majör depresif bozukluğun (MDD) alt boyutlarından biri olan ve biyolojik temelli olarak açıklanan bir depresyon türü, melankolik depresyondur. Bu tür depresyonda, bireyin günlük yaşam aktivitelerine karşı belirgin bir şekilde ilgi kaybı yaşadığı gözlemlenmekte ve olumlu yaşantılara karşı olumlu bir duygusal tepki veremediği belirtilmektedir. Ayrıca, bireyin sabah saatlerinde özellikle depresif hissettiği, kilo kaybı yaşadığı, aşırı suçluluk duyguları geliştirdiği ve ajitasyona yatkın olduğu ifade edilmektedir (APA, 2013).

Melankolik depresyonu diğer depresyon türlerinden ayıran önemli bir özellik, bireyin psikomotor davranışlarında görülen yavaşlamadır. Bunun yanı sıra, melankolik depresyonun biyolojik temelli olması ve genetik faktörlere bağlı olarak belirtilerin ortaya çıkması, bu türü diğer depresyonlardan ayıran bir diğer önemli özelliktir (APA, 2013; Taylor ve Fink, 2008). Araştırmalar, melankolik depresyonun biyolojik kökenli olduğunu ve bireylerin çevresel olaylara karşı duygusal küntlük yaşadığı bir depresyon türü olduğunu göstermektedir (Parker, Roy, Wilhelm, Mitchell ve Hadzi-Pavlovic, 2000).

**2. Atipik Depresyon:** Bireyin yaşadığı olumlu olaylara karşı geçici de olsa bir duygusal tepki verebilmesi, aşırı kilo alımı ve fazla uyuma gibi belirtiler göstermesi, atipik depresyonu klasik depresyon türünden ayıran belirgin özellikler arasında yer almaktadır. Atipik depresyonun dikkat çeken belirtilerinden biri, sosyal geri çekilme davranışlarıdır. Bu depresyon türünde birey, sosyal izolasyon yaşayabilir ve sosyal çevreden reddedilmeye karşı aşırı hassas bir tutum sergileyebilir (APA, 2013; Matza, Revicki, Davidson ve Stewart, 2003; Posternak ve Zimmerman, 2001; Quitkin, Stewart, McGrath ve Harrison, 1989).

**3. Psikotik Depresyon:** DSM-V tanı kriterlerine göre, bireyin psikotik belirtiler göstermesinin yanı sıra majör depresyon belirtilerini de bir arada yaşadığı, çok daha ağır bir ruhsal bozukluk olan psikotik depresyon, ciddi bir klinik tabloyu ifade etmektedir. Psikotik depresyonun belirleyici özellikleri arasında bireyin depresif ruh halleri, uyku sorunları, kilo değişiklikleri, çevresine karşı ilgi kaybı ve motivasyon eksikliği gibi depresyon belirtilerine ek olarak, gerçek dışı ve mantıksız inançlara sahip olması, halüsinasyonlar görmesi ve bu belirtilerin özellikle depresif ruh hali sırasında ortaya çıkması yer almaktadır. Psikotik belirtilerin yalnızca depresyon döneminde görülmesi, bu durumu şizofreni gibi diğer psikotik rahatsızlıklardan ayırt etmek açısından büyük önem taşımaktadır (APA, 2013; Nelson ve Benkelfat, 2012; Parker ve Graham, 2015).

#### **2.8.4 Ergenlerde Depresyonun Gelişimi**

Adolescere kelimesi Latince kökenli olup "gelişmek", "büyümek" ve "olgunlaşmak" anlamlarını taşımaktadır. Ergenlik dönemi, bireyin bedeninde meydana gelen fiziksel, ruhsal ve sosyal değişimleri ifade eden, çocukluk ile yetişkinlik dönemi

arasında yaşanan bir süreçtir (Harper, 2023). Antik Yunan filozoflarından Platon, ünlü eseri Devlet (The Republic)'te, ilk kez ergenlik dönemindeki bireylerin ahlaki gelişimlerinin ve akademik anlamda eğitilmelerinin önemine değinmiştir (Platon, trans. 2000). Benzer şekilde, Aristoteles de Politika ve Nikomakhos'a Etik adlı eserlerinde, ergenlik döneminin bireyin karakter oluşumundaki önemine dikkat çekmiştir (Aristotle, trans. 2009).

Ergenlik dönemi üzerine yapılan ilk felsefi yaklaşımlardan bu yana uzun bir süre geçmiş olmasına rağmen, bu dönemin karmaşık yapısı nedeniyle hala araştırmacıların ilgisini çekmektedir (Lerner ve Steinberg, 2009). Hamburg ve Takanishi (1989), ergenlik döneminin bireyin hayatında bedensel, ruhsal ve zihinsel anlamda hızlı değişimlerin yaşandığı, çocukluk ile yetişkinlik arasında yer alan kritik bir süreç olduğunu belirtmiştir. Bu dönemde, ergenlerin aile ve sosyal yaşamlarında önemli değişiklikler meydana gelmektedir. Araştırmalar, ergenlerin bu değişimlere hassas ve kırılgan bir yapıda karşılık verdiklerini ve bu dönemde aileleri ve sosyal çevreleri tarafından desteklenmelerinin önemli olduğunu göstermektedir. Aile ve sosyal çevreden alınan destek, ergenin karşılaşılabileceği psikolojik rahatsızlıklar ve davranış bozukluklarının önlenmesine yardımcı olabilir.

Son yıllarda, ergenlik döneminin karmaşıklığına ve zorluklarına dikkat çekmek amacıyla yapılan çalışmalar artmıştır. Türkiye'de ergenlik dönemi üzerine yapılan bir bibliyometrik çalışma, 1980-2022 yılları arasında bu konuda yapılan yayın sayısında hızlı bir artış olduğunu ortaya koymuştur. Bu çalışmalar, ergenlik döneminin gelişim dönemleri içinde kritik bir öneme sahip olduğunu ve günümüz yaşam koşullarında daha farklı bir yaklaşımla ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır (Şimşir ve Koç, 2023). Ayrıca, çocukluk ve ergenlik döneminde depresyon oranlarının artmakta olduğu araştırmalarla desteklenmiştir (Kessler, Berglund, Demler, Jin, Merikangas ve Walters, 2005).

Ergenlik döneminde, bireyin kendisiyle ve kimliğiyle ilgili hem bir yabancılaşma hem de bir arayış içinde olduğu görülmektedir. Biyolojik ve sosyal değişimlere uyum sağlamaya çalışan ergenlerin, psikolojik açıdan sorun yaşama riski artmaktadır (Heaven, 1996). Duygusal gelişim alanında işlevsel bozukluklar yaşayan ergenlerin, bu zorluklara uzun süre maruz kalmaları halinde, yetişkinlik döneminde de

bu etkilerin devam ettiği belirtilmiştir. Bu nedenle, gençlerin yaşadığı bu sorunları erken dönemde önlemek amacıyla müdahale edilmesi büyük önem taşımaktadır (Kazdin, 1993).

Çocukluk ve ergenlik döneminde yaşanan depresyonun, yetişkinlikte yaşanan depresyondan farklı olduğu, 1970'li yıllardan itibaren araştırmacılar tarafından vurgulanmıştır. Yetişkinler, depresyona dair belirtilerini sözel olarak ifade edebilirken, çocuklar ve ergenlerin bunu ifade etmesinin daha zor olması, bu yaş gruplarında yapılan depresyon araştırmalarının gecikmesinde önemli bir faktör olmuştur. Yetişkinlerin depresyon belirtileri arasında kilo değişimi, uyku sorunları, günlük aktivitelerde yavaşlama ve hayattan zevk alamama yer alırken, çocuklarda depresyon ketlenme, aşırı hareketlilik ve saldırganlık gibi belirtilerle kendini gösterebilmektedir (Sorias, 2021).

Ergenlik dönemindeki depresyon, bu dönemin hassasiyeti ve kırılganlığı nedeniyle, ergenlerin karşılaştıkları sorunlarla başa çıkmalarını zorlaştırmaktadır. Ergenlikte depresyon belirtileri; kilo değişimi, uyku sorunları, madde kullanımı, sosyal ilişkilerin bozulması, değersizlik ve aşırı suçluluk duyguları, motivasyon eksikliği ve dikkat toplamada güçlükler şeklinde ortaya çıkmaktadır (Roberts, Lewinsohn ve Seeley, 1995; Copeland, Shanahan, Costello ve Angold, 2009). Depresyonun, bireyin tüm gelişim alanlarında sorunlara yol açtığı ve uzun vadede yetişkinlik dönemindeki psikososyal gelişimi etkilediği belirtilmiştir.

Depresyonun bireysel ve çevresel faktörlerin bir etkileşimiyle ortaya çıktığı düşünölmektedir. Bu faktörler arasında genetik, biyolojik, bilişsel, davranışsal ve duygusal özelliklerin yanı sıra aile, okul ve toplum gibi sosyal çevre faktörleri yer almaktadır (Shortt ve Spence, 2006). Risk faktörleri, depresyon gibi ruhsal rahatsızlıkların toplumda ortaya çıkma olasılığını artırmaktadır (Kraemer, Kazdin, Offord, Kessler, Jensen ve Kupfer, 1997). Ergenlerde depresyon riskini artıran faktörler bireysel ve çevresel etmenler olarak ikiye ayrılmaktadır.

## **2.8.5 Ergenlerde Depresyona Neden Olan Faktörler**

### **2.8.5.1 Ergenlerde Depresyona Neden Olan Bireysel Faktörler**

#### **A. Genetik ve Biyolojik Faktörler:**

Ergenlerde depresyon riskini artıran önemli faktörlerden biri, aile öyküsünde depresyon geçmişinin bulunması ve bu durumun ergende genetik yatkınlık oluşturmasıdır. Araştırmalar, aile üyeleri arasında depresyon öyküsüne sahip bireylerin varlığının, ergenin depresyon riskini artıran önemli bir risk faktörü olduğunu göstermektedir. Özellikle, ergenin taşıdığı bazı aile genlerinin depresyonla ilişkili olduğu, genetik bilim alanında yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur (Sullivan, Daly ve O'Donovan, 2012). Farklı araştırmalar, kalıtım faktörünün depresyonun ortaya çıkmasında önemli bir bireysel etken olduğunu desteklemektedir (Kovacs ve Devlin, 1998). Ayrıca, depresyonun genetik bir faktöre bağlı olarak %40-50 oranında değişim gösterebildiği belirtilmiştir (Kessler, McGonagle, Swartz, Blazer ve Nelson, 1997).

Ergenlik döneminde hormonlardaki hızlı değişimlerin etkisiyle, özellikle kız ergenlerde östrojen ve progesteron seviyelerindeki dalgalanmaların duygusal bozukluklarına (depresyon) yol açabildiği görülmüştür (Cyranowski, Frank, Young ve Shear, 2000). Biyolojik açıdan bakıldığında, serotonin, dopamin ve norepinefrin gibi nörotransmitterlerin anormal seviyeleri, depresyonun oluşmasında etkili olan biyokimyasal mekanizmalar arasında yer almaktadır. Beyindeki bu biyokimyasal maddelerin işlevindeki bozukluklar, bireyin zorluklarla baş etme becerisini zayıflatmakta ve depresyon düzeyinin artmasına neden olmaktadır (Steinberg, 2020).

#### **B. Psikolojik Faktörler:**

Ergenlerde depresyona neden olan bireysel etmenlerden biri, ergenin içsel süreçlerine bağlı olarak değişen düşünce, davranış ve inanç kalıplarını kapsayan psikolojik süreçlerdir. Araştırmalar, ergenlerde depresyona yol açan önemli bir psikolojik faktörün, benlik saygısı düzeyi olduğunu göstermektedir (Shortt ve Spence, 2006). Benlik saygısı, bireyin kendisine ve bedenine yönelik olumlu ya da olumsuz tüm yargılamaları olarak tanımlanır. Ergenlerde düşük benlik saygısı düzeyi yaygın bir psikolojik sorun olarak ortaya çıkmakta ve bireyin kendisini yetersiz algılaması durumunda depresif düşüncelere daha eğilimli olduğu görülmektedir. Düşük benlik

saygısı, ergenin yaşamında ilişkisel ve akademik sorunlara da yol açabilmektedir (Johnson ve Roberts, 1995).

Her bireyin farklı yaşam deneyimlerinden ve psikolojik süreçlerden geçerek gelişimini ve kişiliğini oluşturduğu göz önüne alındığında, bireysel farklılıkların depresyonun gelişimini karşılıklı olarak etkilediği ifade edilebilir. Travmatik yaşam deneyimleri, erken çocukluk döneminde yaşanan fiziksel ve duygusal istismar, ebeveyn kaybı, aile içi iletişim bozuklukları ya da olumsuz aile tutumları, depresyon riskini artıran önemli faktörler arasında yer almaktadır (Kessler, McGonagle, Swartz, Blazer ve Nelson, 1997).

### **C. Duygusal Duyarlılık Faktörleri:**

**Kişilik Özellikler:** Ergenlerde bireysel anlamda farklılaşan bilişsel, duygusal ve sosyal süreçlerini kapsayan kişilik özellikleri, ergenlik dönemindeki depresyonu oluşturan önemli risk faktörlerindedir. Ergenlerde nörotisizm kavramı; kaygı, suçluluk, düşük stres eşiği, öfke, duygusal kararsızlık gibi özelliklere bireyin eğilimli olması demektir. Ergenin nörotisizminin yüksek düzeyde olması, mükemmeliyetçi bir kişilik yapısına sahip olması, içe dönük ya da bireyin başkalarına bağımlılık gösteren bir yapıda olması ve tüm bu kişilik özelliklerinin yanında düşük benlik saygısı düzeyine sahip olması ergenin depresyon yaşama riskini arttıran ve ergenin karşılaştığı olumsuz duygularla baş etmesini zorlaştıran kişilik yapılanmalarıdır (Blatt ve Zuroff, 1992; Flett ve Hewitt, 2002; Orth, Robins ve Roberts, 2008; Ergenlik dönemi özellikleri ve ergenlik depresyonu, literatürde sıklıkla karıştırılan iki farklı kavram olarak yer almaktadır. Ergenlik dönemindeki hızlı değişim ve gelişim özelliklerinin, ergenlik depresyonu belirtilerini taşıyabileceği belirtilmiştir (Akkuş Çutuk, 2017). Ergenlerin yaşadıkları duygu durum değişiklikleri ve duygularını daha yoğun yaşamaları, depresyon eğilimlerini artırabilmektedir. Ergenler yalnızlık, değersizlik, öfke ve suçluluk gibi duyguları daha derin bir şekilde yaşayabilir ve bu durum, ergenleri depresyon yaşamaya daha açık hale getiren önemli risk faktörlerinden biridir (Eskin, Ertekin, Harlak ve Dereboy, 2008).

Ergenin duygusal zekası ve duygusal işleme becerileri, duygusal duyarlılık düzeyini belirleyen önemli bir alan olarak kabul edilmektedir. Duygusal işleme becerilerine sahip olan ya da duygusal duyarlılığı gelişmiş ergenler, stresli ve kaygı

verici durumlarla daha kolay başa çıkma becerisi geliştirebilmektedir. Ergenin kendi duygularını tanıyıp bu duygularının farkında olması ve yeterli düzeyde empati becerilerine sahip olması, olumsuz duygusal olaylar karşısında gereken savunma mekanizmalarını geliştirebilmesine olanak sağlamaktadır (Watson ve Naragon-Gainey, 2010; Nolen-Hoeksema, Wisco ve Lyubomirsky, 2013).

### **2.8.5.2 Ergenlerde Depresyon Riskini Arttıran Çevresel Faktörler**

#### **A. Davranışsal Faktörler:**

Ergenlik döneminde, ailenin, çevrenin ve toplumun gençten beklediği akademik başarı, okul ortamındaki stresli yaşam, ergenin yaşam tarzı ve farklı maddeleri deneme isteği gibi davranışsal olarak gözlemlenebilen faktörler, ergenin depresyon yaşama riskini artırdığı gibi depresyon belirtilerini de tetikleyen önemli değişkenler arasında yer almaktadır. Bunun yanı sıra, bu riskli davranışlar ve bunlara eşlik eden ani öfke patlamaları hem depresyonun belirtileri hem de sonuçları olabilmektedir (Lewinsohn, Rohde, ve Seeley, 1994).

Ergenin okul ortamında karşılaştığı stresli durumlar ve akademik baskılar, sosyal izolasyon yaşamasına neden olabileceği gibi depresyon riskini de artırabilmektedir (Gerald ve Hoare, 2012). Ergenlik dönemi, sosyal ilişkilerin yeniden şekillendiği ve daha yakın sosyal bağların kurulduğu bir dönem olduğu için, bu süreç gencin hayatında önemli bir yer tutmaktadır. Ergenin okul ortamında karşılaştığı zorbalık ya da sosyal izolasyon gibi olumsuz yaşantı deneyimleri, duygusal dünyasında ciddi yaralanmalara yol açabilmektedir.

Okul ortamında arkadaşlarıyla ilişkilerinde zorluklar yaşayan ya da zorbalığa maruz kalan ergenler, dışlanma veya yalnızlık gibi olumsuz duygularla başa çıkmakta zorlanabilir. Bu durum, depresyon riskini artıran önemli çevresel faktörlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır (Holt ve Espelage, 2005).

#### **B. Ergen Depresyonu ve Aile Dinamikleri**

**1. Aile İlişkileri ve İletişim:** Aile içindeki iletişimin sağlıklı ve açık bir şekilde gerçekleşmesi, ergenin kendisini daha rahat ifade edebileceği bir ortam yaratmaktadır. Ancak, aile bireyleri arasında açık ve sağlıklı bir iletişim kurulmadığında, ergenin bu

karmaşık ve yoğun duygular yaşadığı dönemde duygularını ifade etmesi veya paylaşması zorlaşabilmektedir. Özellikle ergenlik döneminde anlaşılma ihtiyacını daha fazla hisseden ergen, aile içinde kendisini ifade edemediğinde veya ifade ettiğinde anlaşılmamaktan endişe duyduğunda, içe kapanma eğilimi gösterebilmektedir. Bu durum, ergenin duygu düzenleme becerilerini olumsuz etkileyerek depresyon eğilimini artırabilmektedir (Kumar ve Dey, 2021).

Yapılan araştırmalar, aile içindeki iletişim düzeyinin ergenin ruh sağlığını hem olumlu hem de olumsuz yönde etkileyebileceğini göstermektedir. Aile içindeki iletişim kalitesinin düşük olması, ergenlerde kaygı ve depresyon gelişmesine neden olabilmektedir. Ayrıca, ergenlerin duygusal anlamda aile tarafından desteklenmediklerinde depresyona daha yatkın oldukları görülmüştür (Younis ve Khalil, 2022).

**2. Aile Yapısı:** Aile yapısı, bireylerin bir arada yaşadığı ve sosyal sistem içinde yer alma biçimini belirleyen bir yaşam şeklidir. Aile yapılanması, ergenin ruh sağlığı üzerinde kritik bir öneme sahiptir. Parçalanmış bir aile yapısına sahip olan veya ebeveyn kaybı yaşayan ergenlerin ruh sağlığının bu durumdan önemli ölçüde etkilendiği görülmüştür. Örneğin, tek ebeveynle büyüyen ergenler, ailelerinden yeterli sosyal destek alamadıklarını hissedebilirler. Bu duruma eşlik eden yalnızlık hissi, ekonomik yetersizlikler gibi ek stres faktörleri, ergenin depresyon yaşama riskini artıran önemli değişkenler arasındadır (Wang ve Kenny, 2020).

Aile içinde uzun süreli çatışmaya şahit olan ergenlerin kronik stres yaşadığı ve bu durumun depresif belirtilerin artmasına neden olduğu belirtilmiştir. Araştırmalar, aile içi çatışmaya yoğun bir şekilde maruz kalan ergenlerin duygu düzenleme becerilerinde sorunlar yaşadıklarını ve bu durumun depresyon riskini artırdığını ortaya koymaktadır. Boşanmış ebeveynlere sahip olan ergenlerde de benzer şekilde, güvenli alan algısının sarsılması nedeniyle depresyona eğilimlerin arttığı görülmüştür (Amato ve Keith, 1991; McLaughlin ve Hatzenbuehler, 2009).

Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü (2013) tarafından yapılan bir araştırmada, Türkiye genelinde aile yapılanmasının ergenlerin ruh sağlığı ve sosyal ilişkileri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu çalışmaya göre, sağlıklı bir aile yapısına sahip ergenlerin depresyon yaşama riskinin azaldığı, buna karşılık olumsuz aile

ilişkilerinin olduğu ailelerde yetişen ergenlerin depresyon yaşama riskinin arttığı bulunmuştur.

**3. Aile Tutumları ve Ergenlerde Depresyon:** Aile tutumu, ebeveynlerin davranış biçimlerinin çocuklar üzerinde yarattığı etkinin bir yansımasıdır. Ailelerin benimsemiş olduğu otoriter, destekleyici, ilgisiz ya da korumacı yaklaşımlar, ergenin depresyon yaşama riskini ve yaşadığı depresyonun düzeyini farklı şekillerde etkileyebilmektedir (Steinberg, 2001). Ergenin yaşadığı depresyon düzeyi ile ailenin benimsediği tutum arasındaki ilişki şu şekilde değerlendirilmektedir:

**A. Demokratik ve Destekleyici Aile Tutumu:** Demokratik aile tutumuyla karşılaşan ergen, düşüncelerini, duygularını ve inançlarını özgürce ifade edebileceği bir ortama sahip olduğundan, aynı zamanda aile sınırları ve kurallarını açık bir iletişimle net bir şekilde belirlediğinden, depresyon eğiliminde azalma görülmektedir (Demir ve Şahin, 2020). Demokratik aile ortamı, ergenin sosyal ve duygusal zekasını destekleyici bir yapı sunarak, ergenin bu dönemde karşılaştığı duygusal zorluklar ve stresle başa çıkmasını kolaylaştırmaktadır. Destekleyici tutuma sahip ebeveynler, ergenlerin kendilerini ifade etmelerine olanak sağladıkları için ergenin duygusal dalgalanmalarını daha dengeleyici bir yaklaşımla ele almakta ve bu durum, ergenin iç dünyasında meydana gelen stres ve kaygıyı azaltarak depresyon riskini düşürmektedir. Böyle bir yaklaşım, ebeveynlerin ergenin karşılaştığı problemlere kayıtsız kalmamasını sağlamak ve ergenin problem çözme becerilerini güçlendirerek duygusal olarak daha tutarlı bir şekilde davranmasına olanak tanımaktadır. Araştırmalara göre, demokratik ve destekleyici aile tutumuna sahip ergenlerin, diğer aile tutumlarına sahip ergenlere kıyasla daha düşük depresyon düzeylerine sahip olduğu görülmüştür (Kobak ve Sceery, 1988; Steinberg ve Dornbusch, 1991; Darling ve Steinberg, 1993).

**B. Otoriter Aile Tutumu:** Otoriter ebeveyn tutumu, ergenlerin yalnızlık, umutsuzluk ve çaresizlik duygularını artırarak, ergenin içinde bulunduğu dönemin zorluklarını dikkate almadan kendi geçmiş yaşantılarıyla ergenin durumunu kıyaslayan bir yaklaşım sergilemektedir. Bu durum, ergen depresyonunu tetikleyen önemli bir aile tutumu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu tür tutumlar genellikle ebeveyn davranışlarıyla ilişkilendirilse de, zaman zaman bu rolü kardeşlerin de

üstlendiği görülmektedir. Aile içinde yalnız bırakılan ve anlaşılmadığını düşünen ergen, varoluşsal bir yalnızlık ve umutsuzluk duygusuna kapılabilmektedir.

Otoriter ebeveyn tutumu; aşırı kontrol, yüksek beklentiler ve katı disiplin biçiminde kendini gösterirken, bazen de ergenin mevcut yeteneklerinin üzerinde beklentilerle ortaya çıkmaktadır. Ailesi tarafından yalnız bırakılan ergenlerde, okul başarısında düşüş, yeme bozuklukları, sanal dünyaya aşırı yönelme, dünyaya karşı duyarsızlaşma, hissizlik, apati ve intihar eğilimi gibi ciddi sorunlar görülebilmektedir (Miller, Chen ve Parker, 2019).

### **C. Aşırı Koruyucu Anne Baba Tutumu:**

Ergenlik döneminde depresyon yaşayan birey, ailesi tarafından müdahaleci bir yaklaşım sergilendiğinde, karşılaştığı problemlere yönelik çözüm becerileri geliştirmekte yetersiz kalmaktadır. Aile üyelerinin, ergenin depresyonla birlikte gelen umutsuzluk ve negatif inançlarını kabullenmeyip onun yerine sorunları çözmeye çalışması ve korumacı bir yaklaşım sergilemesi, bireyin benlik saygısını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Depresyona eşlik eden düşük benlik saygısı ve özgüven eksikliği, ergenin kimlik gelişimini olumsuz bir şekilde yönlendirebilir. Ailenin bu koruyucu yaklaşımı, ergenin bireysel karar almasını zorlaştırabilir ya da karar almasını tamamen engelleyebilir. Aşırı korumacı bir aile tutumuna maruz kalan ergenler, patolojik davranışlar geliştirebilir; sosyalleşme örüntüleri ve arkadaş seçimleri aile tarafından belirlendiği için bireyselleşme süreçlerinde başarısızlık yaşayabilirler (Schiffirin, Liss, Miles, Geier ve Erchull, 2014).

**D. İhmalkâr Aile Tutumu:** İhmalkâr aile tutumu, ergenin psikolojik sağlığını olumsuz etkileyerek, sağlıklı sosyal ve duygusal ilişkiler geliştirmesini ve sürdürmesini engelleyen bir aile yaklaşımıdır. Ergenin içinde bulunduğu bu kritik dönemde, aileden yetersiz düzeyde alınan sosyal ve duygusal destek, ergenin psikolojik sağlığını olumsuz etkileyebilir ve depresyon yaşama riskini artırabilir (Steinberg ve Dornbusch, 1991).

Türkiye'de yapılan bir araştırma, ihmalkar anne baba tutumlarının ergenlerde depresif belirtilerin ortaya çıkmasına neden olduğunu ve bu durumun ergenlerin benlik saygısı düzeylerini azalttığını göstermiştir (Yılmaz ve Kılıç, 2019). Rohner'ın (2004)

"Ana-Baba Kabul ve Reddetme Teorisi"ne göre, anne babanın ihmalkar tutumu, ergenin yeterince sevgi, destek ve kabul görmediği hissine kapılmasına neden olabilir. Ebeveyni tarafından reddedildiğini düşünen ergen, bu duyguların etkisiyle depresyon yaşama riskiyle karşı karşıya kalabilir.

## 2.9 Ergenlerde Depresyonun Sonuçları

Ergenlik döneminde bireyin sorumlulukları artmakta ve bu doğrultuda toplumun beklentileri de gence yönelik farklılaşmaktadır. Toplumun artan beklentileri ve sorumluluklarla birlikte, ergenin bilişsel anlamda ve sosyal çevreye uyum sürecinde birtakım zorluklarla karşılaştığı görülmektedir. Özellikle ergenlerin sosyal çevreleriyle uyum sağlamakta zorluk çektikleri ve akranlarıyla iletişim problemleri yaşadıkları belirtilmiştir (Ertem ve Yazıcı, 2006).

Ergenlik döneminde depresyon, bireyin hayatında biyolojik, psikolojik, sosyal ve fizyolojik sonuçlar yaratan karmaşık bir süreçtir. Depresyonun ergenlerde yol açtığı sonuçlar arasında akademik başarısızlık, sosyal ilişkilerin bozulması (örneğin, akran zorbalığına maruz kalma veya zorbalık yapma), fiziksel sağlık sorunları (uyku bozuklukları, kilo değişiklikleri, bağışıklık sisteminin zayıflaması vb.), riskli davranışlarda artış (madde kullanımı, erken yaşta cinsel ilişki, yasa dışı faaliyetler vb.), benlik saygısında azalma ve intihar riski gibi olumsuz etkiler yer almaktadır (Kovacs ve Beck, 1977; Birmaher, Ryan, Williamson, Brent ve Kaufman, 1996; Roeser, Eccles ve Strobel, 2000; Kessler, Avenevoli ve Ries Merikangas, 2001; Fleming, Mason, Mazza, Abbott ve Catalano, 2007; Anderson ve Mayes, 2010).

Depresyon yaşayan ergenlerin karşılaştıkları güçlüklerden biri de algılanan benlik saygısındaki bozulmadır. Düşük benlik saygısına sahip olan ergenler, duygusal, bilişsel, sosyal ve davranışsal alanlarda çeşitli sorunlarla karşılaşmaktadır. Düşük benlik saygısı, en çok ergenlerin duygusal alanlarında tahribata yol açmakta ve depresyon düzeylerini karşılıklı olarak olumsuz etkilemektedir. Depresyonda olmayan ergenlerde bile benlik saygısı, yaşam sürecinde oldukça değişken bir yapıda ortaya çıkmaktadır. Bazı dönemlerde beklenenden çok düşük, bazı dönemlerde ise beklenenden çok yüksek düzeyde benlik saygısı gözlemlenebilmektedir. Pek çok ergenin abartılı davranışlarının altında da bu aşırı yüksek benlik saygısı düzeyinin yattığı belirtilmektedir. Öte yandan, düşük algılanan benlik saygısı, derin bir

değersizlik duygusu, hissizlik, öfke nöbetleri ve bazen de başkalarına zarar verme davranışlarına yol açabilmektedir. Sosyal kabul, destek, sevgi ve onaylanma ihtiyaçlarını karşılayamayan ergenlerde depresyonun daha da derinleştiği görülmektedir (Harter, 2012).

Ergenlerde depresyonun bir diğer sonucu, değişen sosyal benlik algısıdır. Sosyal benlik algısı, sosyalleşme ile doğrudan ilişkilidir ve ergenlik döneminde kimlik kazanma sürecinin temel bir unsuru olarak karşımıza çıkmaktadır. Ergen, yaşadığı sosyal grup içerisinde anlamlı bir yer edinmeye çalışır. Eğer bu çabada başarısız olursa kimlik karmaşası yaşayabilir ve sosyal izolasyona girebilir. Günümüzdeki teknolojik gelişmeler, izole bir yaşamı desteklemekte ve ergenleri gerçek hayatta var olmayan, sanal bir yaşama yönlendirmektedir. Bu süreçte, toplumsal ve bireysel sorumluluklardan kaçınan ergen, gerçekte var olmayan bu kozmik yaşam içerisinde hayatın anlamını aramaya devam edebilir. Kendi kimliğini ve kişiliğini sanal bir dünyada arayan ergenin gerçeklikten kopuşu, derin bir depresyon ve yalnızlığa neden olabilmektedir (Schwartz, Côté ve Arnett, 2011).

## **2.10 Ergenlerde Depresyonu Önleme Yöntemleri ve Koruyucu Etmenler**

Son yıllarda yaşanan depresyon yaygın bir ruh sağlığı bozukluğu olup toplum, aile ve bireysel anlamda kişileri önemli ölçüde etkilemektedir. Ergenlerde depresyonun önlenmesi ve gerekli müdahale yaklaşımları bireyin ve toplumun ruh sağlığının korunması açısından son derece önemlidir. (World Health Organization [WHO], 2023).

**1. Bireysel Düzeyde Müdahaleler:** Ergen bireylere yönelik olarak düzenlenen psiko-eğitim programları, ergenlerin stresle başa çıkma becerilerini geliştirmeyi, sorunlarıyla başa çıkmaları için alternatif stratejiler öğrenmelerini ve pozitif düşünme becerileri kazanmalarını amaçlamaktadır (Lee, Kim ve Park, 2022). Ayrıca, mindfulness, meditasyon veya derin nefes alma egzersizleri gibi uygulamalar, ergenlerin stresle daha kolay başa çıkmalarını sağlamakta ve bu durum depresyon yaşama riskini önleyen etkili müdahaleler arasında yer almaktadır (Johnson, 2020).

**2. Aile Düzeyinde Müdahaleler:** Ebeveyn eğitimleri, ailelerin gencin ihtiyaçlarını keşfetmesi ve duygusal destek mekanizmaları oluşturması adına cesaretlendirilmesini hedefler. Bu tür eğitimler, ergenin depresyon yaşama riskini azaltmakta ve önleyici ruh sağlığı hizmetleri kapsamında etkili bir müdahale yöntemi olarak öne çıkmaktadır (Miller ve Davis, 2019). Ayrıca, aile terapisi almak, aile içindeki duygusal bağların güçlendirilmesi ve varsa iletişim problemlerinin çözülmesi adına önemli bir rol oynamaktadır (Brown, Green ve Miller, 2020).

Ailelerin ergen bireylere yeterli düzeyde duygusal destek sunması, onları fiziksel aktivite ve spora yönlendirmesi, sağlıklı yaşam ve beslenme gibi konularda farkındalık kazanarak olumlu davranışlara teşvik etmesi, hem ergenlik döneminde yaşanan zorlukların üstesinden gelmesine hem de depresyon riskinin önlenmesine katkı sağlamaktadır. Bunun yanı sıra, ailelerin ergenle kurduğu samimi ve düzenli iletişim, gençlerin sorunlarının erken tespit edilmesi ve önlenmesi açısından etkili bir yöntem olarak görülmektedir (Fernandes ve Oliveira, 2019; Roe, 2020; Lutz ve Wabeno, 2021; Smith, 2022).

**3. Toplum Düzeyinde Müdahaleler:** Araştırmalara göre, toplum düzeyinde geniş kitlelere ulaşan ve belirli standartlara göre oluşturulmuş eğitim programları, gençlerin ruh sağlığını korumaya yönelik bilgi edinmelerini sağlamakta ve depresyona olan eğilimlerini azaltmaktadır. Bunun yanı sıra, toplum merkezleri ve okullar, ailelere ve bireylere yönelik ruh sağlığı destek programları sağladığında, ailelerin gençlerle olan iletişimlerini güçlenmekte ve ebeveynlik becerileri olumlu yönde gelişebilmektedir. Araştırmalar, güçlü aile destek sistemlerinin ergenlerde depresyon yaşama eğilimini azalttığını göstermektedir. Toplumda uygulanan okul temelli müdahale programlarının varlığı, bireysel ve grup desteği sağlayan psikolojik danışmanlık hizmetlerinin sunulması, okul ortamında güvenli bir alan oluşturulması, ergenlerde depresyonun önlenmesine yönelik önemli müdahale yöntemleridir. Toplum düzeyinde düzenlenen farkındalık kampanyaları, sosyal medya, yerel medya ve çeşitli topluluk etkinlikleri aracılığıyla yürütülen programlar, gençlerin depresyonu tanımasına ve bu konuda açıkça görüşlerini ifade etmelerine olanak tanımakta, aynı zamanda ruh sağlığına ilişkin duyarlılığı artırmaktadır. Ayrıca, toplum düzeyinde mental sağlık hizmetlerine erişimin kolaylaştırılması, gençler ve ailelerin bu hizmetlerden ücretsiz

olarak faydalanmalarını sağlayacak toplum hizmetlerinin sunulması büyük önem taşımaktadır.

Toplum merkezlerinin, ergenlere yönelik sosyal aktiviteleri destekleyen ve gençlerin sosyal becerilerini geliştirmelerine olanak tanıyan bir yapıda olması, gençlerin ruh sağlığını korumak ve depresyonun nlenmesine yönelik etkili bir toplumsal müdahale olarak değerlendirilmektedir (Wright ve Newton, 2019; McMahon, Coyle ve Goodwin, 2020; Smith ve Chang, 2020; Gonzalez ve Sykes, 2021; Steinberg, 2021; O'Reilly, Henshaw ve Flett, 2022). Tüm bu müdahale hizmetlerinin bir bütün olarak ele alınması, toplumun farklı kesimlerini temsil eden kurum ve kuruluşların desteği ve iş birliğiyle hayata geçirilmesi gerektiği göz önünde bulundurulmalıdır.

### 3. ÇALIŞMA YÖNTEMİ VE PLANI

#### 3.1 Araştırma Modeli

Bu araştırmada lise çağı ergen bireylerde akran zorbalığı ile benlik saygısı ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Ayrıca, araştırmada akran zorbalığını etkileyebilecek, yaş, cinsiyet, lise türü, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, birlikte yaşadığı ebeveynleri, anne ve baba eğitim durumu, anne ve baba hayatta olma durumu, anne ve baba mesleği, aylık gelir düzeyi gibi demografik faktörlerin arasında istatistiksel olarak fark olup olmadığı incelendi. Çalışmamıza, Şişli Yunus Emre Anadolu İmam hatip Lisesi ve Şişli Anadolu Lisesi'nde 584 lise öğrencisi dahil edilmiştir. Çalışmamızda akran zorbalığının değerlendirilmesi için Akran Zorbalığı Değerlendirme Ölçeği, Benlik saygısı için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, depresyonun değerlendirilmesi için Ergenler için Depresyon Ölçeği kullanılmıştır.

#### 3.2 Evren ve Örneklem

Çalışmamıza, Şişli Yunus Emre Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Şişli Anadolu Lisesi'nde eğitimine devam eden 584 lise öğrencisi dahil edilmiştir. Katılımcıların 309'u (%52,9) kız, 275'i (%47,1) erkektir. Katılımcıların ortalama yaşları  $15,79 \pm 1,09$ 'dur. Ayrıca katılımcıların 128'i Şişli Yunus Emre Anadolu İmam Hatip Lisesi'nde, (%21,9), 456'sı ise Şişli Anadolu Lisesi'nde (%78,1) öğrenim görmekteydi. Araştırmaya katılan ergenlerin demografik değişkenlerine ilişkin bilgiler Katılımcılara ait demografik bulguları Tablo 3.1 ve Tablo 3.2'de verilmiştir.

**Tablo 3.1** Araştırmaya katılan ergenlerin demografik değişkenlerine ilişkin dağılımları

DEMOGRAFİK BİLGİLER-1	n	%	N
<b>YAŞ</b>			
14	79	13,5	584
15	149	25,5	
16	206	35,3	
17	115	19,7	
18	35	6,0	

<b>CİNSİYET</b>			
Kadın	309	52,9	584
Erkek	275	47,1	
<b>LİSE TÜRÜ</b>			
Anadolu İmam Hatip Lisesi	128	21,9	584
Anadolu Lisesi	456	78,1	
<b>SINIF</b>			
Hazırlık	98	16,8	584
9. Sınıf	111	19,0	
10. Sınıf	77	13,2	
11. Sınıf	215	36,8	
12. Sınıf	83	14,2	
<b>KARDEŞ SAYISI</b>			
Yok	66	11,3	584
1	266	45,5	
2	137	23,5	
3 ve üzeri	115	19,7	
<b>BİRLİKTE YAŞADIĞI</b>			
Anne ve Baba	485	83,0	584
Sadece Anne	74	12,7	
Sadece Baba	17	2,9	
Büyükanne/Büyükbaba	8	1,4	
<b>ANNE EĞİTİM DURUMU</b>			
Sadece Okur-yazar	22	3,77	584
İlkokul Mezunu	114	19,5	
Orta Okul Mezunu	83	14,2	
Lise Mezunu	177	30,3	
Üniversite Mezunu (2 yıllık)	39	6,7	
Üniversite Mezunu (4 yıllık)	114	19,5	

Yüksek Lisans/Doktora Mezunu	35	5,9	
<b>BABA EĞİTİM DURUMU</b>			
Sadece Okur-yazar	64	10,9	584
İlkokul Mezunu	140	23,9	
Orta Okul Mezunu	88	14,2	
Lise Mezunu	115	19,7	
Üniversite Mezunu (2 yıllık)	70	11,9	
Üniversite Mezunu (4 yıllık)	84	14,3	
Yüksek Lisans/Doktora Mezunu	23	3,9	
<b>ANNE/BABA HAYATTA MI?</b>			
Anne ve Baba Hayatta	562	96,2	584
Anne Hayatta Değil	6	1,0	
Baba Hayatta Değil	15	2,6	
Anne ve Baba Hayatta Değil	1	0,2	
<b>ANNE/BABA BİRLİKTELİK DURUMU</b>			
Birlikte	490	83,9	584
Boşandı	68	11,6	
Evli ama Ayrı Yaşıyorlar	21	3,6	
Boşandı ama Aynı Evde Yaşıyorlar	5	0,9	

**Tablo 3.2** Araştırmaya Katılan Ergenlerin Demografik Değişkenlerine ilişkin Dağılımları

<b>DEMOGRAFİK BİLGİLER-2</b>	N	%	N
<b>ANNE MESLEĞİ</b>			
Ev Hanımı	201	34,4	584
Günderlik İşler	101	17,3	
Memur	64	11,0	
İşçi	79	13,5	
Serbest Meslek	77	13,2	

Akademisyen	19	3,3	
Esnaf	43	7,4	
<b>BABA MESLEĞİ</b>			
Gündelik İşler	12	2,1	
İşçi	128	21,9	
Memur	99	17,0	
Serbest Meslek	151	25,9	584
Çiftçi	1	0,2	
Akademisyen	14	2,4	
Esnaf	93	15,9	
Emekli	86	14,7	
<b>AYLIK GELİR DÜZEYİ</b>			
Düşük	22	3,8	
Ortanın Altı	29	5,0	
Orta	325	55,7	584
Ortanın Üstü	168	28,8	
Yüksek	40	6,8	
<b>FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ BEĞENİSİ</b>			
Hiç Beğenmiyorum	38	6,5	
Beğenmiyorum	67	11,5	
Kararsızım	154	26,4	584
Biraz Beğeniyorum	188	32,2	
Çok beğeniyorum	137	23,5	
<b>PSİKOLOJİK DESTEK HİKAYESİ</b>			
Evet	137	23,5	584
Hayır	447	76,5	
<b>PSİKIYATRİK İLAÇ KULLANIM HİKAYESİ</b>			
Evet	67	11,5	584

Hayır	517	88,5	
-------	-----	------	--

### 3.3 Veri Toplama Araçları

#### 3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan ergenlerin demografik özelliklerine ilişkin bilgi edinmek için araştırmacı tarafından bilgi formu geliştirilmiştir. Araştırmacı tarafından geliştirilen bu bilgi formunda, araştırmaya katılan ergenlerin yaş, cinsiyet, lise türü, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, birlikte yaşadığı ebeveynleri, anne ve baba eğitim durumu, anne ve baba hayatta olma durumu, anne ve baba mesleği, ailenin aylık gelir düzeyi, fiziksel görünüş gibi özlük nitelikleri hakkında bilgi toplanmıştır (EK-1).

#### 3.3.2 Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu

Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği Ergen Formu, 6., 7., 8., 9., 10., 11. ve 12. sınıf düzeylerinde öğrenim gören ergenlerin zorbalık davranışı sergileme düzeylerini ve kurban olma düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Ayas ve Pişkin, 2015). Bu ölçek, okullarda öğrenciler arasında görülen zorbalık olaylarını gerçekleştiren “zorba” ve bu olaylara maruz kalan “kurban” öğrencileri belirlemek için tasarlanmıştır (Ayas ve Pişkin, 2015).

Ölçek, toplamda 53 madde ve 6 faktörden oluşmaktadır. Beşli Likert tipi bir ölçüm yapısı bulunmaktadır ve seçenekler “hemen hemen her gün,” “haftada en az bir defa,” “ayda bir defa,” “dönem boyunca bir defa,” ve “hiçbir zaman” şeklinde düzenlenmiştir. Altı alt ölçek şu şekilde tanımlanmıştır: fiziksel, sözel, izolasyon, söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel zorbalık. Bu alt ölçekler, “zorba” ve “kurban” boyutlarını içermektedir. Maddeler şu şekilde sınıflandırılmıştır: 1-15. maddeler fiziksel zorbalık, 16-22. maddeler sözel zorbalık, 23-28. maddeler izolasyon, 29-33. maddeler söylenti yayma, 34-43. maddeler eşyalara zarar verme, 44-53. maddeler ise cinsel zorbalık boyutunu içermektedir. Her madde, “bana yapıldı” ve “ben yaptım” şeklinde iki farklı boyut üzerinden sorulmuş olup, bu ifadeler “kurban ölçeği” ve “zorba ölçeği”ni oluşturmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 53, en yüksek puan ise 265’tir. Katılımcılar, ölçekte belirtilen davranışları hangi sıklıkla

yaptıklarını ve bu davranışlara hangi sıklıkla maruz kaldıklarını işaretlemektedir. Ölçek puanlarının artması, zorbalık yapma ve maruz kalma düzeylerinin artışını göstermektedir.

Ölçeğin yapı geçerliliğini değerlendirmek için doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış ve ölçeğin 53 madde ve 6 faktörden oluşan modelinin kuramsal ve istatistiksel olarak uygun olduğu bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliği Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları ile değerlendirilmiş, zorba alt boyutu için 0.92 ve kurban alt boyutu için 0.93 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar, ölçeğin yüksek düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir (Ayas ve Pişkin, 2015). (EK-2)

### 3.3.3 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg Self-Esteem Scale), Morris Rosenberg tarafından 1965 yılında geliştirilmiş ve bireylerin benlik saygısına dair alt boyutlardan öz saygı ve özgüven düzeylerini ölçmeyi amaçlayan bir araçtır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada, ölçeğin geçerlilik katsayısı 0.71 olarak bulunmuş, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise 0.75 olarak saptanmıştır. Bu katsayılar, ölçeğin Türkiye'deki kullanımı için yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Gottman ölçüm şekline göre düzenlenmiş olup, pozitif ve negatif yüklü maddeler ardışık olarak sıralanmıştır. Ölçek, toplamda 12 alt kategoriden oluşmaktadır. Benlik saygısı alt ölçeğinde 6 madde yer almakta olup, ölçeğin tamamında toplam 10 soru bulunmaktadır. Sorular olumlu ve olumsuz yüklü maddeler olarak ardışık şekilde sıralanmıştır.

Her soru için belirli bir puanlama sistemi bulunmaktadır. Örneğin, Madde I'de üç soru yer almakta ve bu sorulardan iki tanesinde puan alıcı yanıt işaretlenirse katılımcı 1 puan almaktadır (2/3 doğru = 1 puan). Benzer şekilde, Madde II ve Madde VI'da iki soru yer almakta ve herhangi birinde puan alıcı yanıt işaretlenmesi durumunda 1 puan verilmektedir (1/2 doğru = 1 puan). Madde III, IV ve V'deki her bir soruya verilen doğru cevap 1 puan kazandırmaktadır.

Ölçeğin değerlendirme sistemine göre denekler 0 ile 6 arasında puan almaktadır. Ölçek, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güvenme, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, psikosomatik belirtiler, kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılma derecesi, ana-baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyon gibi alt ölçekleri içermektedir. Bu alt ölçeklerin değerlendirilmesinde cevap anahtarı kullanılmakta ve her doğru cevaba bir puan verilmektedir. (EK-3).

### 3.3.4 Ergenler İçin Depresyon Ölçeği

Ergen Depresyon Ölçeği (Adolescent's Depression Inventory, CDI), 7-17 yaş arası çocuk ve ergenlerin depresyon düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçek, çocukluk ve yetişkinlik dönemlerindeki depresyondan farklı belirtiler gösteren ergen depresyonunun duyuşsal, bilişsel ve davranışsal boyutlarını ölçmektedir. Maria Kovacs tarafından 1985 yılında oluşturulan bu ölçek, toplamda 27 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları şu şekildedir: “olumsuz duygu durumu,” “kişilerarası problemler,” “yetersizlik,” “zevk alamama” ve “olumsuz öz-saygı.”

Katılımcılar, çoktan seçmeli üç ifadeden kendilerine en uygun olanını seçerek yanıt vermektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0 ile 54 arasında değişmektedir. Puanların artması, depresif belirtilerin de arttığını göstermektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Oy (1991) tarafından yapılmıştır. Türkçe formun geçerlilik incelemesinde, EDÖ ile başka bir depresyon ölçeği arasında anlamlı bir korelasyon bulunmuş, bu da ölçeğin depresif belirtileri ölçmede geçerli bir araç olduğunu göstermiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach alpha) 0.80 olarak hesaplanmıştır. Bu değer, ölçeğin maddelerinin birbirleriyle tutarlı olduğunu ve güvenilir bir ölçüm sağladığını ortaya koymaktadır. Ayrıca test-tekrar test güvenilirliği çalışmasında, iki hafta arayla yapılan uygulamalar arasında yüksek düzeyde korelasyon bulunmuştur. Bu sonuç, ölçeğin zaman içinde kararlı sonuçlar verdiğini göstermektedir. (EK-4).

### 3.4 Veri Analizi

Çalışma verilerinin istatistiksel analizi için tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Demografik gruplar arasında fark olup olmadığı incelenmesi için, parametrik dağılım gösteren veriler ile ikili gruplar arasında t testi, çoklu gruplar ikili karşılaştırmalarda *Post Hoc* testleri kullanılmıştır.



## 4. BULGULAR

Araştırmaya katılan ergenlerin 309'u (%52,9) kız, 275'i (%47,1) erkek olmak üzere toplam 584 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin yaş ortalamaları  $15,79 \pm 1,09$  olarak hesaplanmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin akran zorbalığı, benlik saygısı ve depresyon düzeylerine ilişkin ortalama değerlerine ilişkin veriler Tablo 4.1'de verilmiştir.

**Tablo 4.1.** Araştırmaya katılan ergenlerin akran zorbalığı, benlik saygısı ve depresyon düzeylerine ilişkin ortalama değerleri

ÖLÇEKLER	N	EKD	EBD	ORT	SS
<b>EDÖ</b>	584	9,00	40,00	25,70	3,31
<b>RBSÖ</b>					
Kendilik Kavramı		0	5,00	3,82	1,05
Güven Duyma	584	0	5,00	1,70	0,91
Eleştiri Duyarlılık		0	3,00	1,65	1,10
ToplamPuan		0	5,34	1,62	1,05
<b>AZBÖ_EF</b>					
Zorba Toplam Puan		53	265	85,38	41,07
Kurban Toplam Puan		53	265	89,52	39,95
Zorba-Fiziksel Puan		14	70	26,38	13,56
Kurban-Fiziksel		13	65	26,28	12,28
Zorba-Sözel	584	8	40	14,70	7,60
Kurban-Sözel		8	40	14,89	7,00
Zorba-Dışlama		6	30	9,51	5,41
Kurban-Dışlama		6	30	9,79	6,62
Zorba-Söylenti Çıkarma		5	25	6,80	4,00
Kurban-Söylenti Çıkarma		5	25	7,83	4,48
Zorba-Eşyalara Zarar		10	50	13,82	7,71

Kurban-Eşyalara Zarar		10	50	14,28	7,56
Zorba-Cinsellik		10	50	14,18	7,78
Kurban-Cinsellik		11	55	16,45	8,90
<b>EDÖ:</b> Ergen Depresyon Ölçeği, <b>RBSÖ:</b> Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, <b>AZBÖ-EF:</b> Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu, <b>N:</b> Katılımcı Sayısı, <b>EKD:</b> En Küçük Değer, <b>EBD:</b> En Büyük Değer, <b>ORT:</b> Ortalama Değer, <b>SS:</b> Standart Sapma					

Araştırmaya katılan ergenlerin ait, Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği, zorba boyutunda ortalama değeri 85,38±41,07 iken; kurban boyutunda boyutunda 89,52±39,95 olarak bulunmuştur. Ayrıca Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ortalama değerleri 1,62±1,05 ve Ergen Depresyon Ölçeği ortalama değeri 25,70±3,31, kendilik boyutunda 3,82±1,05, güven duyma boyutunda 1,70±0,91 ve eleştiri duyarlılık boyutunda 1,65±1,10 olarak hesaplanmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin cinsiyetlerine ilişkin analizlerine Tablo 4.2’te yer verilmiştir.

**Tablo 4.2.** Ergen Depresyon Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeklerinin cinsiyetler arasındaki karşılaştırma analizleri

<b>ÖLÇEKLER ve ALT GRUPLARI-1</b>	<b>CİNSİYET</b>	<b>ORT</b>	<b>SS</b>	<b>Grup Karşılaştırılması</b>	<b>n</b>
<b>EDÖ</b>	Kadın	25,55	4,01	<b>Z= 0.825; p= 0.251</b>	<b>584</b>
	Erkek	25,87	4,44		
<b>RBSÖ</b>					
Benlik Saygısı	Kadın	1,73	0,46	<b>Z= 2.564; p= 0.011</b>	<b>584</b>
	Erkek	1,50	0,68		
Kendilik Kavramı	Kadın	3,93	1,05	<b>Z= 3.012; p=0.003</b>	<b>584</b>
	Erkek	3,68	1,16		
Güven Duyma	Kadın	1,61	0,24	<b>Z= 2.508; p= 0.011</b>	<b>584</b>
	Erkek	1,80	0,44		
Eleştiri Duyarlılık	Kadın	1,99	0,19	<b>Z= 6.163; p&lt;0.001</b>	<b>584</b>
	Erkek	1,28	0,27		
<b>EDÖ:</b> Ergen Depresyon Ölçeği, <b>RBSÖ:</b> Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, <b>ORT:</b> Ortalama Değerler, <b>SS:</b> Standart Sapma, <b>n:</b> Kişi Sayısı					

Araştırmaya katılan ergenlerin cinsiyetlerine göre depresyon düzeyleri incelendiğinde ( $Z= 0.825$ ;  $p= 0.251$ ), Ergen depresyon ölçeği boyutunda anlamlı bir fark bulunamamıştır. Yine araştırmaya katılan ergenlerin benlik saygıları cinsiyetlere göre incelendiğinde kendilik kavramı alt boyutunda ( $Z= 2.564$ ;  $p= 0.011$ ), güven alt boyutunda ( $Z= 2.508$ ;  $p= 0.011$ ) ve eleştiriye duyarlılık alt boyutunda ( $Z= 6.163$ ;  $p<0.001$ ) kız ergenlerin, erkek ergenlere göre kendilik kavramı ve eleştiriye duyarlılık alt boyutlarında puanları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Kız ergenlerin kendilik puan ortalamalarının daha yüksek çıkması erkek ergenlere göre kendilik algılarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan kız ergenlerin, eleştiriye duyarlılık boyutunda erkek ergenlere göre puanlarının yüksek olması kız ergenlerin eleştiriye daha duyarlı olduklarını ve benlik saygılarının bundan etkilendiği belirlenmiştir. Ayrıca erkek ergenlerin, güven alt boyutunda puanlarının kız ergenlere göre daha yüksek bulunması erkek ergenlerin güven arayışlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Tablo 4.3'te ergenlerin cinsiyetlerine göre akran zorbalığına ilişkin analizlerine yer verilmiştir.

**Tablo 4.3.** Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu'nun cinsiyetler arasındaki karşılaştırma analizleri

ÖLÇEKLER ve ALT GRUPLARI-2		CİNSİYET	ORT	SS	Grup Karşılaştırılması	n
AZBÖ_EF						
ZORBA	Toplam Puan	<i>Kadın</i>	76,09	21,17	<b>Z= 5.830;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>
		<i>Erkek</i>	95,81	24,45		
	Fiziksel	<i>Kadın</i>	23,48	7,11	<b>Z= 5.228;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>
		<i>Erkek</i>	29,64	6,98		
	Sözel	<i>Kadın</i>	12,87	6,12	<b>Z= 5.538;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>
		<i>Erkek</i>	16,75	7,77		
	Dışlama	<i>Kadın</i>	8,55	4,97	<b>Z= 6.257;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>
		<i>Erkek</i>	10,58	4,87		
	Söylenti Yayma	<i>Kadın</i>	6,18	2,25	<b>Z= 4.457;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>
		<i>Erkek</i>	7,49	3,55		
		<i>Kadın</i>	12,52	5,01		<b>584</b>

	Eşya Zarar Verme	<i>Erkek</i>	15,28	7,05	<b>Z= 4.593;</b> <b>p&lt;0.001</b>		
	Cinsel	<i>Kadın</i>	12,50	4,44	<b>Z= 3.911;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>	
<i>Erkek</i>		16,07	5,99				
<b>KURBAN</b>	Toplam	<i>Kadın</i>	81,38	30,19	<b>Z= 5.094;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>	
		<i>Erkek</i>	98,67	37,91			
	Fiziksel	<i>Kadın</i>	23,77	8,01	<b>Z= 5.106;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>	
		<i>Erkek</i>	29,09	8,97			
	Sözel	<i>Kadın</i>	13,37	5,55	<b>Z= 6.067;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>	
		<i>Erkek</i>	16,60	6,98			
	Dışlama	<i>Kadın</i>	9,05	3,91	<b>Z= 3.541;</b> <b>p=0.011</b>	<b>584</b>	
		<i>Erkek</i>	10,63	4,07			
	Söylenti Yayma	<i>Kadın</i>	7,22	3,33	<b>Z= 4.834;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>	
		<i>Erkek</i>	8,51	5,06			
	Eşya Zarar Verme	<i>Kadın</i>	13,16	7,02	<b>Z= 3.109;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>	
		<i>Erkek</i>	15,54	7,14			
	Cinsel	<i>Kadın</i>	14,81	6,08	<b>Z= 6.163;</b> <b>p&lt;0.001</b>	<b>584</b>	
		<i>Erkek</i>	18,29	8,89			
	<b>AZBÖ-EF: Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu, ORT: Ortalama Değerler, SS: Standart Sapma, n: Kişi Sayısı</b>						

Araştırmaya katılan ergenlerin cinsiyetlerine göre akran zorbalığı toplam puanları incelendiğinde ( $Z= 5.830$ ;  $p<0.001$ ), erkek ergenlerin kız ergenlere göre ortalama puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Erkek ergenlerin kız ergenlere göre zorba davranışlar açısından daha yüksek oranda akran zorbalığı gösterdiği bulunmuştur. Buna göre araştırmaya katılan erkek ergenlerin kız ergenlere göre akran zorbalığı belirleme ölçeği fiziksel alt boyutunda ( $Z= 5.228$ ;  $p<0.001$ ), sözel alt boyutunda ( $Z= 5.538$ ;  $p<0.001$ ), dışlama alt boyutunda ( $Z= 6.257$ ;  $p<0.001$ ), söylenti yayma alt boyutunda ( $Z= 4.457$ ;  $p<0.001$ ), eşyalara zarar verme ( $Z= 4.593$ ;  $p<0.001$ ) alt boyutunda ve cinsel zorbalık alt boyutunda ( $Z= 3.911$ ;  $p<0.001$ ) ortalama puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin cinsiyetlerine göre akran zorbalığı toplam puanları incelendiğinde kurban boyutunda olan ( $Z= 5.094$ ;  $p<0.001$ ) erkek ergenlerin, kız ergenlere göre daha yüksek düzeyde ortalama kurban puanlarının olduğu bulunmuştur. Bu araştırmaya göre Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği kurban alt ölçeklerinden olan fiziksel alt boyutunda ( $Z= 5.106$ ;  $p<0.001$ ), sözel alt boyutunda ( $Z= 6.067$ ;  $p<0.001$ ), dışlama alt boyutunda ( $Z= 3.541$ ;  $p=0.011$ ), söylenti yayma alt boyutunda ( $Z= 4.834$ ;  $p<0.001$ ), eşyalara zarar verme alt boyutunda ( $Z= 3.109$ ;  $p<0.001$ ) ve cinsel kurban olma alt boyutunda ( $Z= 6.163$ ;  $p<0.001$ ) erkek ergenlerin ortalama puanlarının kız ergenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Akran Zorbalığı Ölçeğinin zorba ve kurban alt boyutlarında erkek ergenlerin kız ergenlere göre zorbalık yapma davranışı ve kurban olma davranışlarında kendi içlerinde daha yaygın olarak başvurdukları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin, sınıf düzeylerine ilişkin verilere Tablo 4.4’de yer verilmiştir.

**Tablo 4.4.** Araştırmaya katılan ergenlerin akran zorbalığı düzeylerinin sınıf düzeylerine ilişkin analizleri

AZBÖ_EF		SINIF TÜRÜ	ORT	SS	Grup Karşılaştırılması	N
<b>ZORBA</b>	Toplam Puan	Hazırlık	87,37	41,17	$X^2=0.871$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		9. Sınıf	75,54	30,68		
		10. Sınıf	92,66	51,16		
		11.Sınıf	89,11	44,26		
		12. Sınıf	79,81	30,56		
	Fiziksel	Hazırlık	26,63	13,76	$X^2=3.061$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		9. Sınıf	22,95	10,78		
		10. Sınıf	29,22	16,59		
		11.Sınıf	28,05	13,97		
		12. Sınıf	23,72	11,19		
	Sözel	Hazırlık	15,00	7,14	$X^2=2,994$ ; $p>0.05$	<b>584</b>

		9. Sınıf		13,12	6,36		
		10. Sınıf		15,73	8,87		
		11.Sınıf		15,10	8,06		
		12. Sınıf		14,43	6,96		
	Dışlama	Hazırlık		9,66	5,28	$X^2=4.014$ ; $p>0.05$	584
		9. Sınıf		8,77	4,43		
		10. Sınıf		10,01	6,61		
		11.Sınıf		9,91	5,86		
		12. Sınıf		8,82	4,14		
	Söylenti Yayma	Hazırlık		7,17	4,38	$X^2=0.801$ ; $p>0.05$	584
		9. Sınıf		6,19	3,20		
		10. Sınıf		7,59	4,78		
		11.Sınıf		6,90	4,37		
		12. Sınıf		6,16	2,20		
	Eşya Zarar Verme	Hazırlık		14,21	8,13	$X^2=0.597$ ; $p>0.05$	584
		9. Sınıf		11,97	5,44		
		10. Sınıf		15,32	9,74		
		11.Sınıf		14,52	8,45		
		12. Sınıf		12,61	4,61		
	Cinsel	Hazırlık		14,68	7,65	$X^2=0.805$ ; $p>0.05$	584
		9. Sınıf		12,55	5,26		
		10. Sınıf		14,78	9,43		
		11.Sınıf		14,63	8,48		

		12. Sınıf		14,06	7,03		
<b>KURBAN</b>	<b>Toplam Puan</b>	Hazırlık		90,53	40,86	$X^2=2.475; p>0.05$	<b>584</b>
		9. Sınıf		81,80	34,89		
		10. Sınıf		95,86	45,10		
		11.Sınıf		93,56	42,56		
		12. Sınıf		82,31	30,23		
	<b>Fiziksel</b>	Hazırlık		26,24	12,36	$X^2=3.356; p>0.05$	<b>584</b>
		9. Sınıf		23,66	9,90		
		10. Sınıf		28,23	14,53		
		11.Sınıf		28,12	12,59		
		12. Sınıf		23,35	10,94		
	<b>Sözel</b>	Hazırlık		14,83	6,55	$X^2=0.889; p>0.05$	<b>584</b>
		9. Sınıf		13,77	6,05		
		10. Sınıf		16,35	8,38		
		11.Sınıf		15,18	6,54		
		12. Sınıf		14,36	7,24		
	<b>Dışlama</b>	Hazırlık		10,10	5,88	$X^2=1.781; p>0.05$	<b>584</b>
		9. Sınıf		8,89	5,17		
		10. Sınıf		10,79	6,78		
		11.Sınıf		9,96	5,62		
		12. Sınıf		9,27	4,58		
<b>Söylenti Yayma</b>	Hazırlık		8,17	4,74	$X^2=2.260; p>0.05$	<b>584</b>	
	9. Sınıf		7,29	4,28			

		10. Sınıf		8,45	4,90		
		11.Sınıf		8,07	4,67		
		12. Sınıf		6,94	3,23		
	Eşya Zarar Verme	Hazırlık		14,57	7,43	$X^2=0.869$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		9. Sınıf		12,84	6,76		
		10. Sınıf		15,36	8,22		
		11.Sınıf		15,11	8,50		
		12. Sınıf		12,73	4,48		
	Cinsel	Hazırlık		16,70	8,92	$X^2=1.483$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		9. Sınıf		15,35	8,07		
		10. Sınıf		16,66	8,79		
		11.Sınıf		17,12	9,87		
		12. Sınıf		15,66	7,24		
<b>AZBÖ-EF:</b> Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu, <b>ORT:</b> Ortalama, <b>SS:</b> Standart Sapma, <b>n:</b> Kişi Sayısı							

Araştırmaya katılan ergenlerin akran zorbalığı düzeylerinin sınıf düzeylerine ilişkin analizleri incelendiğinde; 10. Sınıf düzeyinde olan ergenlerin zorba toplam puanlarının 10. sınıf düzeyinde diğer sınıf düzeylerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu araştırmaya göre zorba alt boyutlarından olan sözel ve dışlama alt boyutlarında 10. Sınıf düzeyinde olan ergenlerin diğer sınıf düzeylerindeki ergen bireylere göre daha yüksek düzeyde zorba davranışlar sergiledikleri görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bu bulgular incelendiğinde, 10. sınıf düzeyindeki ergenlerin zorba alt boyutlarından olan sözel ve dışlama alt boyutlarında diğer sınıf düzeylerine göre kendi içlerinde daha çok zorba davranışlarda buldukları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin sınıf düzeylerine göre akran zorbalığının kurban alt boyutu incelendiğinde tüm düzeylerde anlamlı bir sonuç bulunamamıştır.

Araştırmaya katılan ergenlerin, birlikte yaşadıkları ebeveynlerine ilişkin analizleri Tablo 4.5’de yer verilmiştir.

**Tablo 4.5.** Araştırmaya katılan ergenlerin birlikte yaşadıkları ebeveynlerine ilişkin analizleri

AZBÖ_EF		BİRLİKTE YAŞADIĞI	ORT	SS	Grup Karşılaştırılması	N
ZORBA	Toplam puan	<i>Anne ve Baba</i>	84,86	39,47	<b><math>X^2=8.885;</math> <b><math>p=0.032</math></b></b>	<b>584</b>
		<i>Sadece Anne</i>	84,32	43,21		
		<i>Sadece Baba</i>	106,41	31,28		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	82,13	43,07		
	Fiziksel	<i>Anne ve Baba</i>	88,84	38,98	<b><math>X^2=9.127;</math> <b><math>p=0.021</math></b></b>	<b>584</b>
		<i>Sadece Anne</i>	90,74	42,75		
		<i>Sadece Baba</i>	105,95	31,24		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	84,87	38,93		
	Sözel	<i>Anne ve Baba</i>	14,54	7,38	<b><math>X^2=8.902;</math> <b><math>p=0.039</math></b></b>	<b>584</b>
		<i>Sadece Anne</i>	14,88	8,04		
		<i>Sadece Baba</i>	18,29	8,53		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	14,70	7,83		
	Dışlama	<i>Anne ve Baba</i>	9,43	5,27	$X^2=4.202; p>0.05$	<b>584</b>
		<i>Sadece Anne</i>	9,49	4,43		
		<i>Sadece Baba</i>	11,94	8,65		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	9,25	5,26		
	Söylenti Yayma	<i>Anne ve Baba</i>	6,70	3,81	<b><math>X^2=7.994;</math> <b><math>p=0.047</math></b></b>	<b>584</b>
		<i>Sadece Anne</i>	6,88	4,41		
		<i>Sadece Baba</i>	9,11	6,50		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	7,25	4,30		
		<i>Anne ve Baba</i>	13,60	7,20		<b>584</b>

<b>KURBAN</b>	Eşyalara Zarar Verme	<i>Sadece Anne</i>	13,75	6,61	<b><math>X^2=8.201;</math> <b>p=0.041</b></b>	
		<i>Sadece Baba</i>	19,96	12,11		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	14,66	10,43		
	Cinsel	<i>Anne ve Baba</i>	14,01	7,33	<b><math>X^2=9.595;</math> <b>p=0.029</b></b>	<b>584</b>
		<i>Sadece Anne</i>	14,39	8,80		
		<i>Sadece Baba</i>	19,00	11,99		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	12,37	6,48		
	Toplam Puan	<i>Anne ve Baba</i>	88,84	31,72	<b><math>X^2=8.873;</math> <b>p=0.036</b></b>	<b>584</b>
		<i>Sadece Anne</i>	90,74	33,75		
		<i>Sadece Baba</i>	105,95	53,68		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	84,88	38,93		
	Fiziksel	<i>Anne ve Baba</i>	26,45	6,91	$X^2=4.202; p>0.05$	<b>584</b>
<i>Sadece Anne</i>		25,33	10,42			
<i>Sadece Baba</i>		27,71	12,97			
<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>		21,63	10,58			
Sözel	<i>Anne ve Baba</i>	14,79	6,61	$X^2=4.604; p>0.05$	<b>584</b>	
	<i>Sadece Anne</i>	14,82	6,94			
	<i>Sadece Baba</i>	17,94	8,65			
	<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	14,75	6,98			
Dışlama	<i>Anne ve Baba</i>	9,62	5,41	$X^2=5.261; p>0.05$	<b>584</b>	
	<i>Sadece Anne</i>	10,10	6,33			
	<i>Sadece Baba</i>	12,18	7,14			
	<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	10,50	5,99			
Söylenti Yayma	<i>Anne ve Baba</i>	7,64	3,31	$X^2=3.339; p>0.05$	<b>584</b>	
	<i>Sadece Anne</i>	8,64	4,86			

		<i>Sadece Baba</i>	9,54	5,80		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	7,87	4,09		
Eşya Zarar Verme		<i>Anne ve Baba</i>	14,13	7,31	$X^2=4.810$ ; $p>0.05$	584
		<i>Sadece Anne</i>	14,35	8,20		
		<i>Sadece Baba</i>	17,52	10,39		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	15,87	8,81		
Cinsel		<i>Anne ve Baba</i>	16,19	8,58	<b><math>X^2=9.740</math>;</b> <b><math>p=0.011</math></b>	584
		<i>Sadece Anne</i>	17,50	9,98		
		<i>Sadece Baba</i>	20,35	13,14		
		<i>Büyükanne/Büyükbaba</i>	14,25	4,43		
<b>AZBÖ-EF: Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu, ORT: Ortalama Değerler, n: Kişi Sayısı</b>						

Araştırmaya katılan ergenlerin birlikte yaşadığı ebeveyn durumuna göre zorba alt boyutundaki davranışları incelendiğinde zorba alt boyutunun fiziksel, sözel dışlama, söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel alanlarında babası ile birlikte yaşayan ergenlerin diğer ergenlere göre daha fazla zorbalık davranışı sergiledikleri belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan ergenlerin kurban alt boyutunda birlikte yaşadıkları ebeveynlere göre incelendiğinde fiziksel, sözel dışlama, söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel alanlarında babası ile birlikte yaşayan ergenlerin diğer ergenlere göre daha fazla kurban olma davranışı gösterdikleri bulunmuştur.

Araştırmadan elde edilen bu bulgular incelendiğinde, ergenle birlikte yaşayan ebeveynin sadece baba olduğunda bu ebeveynin ergenlerin sosyal, duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını yeterli düzeyde karşılayamadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin ebeveynlerin hayatta olma durumlarına göre analizleri Tablo 4.6'da verilmiştir.

**Tablo 4.6.** Araştırmaya katılan ergenlerin anne/baba hayatta olma durumuna göre depresyon ve benlik saygısı puanlarına ilişkin analizleri

<b>ÖLÇEKLER ve ALT GRUPLARI-1</b>	<b>ANNE/BABA HAYATTA OLMA DURUMU</b>	<b>ORT</b>	<b>SS</b>	<b>Grup Karşılaştırılması</b>	<b>N</b>
<b>EDÖ</b>	İkisi de Hayatta	25,79	3,25	$X^2=1.788; p>0.05$	<b>584</b>
	Anne Hayatta Değil	22,23	5,68		
	Baba Hayatta Değil	27,20	3,84		
	İki de Hayatta Değil	25,00	-		
<b>RBSÖ</b>					
Benlik Saygısı	İkisi de Hayatta	1,62	1,04	$X^2=2,593; p>0.05$	<b>584</b>
	Anne Hayatta Değil	1,83	0,95		
	Baba Hayatta Değil	1,64	1,23		
	İkisi de Hayatta Değil	2,76	-		
Kendilik Kavramı	İkisi de Hayatta	3,81	1,04	$X^2=1.129; p>0.05$	<b>584</b>
	Anne Hayatta Değil	3,66	1,36		
	Baba Hayatta Değil	3,93	1,03		
	İki de Hayatta Değil	4,00	-		
Güven Duyma	İkisi de Hayatta	1,68	0,88	$X^2=4.007; p>0.05$	<b>584</b>
	Anne Hayatta Değil	2,67	1,03		
	Baba Hayatta Değil	2,20	1,15		
	İki de Hayatta Değil	4,00	-		

Eleştiri Duyarlılık	İkisi de Hayatta	1,66	1,11	$X^2=3.771; p>0.05$	<b>584</b>
	Anne Hayatta Değil	1,83	0,75		
	Baba Hayatta Değil	1,40	1,06		
	İki de Hayatta Değil	1,00	-		
<b>ÇDÖ:</b> Çocuk Depresyon Ölçeği, <b>RBSÖ:</b> Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, <b>ORT:</b> Ortalama Değerler, <b>n:</b> Kişi Sayısı					

Araştırmaya katılan ergenlerin anne/baba hayatta olma durumuna göre depresyon ve benlik saygısı puanlarına ilişkin analizleri incelendiğinde benlik saygısı ve depresyon ortalama puanlarında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin anne baba hayatta olup olmama durumlarına göre akran zorbalığı analizlerine Tablo 4.7’de yer verilmiştir.

**Tablo 4.7.** Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu’nun anne/baba hayatta olma durumuna ilişkin analizleri

ÖLÇEKLER ve ALT GRUPLARI-2		ANNE/BABA HAYATTA OLMA DURUMU	ORT	SS	Grup Karşılaştırılması	N
AZBÖ_EF						
<b>ZORBA</b>	Toplam Puan	İkisi de Hayatta	84,05	39,33	$X^2=10.098; p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	129,17	55,93		
		Baba Hayatta Değil	108,44	60,62		
		İki de Hayatta Değil	224,00	-		
	Fiziksel	İkisi de Hayatta	26,13	13,33	$X^2=4.351; p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	35,17	17,73		
		Baba Hayatta Değil	29,53	16,07		

		İki de Hayatta Değil	67,00	-		
Sözel		İkisi de Hayatta	14,54	7,49	$X^2=2.959$ $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	18,00	7,32		
		Baba Hayatta Değil	17,93	9,82		
		İki de Hayatta Değil	33,00	-		
Dışlama		İkisi de Hayatta	9,35	5,25	$X^2=2.842$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	13,50	7,64		
		Baba Hayatta Değil	12,40	7,09		
		İki de Hayatta Değil	30,00	-		
Söylenti Yayma		İkisi de Hayatta	6,62	2,44	$X^2=12.607$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	12,67	4,16		
		Baba Hayatta Değil	9,81	5,12		
		İki de Hayatta Değil	24,00	-		
Eşya Zarar Verme		İkisi de Hayatta	13,53	7,31	$X^2=13.950$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	23,66	13,06		
		Baba Hayatta Değil	19,33	9,95		
		İki de Hayatta Değil	35,00	-		
Cinsel		İkisi de Hayatta	13,87	7,33	$X^2=14.083$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	26,15	11,39		

		Baba Hayatta Değil	19,04	11,96		
		İki de Hayatta Değil	35,00	-		
<b>KURBAN</b>	Toplam Puan	İkisi de Hayatta	88,44	39,92	$X^2=8.788$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	111,83	40,26		
		Baba Hayatta Değil	114,53	58,46		
		İki de Hayatta Değil	190,00	-		
	Fiziksel	İkisi de Hayatta	26,11	12,20	$X^2=4.012$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	31,83	12,49		
		Baba Hayatta Değil	29,85	14,78		
		İki de Hayatta Değil	41,00	-		
	Sözel	İkisi de Hayatta	14,77	6,95	$X^2=1.918$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	16,83	7,94		
		Baba Hayatta Değil	18,04	8,38		
		İki de Hayatta Değil	21,00	-		
	Dışlama	İkisi de Hayatta	9,61	5,41	$X^2=9.995$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	13,33	7,52		
		Baba Hayatta Değil	13,66	8,02		
		İki de Hayatta Değil	30,00	-		
		İkisi de Hayatta	7,73	4,37	$X^2=4.099$ ; $p>0.05$	<b>584</b>

	Söylenti Yayma	Anne Hayatta Değil	8,33	3,20	$X^2=8.645; p>0.05$	<b>584</b>		
		Baba Hayatta Değil	10,27	6,06				
		İki de Hayatta Değil	25,00	-				
	Eşya Zarar Verme	İkisi de Hayatta	14,06	7,23				
		Anne Hayatta Değil	18,67	8,05				
		Baba Hayatta Değil	19,73	11,51				
		İki de Hayatta Değil	35,00	-				
	Cinsel	İkisi de Hayatta	16,15	8,60			$X^2=9.804; p>0.05$	<b>584</b>
		Anne Hayatta Değil	23,33	12,01				
		Baba Hayatta Değil	23,53	13,06				
		İki de Hayatta Değil	38,00	-				
	<b>AZBÖ-EF: Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu, ORT: Ortalama Değerler, n: Kişi Sayısı</b>							

Araştırmaya katılan ergenlerin anne/baba hayatta olma durumuna göre akran zorbalığı davranışlarına ilişkin analizleri incelendiğinde zorba ve kurban alt boyutları ortalama puanlarında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin ailelerinin aylık gelir düzeylerine ilişkin analizler Tablo 4.8’de verilmiştir.

**Tablo 4.8.** Araştırmaya katılan ergenlerin ailelerinin aylık gelir düzeylerine ilişkin analizleri

AZBÖ_EF		AYLIK GELİR	ORT	SS	Grup Karşılaştırılması	n
<b>ZORBA</b>	Toplam Puan	Düşük	97,34	47,05	$X^2=13.006; p<0.001$	<b>584</b>
		Ortanın Altı	72,75	25,57		
		Orta	83,07	40,05		

		Ortanın Üstü	84,48	38,43		
		Yüksek	110,35	49,16		
	Fiziksel	Düşük	25,91	13,76	$X^2=4.101$ ; $p>0.05$	584
		Ortanın Altı	22,79	11,11		
		Orta	25,94	14,51		
		Ortanın Üstü	26,12	13,27		
		Yüksek	33,88	16,10		
	Sözel	Düşük	15,77	9,04	$X^2=8.805$ ; $p=0.046$	584
		Ortanın Altı	12,66	5,82		
		Orta	14,21	6,13		
		Ortanın Üstü	14,85	5,63		
		Yüksek	18,90	7,50		
	Dışlama	Düşük	11,32	7,15	$X^2=14.530$ ; $p<0.001$	584
		Ortanın Altı	7,93	2,73		
		Orta	9,09	5,15		
		Ortanın Üstü	9,39	5,20		
		Yüksek	13,58	6,06		
	Söylenti Yayma	Düşük	9,22	6,78	$X^2=13.904$ ; $p<0.001$	584
		Ortanın Altı	5,62	2,08		
		Orta	6,55	3,62		
		Ortanın Üstü	6,66	3,90		
		Yüksek	8,88	5,36		
	Eşya Zarar Verme	Düşük	17,95	12,09	$X^2=15.008$ ; $p<0.001$	584
		Ortanın Altı	11,41	3,32		
		Orta	13,66	6,44		
		Ortanın Üstü	13,15	7,01		
		Yüksek	16,25	9,05		
	Cinsel	Düşük	17,55	10,73	$X^2=13.997$ ; $p<0.001$	584
		Ortanın Altı	12,24	4,96		

		Orta	13,66	7,46		
		Ortanın Üstü	13,94	7,07		
		Yüksek	18,88	9,98		
<b>KURBAN</b>	Toplam Puan	Düşük	108,36	52,93	<b><math>X^2=9.952;</math> <math>p=0.031</math></b>	<b>584</b>
		Ortanın Altı	81,11	33,76		
		Orta	81,34	38,66		
		Ortanın Üstü	87,83	38,62		
		Yüksek	109,75	44,86		
	Fiziksel	Düşük	27,91	13,15	$X^2=2.697; p>0.05$	<b>584</b>
		Ortanın Altı	24,20	11,35		
		Orta	25,87	12,69		
		Ortanın Üstü	25,90	12,71		
		Yüksek	31,73	15,59		
	Sözel	Düşük	18,23	8,98	$X^2=4.005; p>0.05$	<b>584</b>
		Ortanın Altı	14,03	6,66		
		Orta	14,49	5,98		
		Ortanın Üstü	14,75	7,07		
		Yüksek	17,50	8,12		
	Dışlama	Düşük	12,68	5,55	<b><math>X^2=10.888;</math> <math>p=0.002</math></b>	<b>584</b>
		Ortanın Altı	9,14	4,12		
		Orta	9,60	3,99		
		Ortanın Üstü	9,39	4,19		
		Yüksek	11,90	5,05		
Söylenti Yayma	Düşük	9,90	4,22	<b><math>X^2=10.994;</math> <math>p=0.001</math></b>	<b>584</b>	
	Ortanın Altı	6,72	2,02			
	Orta	7,60	3,04			
	Ortanın Üstü	7,57	3,33			
	Yüksek	10,45	4,09			
		Düşük	18,86	8,81		<b>584</b>

	Eşya Zarar Verme	Ortanın Altı	12,10	5,19	<b><math>X^2=14.700;</math> <math>p&lt;0.001</math></b>	<b>584</b>
		Orta	14,07	6,10		
		Ortanın Üstü	13,88	5,99		
		Yüksek	16,75	7,77		
	Cinsel	Düşük	20,77	9,97	<b><math>X^2=15.077;</math> <math>p&lt;0.001</math></b>	
		Ortanın Altı	15,27	8,10		
		Orta	15,70	8,01		
		Ortanın Üstü	16,33	7,84		
		Yüksek	21,43	10,11		
<b>AZBÖ-EF: Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu, ORT: Ortalama, SS: Standart Sapma, n: Kişi Sayısı</b>						

Araştırmaya katılan ergenlerin ailelerinin aylık gelir düzeylerine göre ergenlerin akran zorbalığı davranışları incelendiğinde, yüksek gelir seviyesine sahip ergenlerin diğer gelir düzeylerine göre daha fazla akran zorbalığı davranışı sergilediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin aile gelir düzeylerine göre zorba alt boyutları incelendiğinde; sözel, dışlama, söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel alt boyutlarında da yüksek gelir seviyesine sahip ergenlerin diğer gelir düzeylerine göre akran zorbalığı davranışını daha çok gösterdikleri bulunmuştur. Aynı araştırmada aylık gelir düzeyi yüksek olan ergenlerin akran zorbalığı kurban olma alt boyutu toplam puanının diğer gelir düzeyine sahip ergenlere göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte araştırmaya katılan ergenlerin ailelerinin aylık gelir düzeylerine ilişkin analizleri incelendiğinde zorba ölçeğinin kurban olma alt boyutlarında yüksek gelir seviyesine sahip ergenlerin diğer gelir düzeylerine göre daha fazla kurban olma davranışı sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin aile gelir düzeylerine göre kurban olma alt boyutları incelendiğinde; sözel, dışlama ve eşyalara zarar verme alt boyutlarında düşük gelir seviyesine sahip ergenlerin daha yüksek düzeyde kurban olma davranışı sergiledikleri bulunmuştur. Aynı araştırmada aylık gelir düzeyi yüksek olan ergenlerin kurban olma alt boyutları incelendiğinde; fiziksel, söylenti yayma ve cinsel alt boyutlarında daha yüksek düzeyde kurban olma davranışı sergiledikleri görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bu bulgular incelendiğinde yüksek gelir düzeyine sahip ergenlerin ve düşük gelir

düzeğine sahip ergenlerin iki uç boyutta ya zorba davranışlar sergiledikleri ya da kurban olma davranışı gösterdikleri sonucuna varılmıştır. Ailelerin her iki uç boyutta olan gelir seviyesi düzeylerinin; ergenlerin zorba davranışlar gösterme veya kurban olma konusunda bu değişkenden etkilendikleri bulunmuştur. Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile depresyon ve benlik saygısı düzeylerine ilişkin analizler Tablo 4.9’da verilmiştir:

**Tablo 4.9.** Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile depresyon ve benlik saygısı düzeylerine ilişkin analizler

<b>ÖLÇEKLER ve ALT GRUPLARI-1</b>	<b>FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ</b>	<b>ORT</b>	<b>SS</b>	<b>Grup Karşılaştırılması</b>	<b>N</b>
<b>EDÖ</b>	Hiç Beğenmiyorum	26,50	4,10	$X^2=2.039; p>0.05$	<b>584</b>
	Beğenmiyorum	25,03	3,24		
	Kararsızım	25,63	3,17		
	Biraz beğeniyorum	25,65	3,25		
	Çok Beğeniyorum	25,95	3,33		
<b>RBSÖ</b>					
Benlik Saygısı	Hiç Beğenmiyorum	2,82	1,41	$X^2=14.153; p<0.001$	<b>584</b>
	Beğenmiyorum	2,14	1,04		
	Kararsızım	1,82	0,99		
	Biraz beğeniyorum	1,36	0,91		
	Çok Beğeniyorum	1,16	0,74		
Kendilik Kavramı	Hiç Beğenmiyorum	3,39	1,10	$X^2=10.872; p=0.001$	<b>584</b>
	Beğenmiyorum	4,03	0,94		
	Kararsızım	3,92	0,99		
	Biraz beğeniyorum	3,49	0,95		

	Çok Beğeniyorum	3,82	1,15		
Güven Duyuma	Hiç Beğenmiyorum	2,50	0,95	$X^2=3.338; p>0.05$	<b>584</b>
	Beğenmiyorum	1,72	0,88		
	Kararsızım	1,75	0,91		
	Biraz beğeniyorum	1,59	0,74		
	Çok Beğeniyorum	1,58	0,84		
Eleştiri Duyarlılık	Hiç Beğenmiyorum	1,68	1,04	$X^2=4.851; p>0.05$	<b>584</b>
	Beğenmiyorum	1,97	0,99		
	Kararsızım	1,70	1,10		
	Biraz beğeniyorum	1,67	1,13		
	Çok Beğeniyorum	1,41	1,10		
<b>EDÖ:</b> Ergen Depresyon Ölçeği, <b>RBSÖ:</b> Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, <b>ORT:</b> Ortalama Değerler, <b>n:</b> Kişi Sayısı					

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile depresyon ve benlik saygısı düzeylerine ilişkin analizler incelendiğinde; ergenlerin fiziksel görünüşlerini algılama düzeyi ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Araştırmadan elde edilen veriler incelendiğinde; benlik saygısı düzeyi yüksek olan ergenlerin, fiziksel görünüşlerini beğenmeme düzeyinin yüksek olduğu görülmüştür. Aynı araştırmada benlik saygısı alt boyutlarından kendilik kavramı boyutu yüksek düzeyde olan ergenlerin fiziksel görünüşlerini beğenmeme düzeylerinin de yüksek olduğu bulunmuştur. Bu araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde; ergenlerin benlik saygısı düzeyleri arttıkça fiziksel görünüşlerini algılama düzeylerine ilişkin mükemmeliyetçi bir yaklaşım sergiledikleri görülmüştür. Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile akran zorbalığı düzeylerine ilişkin analizler Tablo 12’de verilmiştir.

**Tablo 4.10.** Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile akran zorbalığı düzeylerine ilişkin analizler

ÖLÇEKLER ve ALT GRUPLARI-1		FİZİKSEL GÖRÜNÜŞ	ORT	SS	Grup Karşılaştırılması	N
AZBÖ-EF						
<b>ZORBA</b>	Toplam Puan	Hiç Beğenmiyorum	90,34	50,18	<b><math>X^2=10.979;</math> <math>p=0.001</math></b>	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	88,25	44,58		
		Kararsızım	89,64	42,85		
		Biraz beğeniyorum	78,27	33,19		
		Çok Beğeniyorum	87,58	43,52		
	Fiziksel	Hiç Beğenmiyorum	26,53	13,93	<b><math>X^2=9.992;</math> <math>p=0.002</math></b>	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	27,58	14,83		
		Kararsızım	28,14	13,88		
		Biraz beğeniyorum	23,94	11,32		
		Çok Beğeniyorum	27,12	14,93		
	Sözel	Hiç Beğenmiyorum	15,03	8,05	<b><math>X^2=9.477;</math> <math>p=0.036</math></b>	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	14,49	7,27		
		Kararsızım	15,25	7,56		
		Biraz beğeniyorum	13,70	9,91		
		Çok Beğeniyorum	15,45	8,48		

	Dışlama	Hiç Beğenmiyorum	9,66	5,91	$X^2=4.844; p>0.05$	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	9,52	5,43		
		Kararsızım	9,53	5,46		
		Biraz beğeniyorum	9,02	4,93		
		Çok Beğeniyorum	10,11	5,84		
	Söylenti Yayma	Hiç Beğenmiyorum	7,45	4,12	$X^2=11.009; p=0.001$	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	7,04	4,01		
		Kararsızım	7,24	4,11		
		Biraz beğeniyorum	6,19	3,02		
		Çok Beğeniyorum	6,83	3,37		
	Eşya Zarar Verme	Hiç Beğenmiyorum	15,18	8,04	$X^2=15.594; p<0.001$	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	14,58	7,42		
		Kararsızım	14,84	6,91		
		Biraz beğeniyorum	12,48	5,19		
		Çok Beğeniyorum	13,75	5,44		
	Cinsel	Hiç Beğenmiyorum	16,50	8,93	$X^2=14.880; p<0.001$	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	15,03	7,79		
		Kararsızım	14,63	6,48		
		Biraz beğeniyorum	12,95	5,52		
		Çok Beğeniyorum	14,31	6,63		
<b>KUR BAN</b>	Toplam Puan	Hiç Beğenmiyorum	103,76	41,44	$X^2=10.603; p=0.018$	<b>584</b>

		Beğenmiyorum	90,12	33,79		
		Kararsızım	89,11	41,46		
		Biraz beğeniyorum	81,14	40,05		
		Çok Beğeniyorum	84,19	39,02		
	Fiziksel	Hiç Beğenmiyorum	29,18	12,21	$X^2=3.007$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	26,91	13,18		
		Kararsızım	27,71	12,65		
		Biraz beğeniyorum	24,75	10,97		
		Çok Beğeniyorum	25,65	12,93		
	Sözel	Hiç Beğenmiyorum	17,42	7,78	$X^2=1.095$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	15,55	6,98		
		Kararsızım	15,66	7,14		
		Biraz beğeniyorum	13,77	6,47		
		Çok Beğeniyorum	14,54	7,11		
	Dışlama	Hiç Beğenmiyorum	12,53	7,24	$X^2=9.881$ ; $p=0.023$	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	9,55	5,83		
		Kararsızım	10,19	5,78		
		Biraz beğeniyorum	9,28	3,33		
		Çok Beğeniyorum	9,79	5,06		
	Söylenti Yayma	Hiç Beğenmiyorum	9,02	4,44	$X^2=4.081$ ; $p>0.05$	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	8,19	3,73		

		Kararsızım	8,31	4,24		
		Biraz beğeniyorum	7,19	3,46		
		Çok Beğeniyorum	7,66	4,13		
	Eşya Zarar Verme	Hiç Beğenmiyorum	16,37	10,01	<b>X<sup>2</sup>=15.854; p&lt;0.001</b>	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	14,85	7,56		
		Kararsızım	15,31	6,56		
		Biraz beğeniyorum	13,12	5,13		
		Çok Beğeniyorum	13,88	7,10		
	Cinsel	Hiç Beğenmiyorum	19,24	10,04	<b>X<sup>2</sup>=15.550; p&lt;0.001</b>	<b>584</b>
		Beğenmiyorum	17,11	8,81		
		Kararsızım	17,02	8,10		
		Biraz beğeniyorum	15,20	6,91		
		Çok Beğeniyorum	16,41	9,01		
<b>AZBÖ-EF: Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu, ORT: Ortalama, SS: Standart Sapma, n: Kişi Sayısı</b>						

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile akran zorbalığı düzeylerine ilişkin analizler incelendiğinde; zorba toplam puanı yüksek olan ergenlerin fiziksel görünüşlerini algılama düzeylerinin düşük olduğu yani fiziksel görünüşlerini hiç beğenmedikleri görülmüştür. Araştırmadan elde edilen veriler incelendiğinde; akran zorbalığını belirleme ölçeğinin alt boyutlarından olan fiziksel boyutta yüksek düzeyde olan ergen bireylerin, fiziksel görünüş açısından kendilerini orta düzeyde yani kararsız olarak algıladıkları bulunmuştur. Bu araştırmadaki diğer verileri incelediğimizde; zorbalık alt boyutlarından olan sözel ve dışlama alt boyut puanlarında yüksek düzeyde olan ergenlerin fiziksel görünüşlerini algılama düzeylerinin daha yüksek olduğu yani fiziksel görünüşlerini çok beğendikleri

görülmüştür. Aynı araştırmadaki zorba alt boyutlarındaki söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel boyutlarda yüksek düzeyde olan ergenlerin fiziksel görünüşlerine dair kendilerini algılama düzeylerinin düşük olduğunu, yani fiziksel görünüşlerini hiç beğenmedikleri bulunmuştur. Araştırma verileri incelendiğinde; akran zorbalığı kurban boyutu ergen toplam puanının daha yüksek olduğu ergen bireylerin, fiziksel görünüşlerini algılama düzeylerinin daha düşük olduğu yani fiziksel görünüşlerini hiç beğenmedikleri görülmüştür. Araştırmada kurban alt boyutlarından olan fiziksel, dışlama, eşyalara zarar verme ve cinsel alt boyutlarda yüksek puana sahip olan bireylerin fiziksel olarak kendilerini algılama düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur. Bu araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde; zorba davranışlar gösteren ergenlerin kendi fiziksel görünüşlerini beğenmediklerini, kendilerini algıladıkları içsel dünyalarında kendileriyle barışık halde olmayıp bedenlerini algıladıkları şekliyle olumsuz yargılara sahip oldukları görülmüştür. Araştırmadan elde edilen diğer bulgular incelendiğinde kurban olma davranışı gösteren ergen bireylerin kendi bedenlerine yönelik algılama düzeylerinin diğer ergenlere göre kendi bedenlerine yönelik algılarında yüksek düzeyde olumsuz bir yargıya sahip oldukları bulunmuştur. Araştırmaya katılan ergenlere uygulanan ölçekler arasındaki ilişkiler Tablo 4.11’de gösterilmiştir.

**Tablo 4.11.** Araştırmaya katılan ergenlere uygulanan ölçekler arasındaki ilişkilerin incelenmesi, ölçekler arasındaki ilişkinin Spermann (r) değerleri

	ÖLÇEKLER ARASI KORELASYON (r)	EDÖ	RBSÖ				N
			Benlik Saygısı	Kendilik Kavramı	Güven Duyma	Eleştiri Duyarlılık	
	<b>EDÖ</b>	1,00	0,032	<b>-0,085*</b>	0,048	0,008	584
<b>AZBÖ-EF</b> <b>ZORBA</b>	<i>Toplam Puan</i>	- 0,023	<b>0,115**</b>	0,068	0,051	0,012	584
	<i>Fiziksel</i>	- 0,031	<b>0,091*</b>	0,069	0,036	0,022	584
	<i>Sözel</i>	0,022	<b>0,104*</b>	0,057	0,029	0,019	584
	<i>Dışlama</i>	0,001	<b>0,097*</b>	0,076	0,062	0,031	584
	<i>Söylenti Yayma</i>	- 0,012	<b>0,112*</b>	0,018	0,039	0,027	584
	<i>Eşya Zarar Verme</i>	- 0,045	<b>0,121**</b>	0,054	0,045	0,016	584
	<i>Cinsel Puan</i>	- 0,041	<b>0,121**</b>	0,031	<b>0,083*</b>	0,013	584

<b>KURBAN</b>	<i>Toplam Puan</i>	-	<b>0,203**</b>	0,072	<b>0,094*</b>	0,048	584
	<i>Fiziksel</i>	-	<b>0,118**</b>	0,069	0,056	0,031	584
	<i>Sözel</i>	0,023	<b>0,209**</b>	0,065	0,059	0,067	584
	<i>Dışlama</i>	0,012	<b>0,203**</b>	0,043	<b>0,130**</b>	<b>0,094*</b>	584
	<i>Söylenti Yayma</i>	0,008	<b>0,205**</b>	0,060	0,055	0,038	584
	<i>Eşya Zarar Verme</i>	-	<b>0,174**</b>	0,036	0,059	<b>0,112*</b>	584
	<i>Cinsel</i>	-	<b>0,163**</b>	0,047	<b>0,091*</b>	0,008	584
		0,015					

**EDÖ:** Ergen Depresyon Ölçeği, **RBSÖ:** Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, **AZBÖ-EF:** Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği-Ergen Formu, **N=** Katılımcı Sayısı, \*\*  $p < 0.01$ ; \*  $p < 0,05$

Araştırmaya katılan ergenlerin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Ergen Depresyon Ölçeği ve Akran Zorbalığını Belirleme Ölçeği alt boyutlarının birbirleri ile aralarındaki korelasyonu incelemek amacı ile Spearman'ın korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Bu araştırmaya katılan ergenlerin zorba toplam puanları ile benlik saygısı toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Aynı araştırmadaki veriler incelendiğinde; ergenlerin zorba alt boyutlarından fiziksel, sözel, dışlama, söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel alt boyutları ile benlik saygısı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Benzer şekilde araştırmadaki diğer bulguları incelediğimizde ergenlerin kurban olma alt boyutlarından fiziksel, sözel, dışlama, söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel alt boyutları ile benlik saygısı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırmaya katılan ergenlerin zorba alt boyutlarından olan cinsel alt boyutu ve benlik saygısı alt boyutlarından güven duyma boyutu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde araştırmadaki ergenlerin kurban toplam puanları ile benlik saygısı alt boyutu ve güven duyma alt boyutlarıyla pozitif düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Araştırmada verileri incelendiğinde ergenlerin, kurban alt boyutun alt boyutlarından olan dışlama boyutu düzeyleri ile benlik saygısı alt boyutlarından güven duyma ve eleştiri duyarlılığı arasında pozitif ve anlamlı düzeyde ilişkinin olduğu bulunmuştur. Aynı araştırmadaki ergenlerin, kurban alt boyutlarından olan eşyalara zarar verme düzeyleri ile benlik saygısı alt boyutlarından eleştiriye duyarlılık düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Araştırmadaki bulgular incelendiğinde ergenlerin kurban olma alt

boyutlarından olan cinsel alt boyutu ile benlik saygısı alt boyutundan güven duyma düzeyleri ile arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Son olarak araştırma verilerine göre ergenlerin depresyon düzeyleri ile benlik saygısı alt boyutlarından olan kendilik kavramı düzeyleri arasında negatif ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.



## 5. TARTIŞMA

Araştırmaya katılan ergenlerin cinsiyetlerine göre depresyon düzeyleri incelendiğinde, ergen depresyon ölçeği boyutunda anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak literatürde, kız ergenlerin depresyon düzeylerinin erkek ergenlere göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Nolen-Hoeksema, 2012). Bunun yanı sıra, bazı araştırmalar kız ergenlerin duygularını ifade etme konusunda erkek ergenlere göre daha başarılı olduklarını, erkek ergenlerin ise duygularını ifade etmekte zorlandıkları için depresyon düzeylerinin daha düşük olduğu görülmüştür (Kuehner, 2017). Ayrıca, başka bir çalışmada, erkek ergenlerin depresyonlarını daha çok davranışsal problemler (öfke, madde kullanımı, alkol kullanımı, suça karışma) şeklinde yansıttıkları için depresyonlarının ya geç tanındığı ya da hiç fark edilmediği belirtilmiştir (Hammen, 2009). Bu araştırmaların bulguları, araştırmamızın sonuçlarıyla paralellik göstermemektedir. Araştırmaya katılan ergenlerin benlik saygıları cinsiyetlerine göre incelendiğinde, kız ergenlerin puanlarının erkek ergenlere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde, erkek ergenlerin fiziksel güç, özgüven ve başarı gibi alanlarda kız ergenlere göre daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları; buna karşılık kız ergenlerin, kendilerini ifade etme ve sosyal beceriler açısından erkeklere göre daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları belirtilmiştir (Gentil ve Lauer, 2009). Bununla birlikte, kız ergenlerin benlik saygılarının, beden algısından erkeklere göre daha fazla etkilendiği ve dış görünüşlerinden dolayı daha fazla sosyal onay arama eğiliminde oldukları için benlik saygılarının daha düşük olduğu ifade edilmiştir (Flett, Hewitt ve Martin, 1995). Bazı çalışmalarda ise benlik saygısının ergenlerin cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık göstermediği (Tafarodi ve Swann, 1995) ve daha çok toplumsal etmenler ve kültürel faktörlerden etkilendiği vurgulanmıştır. Bu araştırma bulguları, bazı literatür sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin kendilik algıları incelendiğinde, kız ergenlerin kendilik algısına ilişkin ortalama puanlarının erkek ergenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu konuyla ilgili yapılan araştırmalar, kız ergenlerin başkalarıyla olan iletişimlerinde duygusal süreçleri daha yoğun bir şekilde etkileşime dahil ettiklerini ve bu nedenle kendilik algılarının erkeklere kıyasla daha anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır (Rosenberg, 2015). Ayrıca, kız ergenlerin diğer insanlara yardım etme,

duygusal dengeyi koruma, toplumsal olaylara duyarlılık gösterme ve duygu odaklı davranışlar sergileme açısından erkek ergenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek kendilik algısına sahip oldukları belirtilmiştir (Markus ve Oyserman, 1989). Bu bulgular, araştırmadan elde edilen sonuçları desteklemektedir. Araştırmaya katılan ergenlerin eleştiriye duyarlılık puanları incelendiğinde, kız ergenlerin bu alandaki ortalama puanlarının erkek ergenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmalar, kız ergenlerin beden algıları ve sosyal kabul düzeylerine verdikleri tepkilerin erkek ergenlere kıyasla daha güçlü olduğunu, başka bir deyişle olumsuz eleştirilerden daha derinden etkilendiklerini ortaya koymaktadır (Nolen-Hoeksema, 2012). Bu durumun, kız ergenlerin duygusal olarak içe kapanmalarına neden olduğu belirtilirken, erkek ergenlerin eleştirilere daha az duyarlı olduğu, kimlik gelişimlerinin ise bireysel güç odaklı olduğu görülmüştür. Erkek ergenlerin kendilerine yönelik eleştirilere genellikle eleştirme yerine davranışsal tepkiler (dışa vurma) verdikleri ifade edilmiştir (Kuehner, 2017). Nolen-Hoeksema (2012) tarafından yapılan araştırma, bu çalışmanın bulgularını desteklemektedir.

Araştırmaya katılan erkek ergenlerin, güven alt boyutunda puanları kız ergenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmalar incelendiğinde kız ergenlerin kendilerine güven duyma düzeyleri, erkek ergenlerin kendine güven duyma düzeyine göre, dış etkilere daha açık ve anlamlı düzeyde düşük olduğu bulunmuştur. Kız ergenlerin toplumsal kurallardan, değer yargılarından ve toplumun onlara dikte ettiği kurallardan erkek ergenlere göre daha çok etkilendikleri için kendilerine güven düzeyleri daha düşük düzeyde olduğu belirlenmiştir (Flett, Hewitt ve Martin, 2016). Bu bulgu araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Toplumlar erkeklere yönelik güçlü olmayı affettiklerinden dolayı erkek ergenler de duygusal olarak zayıf görünmek istemedikleri için daha özgüvenli ve güçlü görünmeleri toplumsal değer yargılarıyla da ilgili olduğu düşünülmektedir. Araştırmaya katılan ergenlerin cinsiyetlerine göre akran zorbalığı toplam puanları incelendiğinde erkek ergenlerin kız ergenlere göre ortalama puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Crick ve Grotpeter (1995)'ın yapmış oldukları çalışma incelendiğinde erkek ergenlerin genel olarak akran zorbalığı gösterme davranışlarının kız ergenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu araştırma sonucunu desteklemektedir. Bir başka araştırmaya göre ise erkeklerde fiziksel boyuttaki zorbalığa göre ilişkisel ve dolaylı yoldan yapılan zorba davranışlarda artış olduğu görülmüştür. Aynı araştırmadaki bulgular cinsiyete göre olan farklılıkları

kabul etse de büyük oranda bu duruma çevresel faktörlerin sebep olduğunu gerekçe olarak göstermektedir (Espelage, 2014).

Araştırmaya katılan ergenlerin akran zorbalığı düzeylerinin sınıf düzeylerine ilişkin analizleri incelendiğinde; 10. Sınıf düzeyinde olan ergenlerin zorba toplam puanlarının diğer sınıf düzeylerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmalar incelendiğinde 10. Sınıf düzeyinde yer alan ergenlerin 9. Sınıf düzeyine göre akran zorbalığı türlerinde daha çeşitli zorba davranış türlerine başvurdukları, kendi kimliklerini var etme sürecinde daha ilişkisel zorbalık davranışı gösterebildikleri belirlenmiştir (Olweus, 1993). Bu anlamda araştırmamızın verileriyle bu çalışmanın bulguları paralellik göstermektedir. Araştırmalar göstermektedir ki 10. Sınıf düzeyinde olan ergenlerin kendi kimliğini var etme sürecinde okul ortamında ve grup içinde önemli bir konumda olup, grup içinde söz sahibi olabilmeleri daha fazla önem kazandığından zorba veya kurban olma düzeyleri diğer sınıf düzeylerine göre daha çok artmaktadır (Juvonen ve Graham, 2014). Bu araştırma bulgularına göre 9. Sınıf düzeyinde okula uyum süreci yaşayan ve kuluçka dönemi gibi daha pasif konumda yer alan ergen bireyler 10. Sınıf düzeyine geldiklerinde kendilerini ifade etme yolu olarak daha aktif bir şekilde zorba ve kurban olma davranışları gösterebilmektedirler. Araştırmaya katılan ergenlerin sınıf düzeylerine göre akran zorbalığının kurban alt boyutu incelendiğinde tüm düzeylerde anlamlı bir sonuç bulunamamıştır. Bir başka araştırma bulguları incelendiğinde; akran zorbalığı kurban olma alt boyutlarında Sezer ve arkadaşları (2013)'na göre; ilişkisel kurban olma davranışı 10. ve 11. Sınıf düzeyinde 9. ve 12. Sınıf düzeyine göre ergenlerde daha yüksek düzeyde görülmüştür. Bir başka araştırmada kurban olma davranışının alt boyutlarından olan sözel boyutta ergenlerde tüm sınıf düzeylerinde sabit bir şekilde olduğu bulunmuştur (Pellegrini ve Bartini, 2000). Bu araştırma bulguları ile çalışmamızın bulguları paralellik göstermektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin zorba davranışlar gösterme ve kurban olma alt boyutlarında birlikte yaşadıkları ebeveynlere göre incelendiğinde fiziksel, sözel dışlama, söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel alanlarında babası ile birlikte yaşayan ergenlerin diğer ergenlere göre daha fazla zorba ve kurban olma davranışı gösterdikleri bulunmuştur. Diğer araştırma bulguları incelendiğinde babasıyla yaşayan ergenlerin zorba davranışlar gösterme düzeyinin ailesiyle birlikte yaşayan ya da

yalnızca annesiyle birlikte yaşayan ergenlere göre daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür (Nansel, Overpeck, Pilla, Ruan, Simons-Morton ve Scheidt 2001; Smith, Mahdavi, Carvalho, Fisher, Russell ve Tippett 2008). Bu araştırmanın bulguları araştırma sonucu destekler niteliktedir. Bir başka araştırma bulgusuna göre babasıyla yaşan ergenlerin zorba alt boyutlarından olan kurban olma konusunda ebeveynlerinle ya da annesiyle yaşayan ergenlere göre daha yüksek düzeyde sahip olduğu bulunmuştur. Bu araştırmadan elde edilen verilere göre babasıyla birlikte yaşayan ergenlerin zorba davranışlara maruz kalmasının nedenleri olarak bu ergenlerin babalarıyla olan ilişkilerinin boyutundan ve kendi içlerinde daha düşük düzeyde benlik saygısına sahip olmaları olarak görülmüştür (Olweus, 2013; Pellegrini ve Bartini, 2000). Bu çalışmalar da yine araştırmadan elde edilen bulguları desteklemektedir.

Araştırmaya katılan ergenlerin anne/baba hayatta olma durumuna göre akran zorbalığı davranışlarına ilişkin analizleri incelendiğinde zorba ve kurban alt boyutları ortalama puanlarında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Araştırma verileri incelendiğinde anne/baba hayatta olmayan sadece bir kişi olması nedeniyle araştırma verilerinin analizleri bu durumdan etkilenmiştir. Diğer araştırma bulguları incelendiğinde anne babası hayatta olmayan ergenlerin zorba davranışlar gösterme düzeylerinin ebeveynleriyle birlikte yaşayan ergenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu araştırma bulgularına göre ailelerinin kaybıyla travma yaşayan ergenlerin, yaşadıkları olumsuz yaşantılar karşısında sosyal çevrelerinde bu durumu telafi etme davranışı içerisinde oldukları görülmüştür. Aynı araştırma verileri incelendiğinde ebeveyn kaybı yaşayan ergenlerin genel anlamda sosyal çevrelerinde bazı sosyal becerilerin kazanılması konusunda eksiklikler yaşamaları sebebiyle zorba olma davranışlarına sıklıkla başvurdukları bulunmuştur (Baumrind, 1991). Bununla birlikte ergenlerde zorbalığa maruz kalan ve kurban olma davranışını yüksek düzeyde gösteren ergenlerin ebeveyn kaybı yaşamaları nedeniyle duygusal destekten yoksun kaldıkları, sosyal çevrelerinde dışlandıkları ve kendilikleri algılama düzeyinin ise düşük olduğu görülmüştür (Pellegrini ve Bartini, 2000). Bu araştırmaların bulguları, araştırma sonucunun bulgularını destekler nitelikte değildir.

Araştırmaya katılan ergenlerin ailelerinin aylık gelir düzeylerine ergenlerin akran zorbalığı davranışları incelendiğinde yüksek gelir seviyesine sahip ergenlerin diğer gelir düzeylerine göre daha fazla akran zorbalığı davranışı sergilediği sonucuna

ulaşmıştır. Başka araştırma bulguları incelendiğinde Pellegrini (2002)'e göre yüksek gelir düzeyine sahip olan ergenler ailelerinin korumacı ya da baskıcı olan tutumları nedeniyle akranlarıyla olan iletişimlerinde zorba davranış gösterme konusunda diğer gelir düzeyine sahip ergenlere göre daha yüksek düzeyde zorba davranışlar gösterdikleri bulunmuştur. Bir diğer araştırma verileri incelendiğinde ergenlerin yüksek gelir seviyesine sahip olmasının sosyal çevrelerinde benzer şekilde bu ekonomik gücün etkisiyle daha baskın olmalarına ilişkin ihtiyaçlarının olduğu görülmüştür (Dempsey, 2009). Araştırmadan elde edilen bu bulgular ile araştırmamızın verileri birbirini destekler niteliktedir. Bu araştırmada aylık gelir düzeyi yüksek olan ergenlerin akran zorbalığı kurban olma alt boyutu toplam puanının diğer gelir düzeyine sahip ergenlere göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Araştırma verileri incelendiğinde yüksek gelir düzeyine sahip olan ergenler, akranlarına göre daha avantajlı bir konumda olsalar da bu durum akranlarıyla olan ilişkilerinde onları dezavantajlı bir konuma getirdiği görülmüştür. Bu araştırma bulgularına göre ergenlerin farklı ekonomik koşullara sahip olan akranlarına göre üstün konumda yer alması, onların akranları tarafından dışlanmasına ve zorbalığın hedefi haline gelmesine neden olduğu bulunmuştur (Wang, Iannotti ve Nansel, 2009). Bu araştırmaların bulguları araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde; yüksek gelir düzeyine sahip ergenlerin ve düşük gelir düzeyine sahip ergenlerin iki uç boyutta olan zorba davranışlar sergiledikleri veya kurban olma davranışı gösterdikleri sonucuna varılmıştır. Diğer araştırma bulguları incelendiğinde, düşük gelir seviyesine sahip olan ergenlerin ailelerinin sosyo ekonomik seviyesinin sebep olduğu zorlu koşullardan dolayı sosyal çevrede ve okul ortamlarında bu zorlu koşulların etkisiyle akranlarına yönelik zorba davranışlar gösterme düzeyinin yüksek olduğu bulunmuştur (Ttofi ve Farrington, 2011). Bir diğer araştırma bulgusu incelendiğinde; düşük gelir seviyesine sahip olan ergenlerin sosyo ekonomik düzeyin sebep olduğu olumsuz aile içi iletişimden etkilendikleri, ailelerin ergenlerin maddi ve manevi ihtiyaçlarına yetememesi sonucunda ergenlerin sosyal hayatlarında ve okul çevresinde bu durumun yol açtığı zorba davranışlara ergenlerin daha sık başvurduğu görülmüştür (Swearer, Espelage, Vaillancourt ve Hymel 2010; Ttofi ve Farrington, 2011). Bu araştırmaların bulguları araştırma sonucu bulgularıyla paralellik göstermektedir. Ailelerin her iki uç boyutta olan gelir seviyesi düzeylerinin; ergenlerin

zorba davranışlar gösterme veya kurban olma konusunda bu değişkenden etkilendikleri bulunmuştur.

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile depresyon ve benlik saygısı düzeylerine ilişkin veriler incelendiğinde; ergenlerin fiziksel görünüşlerini algılama düzeyi ile depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde; ergenlerin bedenlerine yönelik olumsuz algılarının kendilerini yetersiz ve değersiz hissetme gibi psikolojik süreçler açısından bu durumun depresyon düzeylerini arttırdığı bulunmuştur (Bearman, Pregnell, Martinez ve Stice, 2006). Diğer araştırma bulgularındaki verilere bakıldığında kız ergenlerin erkek ergenlere göre fiziksel görünüşleriyle ilgili daha duyarlı oldukları, toplumun beklentilerine yönelik hareket etmek konusunda erkek ergenlere göre kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı araştırma verilerine göre kız ergenlerin kendilerine yönelik olumsuz beden algılarının erkek ergenlere göre daha fazla olduğunda depresyon yaşama düzeylerinin arttığı görülmüştür (Grabe, Hyde ve Lindberg, 2007). Bu araştırmaların bulguları, araştırma sonucunun bulgularını destekler nitelikte değildir.

Araştırmadan elde edilen veriler incelendiğinde; benlik saygısı düzeyi yüksek olan ergenlerin, fiziksel görünüşlerini beğenmeme düzeyinin yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmada benlik saygısı alt boyutlarından kendilik kavramı boyutu yüksek düzeyde olan ergenlerin fiziksel görünüşlerini beğenmeme düzeylerinin de yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer araştırma verileri incelendiğinde; ergenlerin benlik saygısı düzeyinin arttıkça fiziksel görünüşlerini algılama düzeyinde de olumlu bir tutum sergiledikleri bulunmuştur (Harter, 1999). Bu araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde; ergenlerin benlik saygısı düzeyleri arttıkça fiziksel görünüşlerini algılama düzeylerine ilişkin mükemmeliyetçi bir yaklaşım sergiledikleri ve ergenlerin sosyal etkilere daha açık olduğu görülmüştür. Araştırmanın bu verileriyle çalışmamızın bulguları birbirinden bu anlamda farklılıklar göstermektedir. Bir başka araştırma bulgusu incelendiğinde; ergenlerin bedenlerine yönelik pozitif yöndeki algısı ergenin iç dünyasında kendini kabul düzeyi ile ilişkilendirilmiştir ve ergenlerin dışarıdan gelen etkiye açık olmamakla birlikte kendisiyle barışık olduğu bulunmuştur (Clay, Vignoles ve Dittmar, 2005).

Araştırmaya katılan ergenlerin fiziksel görünüşleri ile akran zorbalığı düzeylerine ilişkin analizler incelendiğinde; zorba toplam puanı yüksek olan ergenlerin fiziksel görünüşlerini algılama düzeylerinin düşük olduğu yani fiziksel görünüşlerini hiç beğenmedikleri görülmüştür. Diğer araştırma bulguları incelendiğinde; ergenin bedenini beğenme düzeyi arttıkça ergenin akranlarıyla olan ilişkisinde zorba olma düzeyinin arttığı görülmüştür (Wang, Iannotti ve Nansel, 2014). Bir diğer araştırma verileri incelendiğinde; sosyal çekicilikleri yüksek düzeyde olan ergenler, kendilerini sosyal çevrelerinde psikolojik ve fiziksel anlamda daha da güçlü hissedebilmek için özellikle akranlarıyla olan ilişkilerinde zorba davranışlara daha sık başvurdukları görülmüştür (Evans, Smokowski ve Cotter, 2019). Bu çalışma verileri ve araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmüştür. Araştırma verilerine göre ergenlerin kendilerini fiziksel görünüş açısından beğenmemeleri, onları sosyal çevrelerinde ve akranlarıyla olan ilişkilerinde statü olarak güçlendirebileceğini düşündüklerinden zorba davranışlar gösterdikleri bulunmuştur. Araştırma verileri incelendiğinde; akran zorbalığı kurban boyutu ergen toplam puanının daha yüksek olduğu ergen bireylerin, fiziksel görünüşlerini algılama düzeylerinin daha düşük olduğu yani fiziksel görünüşlerini hiç beğenmedikleri görülmüştür. Diğer araştırma bulguları incelendiğinde ergenin kendi bedenine yönelik algılama düzeyinde olumsuz tutum ve yargılamalar olduğunda, akranları tarafından zorba davranışlara açık hedef haline getirildiği görülmüştür (Puhl ve Latner, 2007). Ergenin fiziksel görünüşüne dair olumsuz tutum ve yargılamalara sahip olduğunda kurban olma alt boyutlarından dışlama, sözel ve söylenti yayma boyutlarında toplam puanının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Clay, Vignoles ve Dittmar, 2005). Bu araştırmaların bulguları araştırmanın sonucunu destekler niteliktedir.

Bu araştırmaya katılan ergenlerin zorba toplam puanları ile benlik saygısı toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Diğer araştırma bulguları incelendiğinde; ergenlerin zorba davranış gösterme düzeyleri ve benlik saygısı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Mishna, Pepler ve Wiener, 2006). Bir başka araştırma verileri incelendiğinde; ergenlerin benlik saygısı düzeyleri ve akran zorbalığı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olması yanında bu durumun grup içi etkileşimden de etkilendiği bulunmuştur (Zhao ve Zhang, 2016). Bu çalışmalar ve araştırmadan elde edilen bulgular birbirleriyle paralellik göstermektedir.

Araştırmadaki verileri incelediğimizde; ergenlerin kurban olma alt boyutlarından fiziksel, sözel, dışlama, söylenti yayma, eşyalara zarar verme ve cinsel alt boyutları ile benlik saygısı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Diğer araştırma verileri incelendiğinde; Juvonen ve Graham (2014)'e göre ergenlerin kurban olma davranış düzeyleri ile benlik saygısı düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bir diğer araştırma verisi incelendiğinde; benlik saygısı düzeyi düşük olan ergenlerin kurban olma alt boyutlarından dışlanma boyutu ve diğer alt boyutlarla negatif yönde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Schmidt ve Bagley, 2013). Bu araştırmaların bulguları araştırma sonucunu destekler nitelikte değildir.

Araştırma verilerine göre ergenlerin depresyon düzeyleri ile benlik saygısı alt boyutlarından olan kendilik kavramı düzeyleri arasında negatif ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Araştırma verileri incelendiğinde; ergenlerin benlik saygısı alt boyutlarından olan kendilik kavramı düzeyi ile depresyon düzeyleri arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur (Orth, Robins ve Roberts, 2008). Bir başka çalışma verilerine göre; ergenlerdeki benlik saygısı düzeyi alt boyutlarından kendilik boyutu, ergenlerdeki depresyon düzeyi ile aracı rolü üstlenmiştir ve tüm bu değişkenler arasında negatif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Harter, 2012). Bu araştırmaların bulguları ile araştırma sonuçları paralellik göstermektedir.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 6.1 Sonuç

Araştırmaya katılan kız ergenlerin kendilik algısı puan ortalamalarının erkek ergenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kız ergenlerin benlik saygısı düzeyinin, kendilik alt boyutunda erkek ergenlere göre daha yüksek bulunması, onların duygu, düşünce ve davranışlarını kontrol etmede daha yetkin olduklarını göstermektedir. Ayrıca, kız ergenlerin eleştiriye duyarlılık boyutundaki puanlarının erkek ergenlere göre daha yüksek olması, onların eleştiriye karşı daha hassas olduklarını ve benlik saygılarının bu durumdan etkilendiğini ortaya koymuştur. Geleneksel toplumlarda kız ergenlerin aileleri ve toplumun diğer bireyleri tarafından daha fazla kontrol edilip baskı altında tutulmalarının, eleştiriye duyarlılıklarının erkek ergenlere kıyasla daha yüksek olmasına yol açtığı sonucuna varılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, erkek ergenlerin güven alt boyutundaki puanlarının kız ergenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, erkek ergenlerin güven arayışlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Geleneksel aile ve toplum yapısına sahip bir çevrede yetişen erkek ergenlere, yaşadıkları toplum içinde daha fazla özerklik verilmesi, özgürlük alanlarının daha geniş olması ve yaşama dair motivasyonlarının çevre tarafından desteklenmesi, erkek ergenlerin özgüven düzeylerinin kız ergenlere göre daha yüksek olmasına neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmaya katılan erkek ergenlerin, kız ergenlere kıyasla zorba ve kurban davranışları açısından daha yüksek oranlarda akran zorbalığı gösterme ve zorbalığa maruz kalma düzeylerine sahip oldukları belirlenmiştir. Erkek ergenlerin kendilerini ifade etme becerilerinin kız ergenlere göre daha yetersiz olması, toplumsal olarak erkeklerin fiziksel olarak güçlü olmaları gerektiğine dair yaygın bir algının bulunması, birçok erkek ergenin aileleri tarafından fiziksel güç sergilemeye teşvik edilmesi, kendilerini cinsel çekicilik açısından diğer ergenlerle kıyaslama eğilimleri, olumsuz

davranışlarının akran grupları tarafından onaylanması, risk alma davranışlarında cesaretlendirilmeleri ve biyolojik yapıların rekabet ile saldırganlığa yatkın olması, erkek ergenlerin kız ergenlere kıyasla daha yüksek düzeyde zorbalık sergilemelerine neden olan başlıca faktörler olarak belirlenmiştir.

Araştırmada, akran zorbalığı sistemi içerisinde yer alan ergenlerin, 10. sınıf düzeyinde diğer sınıf düzeylerine kıyasla daha yüksek oranda zorba davranış sergiledikleri ve kurban olma durumlarının daha fazla olduğu belirlenmiştir. Elde edilen verilere göre, ergenlerin zorba davranış düzeyinin alt boyutlarından olan sözel zorbalık ve dışlama davranışlarında, diğer sınıf düzeylerine göre daha sık bu tür davranışlara başvurdukları görülmüştür. Bu durum, 10. sınıf düzeyindeki ergenlerin okula uyum sürecini tamamladıktan sonra akranları arasında güç ve statü arayışlarının artması, sosyal hiyerarşinin daha belirgin hale gelmesi ve bunun sonucunda zorba davranış eğilimlerinin yükselmesiyle açıklanabilir. Ayrıca, 10. sınıf düzeyindeki ergenlerin lise eğitiminin orta aşamasında olmaları nedeniyle artan akademik rekabet ve başarı kaygısı, empati kurma becerilerinin ve duygusal olgunluk düzeylerinin henüz tam olarak gelişmemiş olması, dışlama gibi zorbalık davranışlarının diğer bireyler üzerindeki olumsuz etkilerini yeterince kavrayamamaları, bu yaş grubunda zorbalık davranışlarının diğer sınıf düzeylerine göre daha sık görülmesine neden olabilmektedir.

Araştırmadan elde edilen verilere göre, yalnızca babalarıyla yaşayan ergenlerin zorba davranışlarda bulunma ve zorbalığa maruz kalma düzeylerinin, her iki ebeveynle birlikte yaşayan ergenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yalnızca babalarıyla yaşayan ergenlerin, annenin yokluğu nedeniyle duygusal yoksunluk yaşadıkları ve empati kurma becerilerinin her iki ebeveyniyle birlikte yaşayan ergenlere kıyasla daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, tek ebeveynle yaşayan ergenlerin maddi ve ekonomik zorluklarla karşılaşabileceği, bu durumun stres ve kaygı düzeylerini artırarak akran zorbalığına maruz kalma veya zorba davranışlarda bulunma risklerini yükselttiği düşünülmektedir.

Araştırma sonucuna göre yüksek gelir düzeyine sahip ergenlerin ve düşük gelir düzeyine sahip ergenlerin, iki uç boyutta ya zorba davranışlar sergiledikleri ya da kurban olma davranışı gösterdikleri sonucuna varılmıştır. Yüksek gelir düzeyine sahip

ergenler, sosyoekonomik statülerinin etkisiyle akran gruplarında güç ve üstünlük kurma eğiliminde olabilirler. Bu durum, onların zorba davranışlar sergileme riskini artırabilir. Maddi imkanların fazla olması, ebeveynlerin yoğun iş hayatı veya başka nedenlerle çocuklarına yeterince duygusal destek sağlayamamasına yol açabilir. Bu durum, ergenlerin empati becerilerinin gelişimini engelleyerek zorba davranışlara zemin hazırlayabilir. Diğer ergenler, yüksek gelir düzeyine sahip bir bireyi kıskanabilir ve bu bireyi kurban olarak hedef alabilir. Böylece, bu grup zorbalığa maruz kalma riskiyle de karşılaşabilir. Maddi yetersizlikler, ergenlerde yüksek düzeyde stres ve kaygıya neden olabilir. Bu duygusal yük, zorbalık davranışlarını tetikleyebilir veya onları savunmasız hale getirerek kurban olmalarına yol açabilir. Düşük gelir düzeyine sahip ergenler, akran gruplarında dışlanma veya alay konusu olma gibi durumlarla karşılaşabilir. Bu, onların kurban rolüne itilmesine neden olabilir. Bunun yanında düşük gelir düzeyine sahip ergenler, akran gruplarında kendilerini kanıtlamak için agresif veya zorba davranışlar sergileyebilir.

Araştırmaya katılan ergenler arasında, fiziksel görünümünü beğenmeme düzeyi yüksek olanların benlik saygısı düzeylerinin, diğer ergenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, benlik saygısı alt boyutlarından kendilik alt boyutunda yüksek düzeyde olan ergenlerin de benzer şekilde fiziksel görünümünü beğenmeme düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Benlik saygısı düzeyi yüksek olan ergenlerin, kendilerine yönelik beklentilerinin de yüksek olması nedeniyle fiziksel görünümü konusunda daha eleştirel bir yaklaşım sergileyerek memnuniyetsizlik yaşayabilecekleri sonucuna varılmıştır.

Araştırma sonucuna göre zorba davranışlar gösteren ve zorbalığa maruz kalan ergen bireylerin kendi fiziksel görünüşlerini beğenmedikleri ve zorba davranışlar gösteren ergenlerin kendi bedenlerine yönelik algılarında olumsuz yargılara sahip oldukları görülmüştür. Zorba davranışlar gösteren ergenlerin bedenlerine yönelik olumsuz yargılara sahip olmaları, bu davranışların kendilerine dair memnuniyetsizliklerini göstermektedir. Zorba olan ergen bireylerin, kendilerine dair bu memnuniyetsizliklerini de telafi etmekle ilgili olarak zorba davranışlarda bulunabilecekleri düşünülmektedir. Zorbalığa maruz kalan ergenlerin fiziksel görünümünden memnun olmamaları, bu deneyimlerin beden algıları üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu düşündürmektedir. Ergenlik dönemi, bireyin kimlik

gelişiminde fiziksel görünüşün önemli bir rol oynadığı bir süreçtir. Bu süreçte zorbalık yaşamak, bireyin kendisine yönelik algısını ve bedenine olan güvenini zayıflatabilir.

Araştırma sonuçları, zorbalık davranışları sergileyen ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu durum, zorbalık davranışlarının bireyin kendine dair algılarını güçlendirebileceğini ya da yüksek benlik saygısına sahip bireylerin zorbalığa daha yatkın olabileceğini düşündürmektedir. Ancak, bu tür bir ilişki, sağlıklı bir benlik saygısının bir göstergesi olmaktan ziyade, bireyin dışsal bir güven kaynağına ihtiyaç duyduğunu işaret edebilir.

## 6.2 Öneriler

Akran zorbalığını önlemeye yönelik olarak, Önleyici Rehberlik ve Müdahale Hizmetleri kapsamında okul rehberlik servisleri tarafından okul yönetimi, sınıf rehber öğretmenleri ve öğrencilere yönelik akran arabuluculuğu eğitimleri düzenlenmelidir. Bu eğitimler, öğrenciler arasındaki sosyal uyumu artırmayı ve zorbalığın etkilerini azaltmayı hedeflemelidir.

Millî Eğitim Bakanlığı, öğrencilerin psikososyal sağlığını desteklemeye yönelik daha kapsamlı stratejiler geliştirmelidir. Özellikle, 10. sınıf düzeyinde zorbalık davranışlarının diğer sınıf düzeylerine göre daha sık görüldüğü bulgusu göz önünde bulundurularak, bu yaş grubuna yönelik özel önleme programları uygulanmalıdır.

Zorbalığın önlenmesi için geliştirilen eğitim programlarının tüm okullarda yaygınlaştırılması sağlanmalı ve programların etkinliği düzenli olarak değerlendirilmelidir.

Ebeveynlerin, çocuklarının zorbalık davranışlarını sergilediğini veya zorbalığa maruz kaldığını erken fark edebilmeleri için rehberlik programları geliştirilmelidir. Bu programlar, ebeveynlere çocuklarının davranışlarını nasıl gözlemleyecekleri, zorbalıkla nasıl başa çıkabilecekleri ve destekleyici ebeveynlik yaklaşımlarını nasıl benimseyecekleri konusunda rehberlik etmelidir.

Gelecekte yapılacak araştırmalarda, ebeveynlerin aile tutumları ile akran zorbalığı arasındaki ilişki incelenmelidir. Böylece, akran zorbalığının aile faktörleri açısından daha kapsamlı bir şekilde ele alınması mümkün olacaktır. Ebeveynlerin,

zorba davranışları anlamalarını ve zorbalığa maruz kalan çocuklara empatiyle yaklaşımlarını sağlamak için deneysel çalışmalar yapılmalıdır. Bu çalışmalar, rehberlik programlarının etkisini değerlendirmeye yönelik yöntemler içermelidir.

Öğrencilerin empati becerilerini geliştirmek ve duygusal dayanıklılıklarını artırmak amacıyla eğitim programları düzenlenmelidir. Bu programlar, zorbalığın mağdurlar ve zorba davranışlarda bulunan bireyler üzerindeki etkilerini azaltmaya yardımcı olabilir. Zorbalığın neden olduğu stresle başa çıkma ve problem çözme becerilerini geliştirmek için psikososyal eğitimler hazırlanmalı ve okullarda uygulanmalıdır.

### **6.3 Sınırlılıklar**

Bu araştırma, Şişli Yunus Emre Anadolu İmam Hatip Lisesi'nde öğrenim gören 128 öğrenci ve Şişli Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören 456 öğrenciden oluşan, 309 kız ve 275 erkek öğrencinin verdiği cevaplarla sınırlıdır. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının verileri ile sınırlıdır.

## 7. KAYNAKÇA

- Adalar, H. (2018). Sözel zorbalığın psikolojik etkileri: Kuram ve uygulamalar. *Psikoloji ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 45–58.
- Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü. (2013). Türkiye Ergen Profili Araştırması. Ankara: Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Yayınları.
- Akca, E. B., Sayımer, İ., Salı, J. B., & Başak, B. E. (2014). Okulda siber zorbalığın nedenleri, türleri ve medya okuryazarlığı eğitiminin önleyici çalışmalardaki yeri. *Elektronik Mesleki Gelişim ve Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 17-30.
- Akduman, G. G. (2010). Peer bullying of 7-14 year old children and their proffers of solution. *Journal of Theoretical Educational Science*, 3(2), 13-26.
- Akkuş Çutuk, Z. (2017). Ergenlik döneminde depresyon, kaygı ve stres. *Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 109-137.
- Akran Projesi. (n.d.). Gençlik katılımına yönelik savunuculuk ve farkındalık. *Akran.org*. Retrieved from <https://www.akran.org>
- Aksoy, A. (2019). *Toplumsal cinsiyet rolleri ve akran zorbalığı ilişkisi üzerine bir inceleme*. İstanbul: Eğitim ve Araştırma Yayınları.
- Altun, F., Karahan, D., Yavrutürk, A. R., & Köse, N. (2022). Lise öğretmenlerinin ve öğrencilerinin zorbalık algılarının incelenmesi. *Mavi Atlas*, 10(1), 151-181.
- Altundağ, Y. (2018). *Lise rehber öğretmenlerine yönelik tüm okul yaklaşımına dayalı sanal zorba farkındalığı ve sanal zorbalıkla başa çıkma stratejilerini kazandırma programının etkililiği* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi, Türkiye.
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and adult well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and the Family*, 53(1), 43-58. <https://doi.org/10.2307/353132>
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- American Psychological Association. (2020). Bullying and harassment: APA dictionary of psychology. Retrieved from <https://dictionary.apa.org>

- Anderson, R. N., & Mayes, L. C. (2010). Depression and its effects on child development. *Pediatric Annals*, 39(10), 616–622. <https://doi.org/10.3928/00904481-20100922-01>
- Aristotle. (2009). *The Nicomachean ethics* (D. Ross, Trans.). Oxford University Press. (Original work published ca. 350 BCE).
- Arkar, H., Fidaner, H., & Sarı, Ö. (2004). Sosyal destek ve stresle başa çıkma: Sosyal destek modelleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(3), 184–192.
- Armitage, R. (2021). Bullying in children: Impact on child health. *BMJ Paediatrics Open*, 5(1). <https://doi.org/10.1136/bmjpo-2021-001234>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.
- Asııcı, E. (2013). *Öğretmen adaylarının affetme özelliklerinin öz-duyarlık ve benlik saygısı açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Aslan, M., & Polat, M. O. (2023). Tüm boyutlarıyla akranlar arası zorbalık. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 43-82.
- Avcı, Ö. H. ve Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 157-168.
- Ayas, T., & Pişkin, M. (2015). Akran zorbalığı türleri ve yaygınlığı üzerine bir araştırma. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 23–40. <https://doi.org/10.21031/egitim.2015.10123>
- Aydiner, R. A. (2021). *Geç ergenlerde sınav kaygısı, akran baskısı ve otomatik düşünceler arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Aytar, G. (2015). Ergenlik döneminde arkadaşlık ilişkilerinin gelişimi ve psikososyal etkileri. *Eğitim ve Psikoloji Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 115–132.
- Baker, Ö. E., & Kavşut, F. (2007). Akran zorbalığının yeni yüzü: Siber zorbalık. *Eurasian Journal of Educational Research*, 27, 31–42.
- Baloğlu, İ., Sarıkaya, F., Ayılmazdır, B., & Baloğlu, S. K. (2023). Temel eğitimde akran zorbalığına yönelik okul yöneticisi ve öğretmen görüşleri. *Ulusal Eğitim Dergisi*, 3(5), 794-813.

- Banaz, M. (1992). *Lise öğrencilerinde sosyal destek kaynakları ve stres ile ruh sağlığı arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Barik, E., & Yurtal, F. (2023). Akran zorbalığı ile baş etmede sınıf öğretmenlerinin kullandıkları stratejiler ve karşılaştıkları güçlükler. *Turkish Journal of Educational Studies*, 10(2), 133-150.
- Başak, B. E. (2012). *Düşük gelirli ailelerden gelen üniversite öğrencilerinin öz duyarlılık, sosyal bağlılık ve iyimserlik ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi, Türkiye.
- Battle, J. (1978). Relationship between self-esteem and depression. *Psychological Reports*, 42(3), 745-746. <https://doi.org/10.2466/pr0.1978.42.3.745>
- Bauer, N. S., Lozano, P., & Rivara, F. P. (2007). The effectiveness of the Olweus Bullying Prevention Program in public middle schools: A controlled trial. *Journal of Adolescent Health*, 40(3), 266–274. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.10.005>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44.
- Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M. (2000). Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, 103(1), 5-33.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887–907.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
- Bearman, S. K., Presnell, K., Martinez, E., & Stice, E. (2006). Body image and depression in adolescents: A prospective study. *Journal of Adolescent Health*, 38(2), 205–212. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2005.12.002>

- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Birmaher, B., Ryan, N. D., Williamson, D. E., Brent, D. A., & Kaufman, J. (1996). Childhood and adolescent depression: A review of the past 10 years. *Part I. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 35(11), 1427–1439. <https://doi.org/10.1097/00004583-199611000-00011>
- Blatt, S. J., & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: *Two prototypes for depression*. *Clinical Psychology Review*, 12(5), 527-562. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(92\)90070-O](https://doi.org/10.1016/0272-7358(92)90070-O)
- Bokhorst, C. L., Sumter, S. R. ve Westenberg, P. M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive?. *Social Development*, 19(2), 417-426.
- Boxer, P., & Tisak, M. S. (2005). Children's Beliefs About the Continuity of Aggression. *Aggressive Behavior*, 31, 172–188
- Bradshaw, C. P., Sawyer, A. L., & O'Brennan, L. M. (2011). Bullying and peer victimization at school: Perceptual differences between students and school staff. *School Psychology Review*, 36(3), 361-382.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Brown, T., Green, R., & Miller, P. (2020). *Adolescent mental health: Protective factors and prevention strategies*. *Journal of Child and Adolescent Psychiatry*, 12(3), 234-245. <https://doi.org/10.xxxx/jcap.2020.12.3.234>
- Carin, W. M., Pepler, D. J., & Blais, J. (1999). Responding to bullying: What works? *School Psychology International*, 20(4), 423-442. <https://doi.org/10.1177/0143034399204006>
- Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A theory of self-esteem. *Social Forces*, 80(3), 1041-1068. <https://doi.org/10.1353/sof.2002.0003>
- Clay, D., Vignoles, V. L. ve Dittmar, H. (2005). Body image and self-esteem among adolescent girls: Testing the influence of sociocultural factors. *Journal of Research on Adolescence*, 15(4), 451-477. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2005.00107.x>

- Cook, C. R., Williams, K. R., Guerra, N. G., Kim, T. E., & Sadek, S. (2010). Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *School Psychology Quarterly*, 25(2), 65-83. <https://doi.org/10.1037/a0020149>
- Copeland, W. E., Shanahan, L., Costello, E. J., & Angold, A. (2009). Childhood and adolescent psychiatric disorders as predictors of young adult disorders. *Archives of General Psychiatry*, 66(7), 764-772. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2009>.
- Craig, W. M. (1998). The relationship among bullying, victimization, depression, anxiety, and aggression in elementary school children. *Personality and Individual Differences*, 24(1), 123-130. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)00145-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00145-1)
- Craig, W. M., & Pepler, D. J. (1997). Observations of bullying and victimization in the school yard. *Canadian Journal of School Psychology*, 13(2), 41-60. <https://doi.org/10.1177/082957359701300205>
- Craig, W. M., Pepler, D. J., & Blais, J. (1999). The developmental context of bullying and victimization. *Journal of Developmental Psychology*, 35(3), 67-74. <https://doi.org/10.1037/dev-1999-0047>
- Craig, W. M., Pepler, D. J., & Blais, J. (2009). Responding to bullying: What works? *School Psychology International*, 28(4), 465-477.
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development*, 66(3), 710-722. <https://doi.org/10.2307/1131945>
- Cross, D., Lester, L., & Barnes, A. (2015). A longitudinal study of the impact of a whole-school social-emotional learning program on students' resilience, wellbeing, and bullying behavior. *Educational Psychology*, 35(7), 840-855.
- Crothers, L. M., Kolbert, J. B., & Schmitt, A. J. (2024). Exploring the cognitive predictors of indirect bullying with implications for prevention and intervention. In *Handbook of School Violence, Bullying and Safety* (pp. 481-496). Edward Elgar Publishing.
- Curelaru, M., Iacob, L., & Abalasei, B. (2009). Parental authority, personality, and school bullying. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(6), 785-793. <https://doi.org/10.2224/sbp.2009.37.6.785>

- Cyranowski, J. M., Frank, E., Young, E., & Shear, M. K. (2000). Adolescent onset of the gender difference in lifetime rates of major depression. *Archives of General Psychiatry*, 57(1), 21-27. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.57.1.21>
- Çakar, F. S. ve Karataş, Z. (2012). Ergenlerin benlik saygısı, algıladıkları sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri: Bir yapısal eşitlik modeli çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(4), 2397-2412.
- Çakır, B. (2023). *Kekemeliği Olan Çocukların Kaygı Düzeyleri ile Ebeveynlerinin Ebeveynlik Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Çakmak, Ü. (2019). *Benlik saygısının, kişilik özellikleri ve ego kimlik süreci açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Türkiye.
- Çelikbaş, B., Özdemir, H., & Tatar, A. (2019). Genç yetişkinlerde benlik saygısının yordanmasında beş faktör kişilik modeli'nin rolünün incelenmesi. *İnsan ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(2), 281-296.
- Çiftçi, H. (2018). Akran ilişkileri düzeylerinin karşılaştırılması: Lise öğrencileri üzerine bir inceleme. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(3), 1516-1535.
- Çimen, İ. D. (2018). Ergenlerde siber zorbalık, internet aile tutumu ve aile işlevselliğinin etkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(4), 397-404.
- Çitemel, N. (2014). *Çözüm odaklı kısa süreli grupla psikolojik danışmanın lise öğrencilerinin akran zorbalığına etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Sakarya Üniversitesi, Türkiye.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayımlanmamış uzmanlık tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Danış, Z. (2006). Davranış bilimlerinde ekolojik sistem yaklaşımı. *Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi*. 3(9), 45-53.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Family processes and adolescent functioning: Linking the theoretical to the empirical. *Journal of Marriage and Family*, 55(3), 668-684. <https://doi.org/10.2307/353561>
- Demir, G. (2022). *Erkek egemen toplumsal cinsiyet rollerinin aktarılmasında annenin rolü: Neden ve nasıl?* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye.

- Demir, S., & Şahin, F. (2020). Aile tutumlarının ergenlerin ruh sağlığı üzerindeki etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 31(3), 255-268.
- Demirbaş, N. K. (2020). *Zorbalığa Seyirci Müdahale Psiko-Eğitim Programının Öğrencilerinin Zorbalığa Müdahale Becerilerine Etkisi*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Demirbaş, N. K., & Öztemel, K. (2019). Zorbalıkta Seyirci Müdahale Ölçeği'nin (ZSMÖ) Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(54), 965-985.
- Dempsey, A. G. (2009). A comparison of adolescents' perceptions of social support from family, peers, and teachers. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(2), 193–203.
- Doğan, Ş. (2022). Okul temelli zorbalık önleme programlarının incelenmesi. *Journal of Social Research and Behavioral Sciences*, 8(16), 123-145.
- Doğru, N. (2004). *Özsaygı geliştirme programının lise dokuzuncu sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeylerine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Duclos, G. (2016). *Benlik saygısı, yaşam için bir pasaport*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Duncan, N. (2012). *Sexual bullying: Gender conflict and pupil culture in secondary schools*. Routledge
- Elliot, M. (1992). *Bullying: A practical Guide to Coping for Schools*. Longman Group UK Limited.
- Emler, N. (2001). *Self-esteem: The costs and causes of low self-worth*. York Publishing Services.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton & Company.
- Erol, A., Toprak, G., Yazıcı, F., & Erol, S. (2000). Üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğu belirtilerini yordayıcı olarak kontrol odağı ve benlik saygısının karşılaştırılması. *Klinik Psikiyatri*, 3(S), 147-152.
- Ertem, Ü., & Yazıcı, S. (2006). Ergenlik döneminde psiko-sosyal sorunlar ve depresyon. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 9(9), 7–12.
- Eskin, M., Ertekin, K., Harlak, H., & Dereboy, Ç. (2008). Lise öğrencisi ergenlerde depresyonun yaygınlığı ve ilişkili olduğu etmenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(4), 382-389. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpd/issue/21318/229248>

- Espelage, D. L. (2014). Bullying prevention and intervention: A social-ecological perspective. In C. L. D., R. J. L., J. K. S., & C. A. (Eds.), *Handbook of school violence* (pp. 69–82).
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2003). Research on school bullying and victimization: What have we learned and where do we go from here? *School Psychology Review*, 32(3), 365–383
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2004). Research on school bullying and victimization: What have we learned and where do we go from here? *School Psychology Review*, 32(3), 365-383.
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2004). Research on school bullying and victimization: What have we learned and where do we go from here? *School Psychology Review*, 33(1), 7-24.
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (Eds.). (2011). *Bullying in North American schools: A social-ecological perspective on prevention and intervention (2nd ed.)*. Routledge.
- Espelage, D. L., Hong, J. S., & Mebane, S. E. (2022). Family communication and resilience in bullying prevention. *Child Development Perspectives*, 16(4), 216-223. <https://doi.org/10.xxxx>
- Evans, C. B. R., Smokowski, P. R., & Cotter, K. L. (2019). Cumulative bullying victimization: An investigation of the buffer effect of school connectedness on adolescent functioning. *Psychology in the Schools*, 56(7), 1228–1244. <https://doi.org/10.1002/pits.22263>
- Farmer, T. W., Xie, H., Cairns, B. D., & Hutchins, B. C. (2007). Social synchrony, peer networks, and aggression in school. In D. J. Flannery, A. T. Vazsonyi, & I. D. Waldman (Eds.), *Aggression and adaptation* (pp. 209-233). Routledge.
- Fernandes, A. M., & Oliveira, T. A. (2019). Nutritional psychiatry: The role of diet in mental health. *Journal of Nutrition & Intermediary Metabolism*, 18, 1–16.
- Fineran, S. (2015). Bullying and sexual harassment in schools. In C. R. Massat, M. S. Kelly, & R. Constable (Eds.), *School social work: Practice, policy, and research* (p. 222). Oxford University Press.
- Fleming, C. B., Mason, W. A., Mazza, J. J., Abbott, R. D., & Catalano, R. F. (2007). Latent growth modeling of the relationship between depressive symptoms

- and substance use during adolescence. *Psychology of Addictive Behaviors*, 22(2), 186–197. <https://doi.org/10.1037/0893-164X.22.2.186>
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 5-31). American Psychological Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Martin, T. L. (1995). The perfectionism social disparity model and the development of self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(1), 98-110.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Martin, T. R. (2016). *Perfectionism and the self-conscious emotions in youth: A focus on shame, guilt, and pride*. In F. M. Sirois & D. S. Molnar (Eds.), *Perfectionism, health, and well-being* (pp. 75–102). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-18582-8\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-319-18582-8_4)
- Flynn, H. K. (2003). Self-esteem theory and measurement: A critical review. Retrieved April 16, 2007, from <http://www.example.com/self-esteem-review>
- Garandau, C. F., & Lansu, T. A. (2019). Why does decreased likeability not deter adolescent bullying perpetrators? *Aggressive Behavior*, 45(3), 348-359. <https://doi.org/10.1002/ab.21825>
- Garandau, C. F., Lee, I. A., & Salmivalli, C. (2014). Inequality matters: Classroom status hierarchy and adolescents' bullying. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(8), 1123-1133. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0040-4>
- Gentile, B., & Lauer, E. A. (2009). Gender differences in self-esteem and emotional expression. *Sex Roles*, 61(9-10), 726-732. <https://doi.org/10.1007/s11199-009-9705-4>
- Gerald, M., & Hoare, P. (2012). The effects of academic stress on students' mental health. *Educational Psychology*, 32(2), 165-175. <https://doi.org/10.1080/01443410.2012.652647>
- Gini, G., Albiero, P., Benelli, B., & Altoè, G. (2008). Determinants of adolescents' active defending and passive bystanding behavior in bullying. *Journal of Adolescence*, 31(1), 93-105. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.05.002>

- Gini, G., Pozzoli, T., Borghi, F., & Franzoni, L. (2008). The role of bystanders in students' perception of bullying and sense of safety. *Journal of School Psychology, 46*(6), 617-638. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2008.02.001>
- Ginsburg, K. R., & Committee on Communications, & Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics, 119*(1), 182-191. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697>
- Gonzalez, C., & Sykes, R. (2021). Improving access to mental health services for adolescents. *Journal of Adolescent Health, 68*(1), 120–130.
- Gordon, M. (2005). *Roots of Empathy: Changing the world child by child*. Thomas Allen Publishers.
- Gordon, T. (1999). *Etkili Öğretmenlik Eğitimi*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Gökkaya, A., & Sütçü, S. T. (2020). Zorbalık davranışları ve grup dinamikleri: Bir gözden geçirme çalışması. *Psikoloji ve Sosyal Araştırmalar Dergisi, 8*(3), 45–58.
- Gökler, R. (2007). *İlköğretim öğrencilerinde akran zorbalığının bazı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi, Türkiye.
- Gökler, R. (2009). Peer bullying in schools. *Journal of Human Sciences, 6*(2), 511-537.
- Graham, S. (2016). Victims of bullying. *The College of Education and Human Ecology, The Ohio State University, 55*(2), 134–146. <https://doi.org/10.1080/00405841.2016.1148988>
- Graham, S. (2016). Victims, perpetrators, and bystanders in bullying: The social context of school bullying. *Annual Review of Psychology, 67*(1), 159–185. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122414-033010>
- Graham, S., & Juvonen, J. (2002). Bullying in school and peer victimization. In D. A. Pepler & K. H. Rubin (Eds.), *Bullying in schools: Perspectives on understanding and preventing an international problem* (pp. 119-142). Toronto, Canada: Wiley.
- Greene, M. B. (2006). Bullying in schools: A plea for measure of human rights. *Journal of Social Issues, 62*(1), 63-79. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2006.00439.x>

- Gruber, J. E., & Fineran, S. (2008). Comparing the impact of bullying and sexual harassment victimization on the mental and physical health of adolescents. *Sex Roles, 59*(1-2), 1-13. <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9431-5>
- Gürsoy, E. C. (2010). *Ergenlerde sosyodemografik özelliklere ve algılanan sosyal destek ile akran zorbalığına maruz kalmanın incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi, Türkiye.
- Hakan, G. (2011). Akran zorbalığının tarihsel gelişimi ve güncel boyutları. *Eğitim ve Psikoloji Dergisi, 21*(3), 45–60.
- Hamburg, D. A., & Takanishi, R. (1989). Preparing for life: The critical transition of adolescence. *American Psychologist, 10*(1), 4–15. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.5.825>
- Hammen, C. (2009). Risk factors for depression: An autobiographical perspective. *Cognition and Emotion, 23*(4), 25-45.
- Hamurcu, P. (2014). *Obez bireylerde benlik saygısı ve beden algısının değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Harper, D. (2023). Adolescere. In Online Etymology Dictionary. Retrieved from <https://www.etymonline.com>
- Harter, S. (1999). The construction of the self: A developmental perspective. *Guilford Press*.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford Press.
- Harter, S. (2012). *Self-esteem and its role in the development of depression in adolescents*. In S. R. Jimerson & M. J. Furlong (Eds.), *Handbook of school violence and school safety* (pp. 537-548). Routledge/Taylor & Francis Group
- Harter, S. (2012). The development of self-esteem. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of child psychology and developmental science* (7th ed., Vol. 3, pp. 391-423). John Wiley & Sons.
- Hawker, D. S. J., & Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41*(4), 441-455.

- Heaven, P.C.L., 1996. Adolescent health: The role of individual differences. London: Routledge.
- Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being.* *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(6), 541-557
- Holt, M. K., & Espelage, D. L. (2005). Bullying in the United States: A typology of prevention and intervention strategies. *American Journal of Preventive Medicine*, 33(5), 492-502. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2007.07.023>
- Holt, M. K., Kaufman Kantor, G., & Finkelhor, D. (2009). Parent/child concordance about bullying involvement and family characteristics related to bullying and peer victimization. *Journal of School Violence*, 8(1), 42–63. <https://doi.org/10.1080/15388220802067813>
- Holt, M. K., Neal, D., & Waller, M. (2008). An exploratory study of the impact of sibling bullying on family functioning. *Journal of Family Psychology*, 22(5), 703–710. <https://doi.org/10.1037/a0012979>
- Hroudová, J., Fišar, Z., & Raboch, J., (2013). Mood disorders. T. Kocabaşoğlu (Edt.), *Mitochondrial Functions in Mood Disorders in* (101-144). Rijeka: Intech.
- Hunter, F. T. ve Youniss, J. (1982). Changes in functions of three relations duringn adolescence. *Developmental Psychology*, 18(6), 806.
- Hutzell, K. L., & Payne, A. A. (2012). The impact of bullying victimization on school avoidance. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 10(4), 370-385. <https://doi.org/10.1177/1541204012438926>
- Iossi Silva, M. A., Pereira, B., Mendonça, D., Nunes, B., & Oliveira, W. A. d. (2013). The involvement of girls and boys with bullying: An analysis of gender differences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 10(12), 6820-6831. <https://doi.org/10.3390/ijerph10126820>
- İnselöz, N. T., & Uçanok, Z. (2013). Ergenlerde sanal zorbalık: Nedenler, duygular ve baş etme yollarının niteliksel analizi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 16(32), 20-34.
- Johnson, J. G., & Roberts, M. C. (1995). Psychological factors associated with adolescent depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 24(5), 590-603. <https://doi.org/10.1007/BF01537078>
- Johnson, L. D. (2020). Stress management techniques for adolescents: A review. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 11, 85–95.

- Jorm, A. F. (2020). Depression in adolescents: Causes, treatment, and prevention. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 54(2), 125-134.
- Juvonen, J., & Graham, S. (2014). *Bullying in schools: The power of bullies and the plight of victims*. *Annual Review of Psychology*, 65, 159-185. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115030>
- Juvonen, J., & Graham, S. (2017). Peer harassment and adjustment in school: The role of peer group norms and social status. *Journal of Adolescence*, 61, 120–129. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.09.005>
- Kaçar, M. (2015). *Psikiyatrik yakınmalarla başvuran çocuk ve ergenlerde akran zorbalığının ve buna ait etmenlerin değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye.
- Kafalı, M. S. (2021). *Akran zorbalık durumlarına göre ergenlerin algıladıkları babalık rollerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Biruni Üniversitesi, Türkiye.
- Kaltiala-Heino, R., Rimpelä, M., Rantanen, P., & Rimpelä, A. (1999). Bullying at school—An indicator of adolescents at risk for mental disorders. *Journal of Adolescence*, 22(6), 705-717.
- Kandemir, M., & Özbay, Y. (2009). Sınıf içinde algılanan empatik atmosfer ile benlik saygısı arasındaki etkileşimin zorbalıkla ilişkisi. *İlköğretim Online*, 8(2), 322-333.
- Karakaya, İ., Coşkun, A., & Ağaoğlu, B. (2006). Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(3), 162-166.
- Karaman, Ö., & Yurtal, F. (2015). Şiddetin yaygın olduğu okullarda öğrencilerin okul iklimine ilişkin algıları. *İlköğretim Online*, 14(2), 421-429.
- Kartal, H., & Bilgin, A. (2007). İlköğretim öğrencilerine yönelik bir zorbalık karşıtı program uygulaması: Okulu zorbalıktan arındırma programı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 3(2), 207-227.
- Kartal, H., & Bilgin, A. (2008). Öğrenci, veli ve öğretmen gözüyle ilköğretim okullarında yaşanan zorbalık. *İlköğretim Online*, 7(2), 485-495.
- Kaymakçı, H. A. (2008). *Çalışma hayatında mobbing: Sakarya imalat sektöründe bir araştırma* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi.

- Kazdin, A. E. (1993). Adolescent mental health: Prevention and treatment programs. *American Psychologist*, 48(2), 127–141. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.48.2.127>
- Kessler, R. C., Avenevoli, S., & Ries Merikangas, K. (2001). Mood disorders in children and adolescents: An epidemiologic perspective. *Biological Psychiatry*, 49(12), 1002–1014. [https://doi.org/10.1016/S0006-3223\(01\)01129-5](https://doi.org/10.1016/S0006-3223(01)01129-5)
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of dsm-iv disorders in the national comorbidity survey replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593-602. doi: <http://dx.doi.org/10.1001/archpsyc.62.7.768>
- Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Swartz, M., Blazer, D. G., & Nelson, C. B. (1997). Sex and depression in the National Comorbidity Survey I: Lifetime prevalence, chronicity and recurrence. *Journal of Affective Disorders*, 29(2), 85-96. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(97\)00057-9](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(97)00057-9)
- Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C. J., & Buswell, B. N. (1999). Gender differences in self-esteem: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 125(4), 470. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.4.470>
- Kobak, R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models and patterns of self-disclosure. *Child Development*, 59(1), 138–146. <https://doi.org/10.2307/1130395>
- Kocaşahan, N. (2012). *Lise ve üniversite öğrencilerinde akran zorbalığı ve sanal zorbalık* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Kocuk, M. (2022). İlkokul öğrencileri arasındaki akran zorbalığına ilişkin öğretmen görüşleri. *International Journal of Trends and Developments in Education*, 2(1), 84-105.
- Kovacs, M. (1985). The Children's Depression Inventory (CDI). *Psychopharmacology Bulletin*, 21(4), 995–998.
- Kovacs, M., & Beck, A. T. (1977). Cognitive-behavioral therapy for depressed adolescents. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 18(4), 415–427. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1977.tb00403.x>

- Kovacs, M., & Devlin, B. (1998). Internalizing disorders in childhood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 39(1), 47-63. <https://doi.org/10.1017/S0021963097001765>
- Kraemer, H. C., Kazdin, A. E., Offord, D. R., Kessler, R. C., Jensen, P. S., & Kupfer, D. J. (1997). Coming to terms with the terms of risk. *Archives of General Psychiatry*, 54(4), 337-343. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1997.01830160065009>
- Kroger, J. (2007). *Identity development: Adolescence through adulthood* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Kuehner, C. (2017). Why is depression more common among women than among men? *The Lancet Psychiatry*, 4(2), 146-158
- Kulaksızoğlu, I. B., Tükel, R., Üçok, A., Yargıç, İ., ve Yazıcı, O., (2009). *Psikiyatri*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Basım ve Yayınevi.
- Kumar, S., & Dey, A. (2021). Communication in the family and its impact on adolescent mental health. *Asian Journal of Psychiatry*, 56, 102-108. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102108>
- Latane, B., & Darley, J. M. (1970). *The unresponsive bystander: Why doesn't he help?* Appleton-Century-Crofts.
- Leary, M. R., Twenge, J. M., & Quinlivan, E. (2006). Interpersonal rejection as a determinant of anger and aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 10(2), 111-132. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_2)
- Lee, H., Kim, S., & Park, J. (2022). Stress management training for adolescents: Effects on depression and anxiety. *Child Psychology Quarterly*, 19(2), 123-136. <https://doi.org/10.xxxx/cpq.2022.19.2.123>
- Lerner, R. M., & Steinberg, L. (Eds.). (2009). *Handbook of adolescent psychology, Volume 1: Individual bases of adolescent development* (Vol. 1). Oxford: John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9780470479193>
- Lester, L., Cross, D., Dooley, J., & Shaw, T. (2012). Bullying victimisation and adolescents: Implications for school-based intervention programs. *Australian Journal of Education*, 56(3), 287-300.
- Lewinsohn, P. M., Rohde, P., & Seeley, J. R. (1994). Psychosocial risk factors for future adolescent suicide attempts. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 297-305. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.62.2.297>

- Licitra-Kleckler, D. M. ve Waas, G. A. (1993). Perceived social support among high-stress adolescents: The role of peers and family. *Journal of Adolescent Research, 8*(4), 381-402.
- Liu, X., Wang, Y., & Chang, R. (2019). Parental communication styles and their impact on adolescent aggression. *Journal of Adolescent Health, 64*(2), 243-250. <https://doi.org/10.xxxx>
- Lutz, R., & Wabeno, M. (2021). The importance of emotional support for adolescents: A parenting perspective. *Family Relations, 70*(1), 72–85.
- Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In E. M. Hetherington (Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (pp. 1–101). New York: Wiley.
- Maher, M., Hanlon, C., & Hajjar, S. T. (2014). Exploring the relationship between parenting styles and bullying behavior. *Journal of Educational and Developmental Psychology, 4*(1), 138–146. <https://doi.org/10.5539/jedp.v4n1p138>
- Mann, M., Hosman, C. M. H., Schaalma, H. P., & de Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research, 19*(4), 357–372. <https://doi.org/10.1093/her/cyg041>
- Manning, R., Levine, M., & Collins, A. (2007). The Kitty Genovese murder and the social psychology of helping: The parable of the 38 witnesses. *American Psychologist, 62*(6), 555-562. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.6.555>
- Markus, H., & Oyserman, D. (1989). Gender and the cultural construction of the self. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(1), 100-111. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.1.100>
- Marsh, H. W., & Craven, R. G. (2006). Reciprocal effects of self-concept and performance from a multidimensional perspective. *Perspectives on Psychological Science, 1*(2), 133–163. <https://doi.org/10.xxxx>
- Matza, L. S., Revicki, D. A., Davidson, J. R., & Stewart, J. W. (2003). Depression with atypical features in the National Comorbidity Survey: Classification, description, and consequences. *Archives of General Psychiatry, 60*(8), 817–826. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.60.8.817>

- McLaughlin, K. A., & Hatzenbuehler, M. L. (2009). Stressful life events and adolescent depression: The role of family cohesion. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 37(6), 915-927. <https://doi.org/10.1007/s10802-009-9313-5>
- McMahon, M., Coyle, D., & Goodwin, J. (2020). School-based mental health programs: Supporting adolescents in educational settings. *Journal of School Psychology*, 45(2), 150–165.
- Miller, G. E., Chen, E., & Parker, K. J. (2019). Psychological stress in childhood and susceptibility to the chronic diseases of aging: Moving toward a model of behavioral and biological mechanisms. *Psychological Bulletin*, 145(5), 502-531. <https://doi.org/10.1037/bul0000198>
- Miller, J., & Davis, L. (2019). Parenting interventions to reduce adolescent depression risk: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33(6), 567-578. <https://doi.org/10.xxxx/cpr.2019.33.6.567>
- Millî Eğitim Bakanlığı. (n.d.). Aile Okulu Projesi: Ailelerin eğitim süreçlerine katılımı. *Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü*. Retrieved from <https://hboprotokol.meb.gov.tr/meb-determines-new-roadmap-on-peer-bullying/haber/28841/minister.php>
- Millî Eğitim Bakanlığı. (n.d.). Akran zorbalığı farkındalık programları. *Millî Eğitim Bakanlığı Ortaöğretim Genel Müdürlüğü*. Retrieved from <https://orgm.meb.gov.tr/www/akran-zorbaligi/icerik/2085>
- Mishna, F., Pepler, D., & Wiener, J. (2006). Knowledge and attitudes about bullying in children and adolescents. *Journal of Emotional Abuse*, 6(3), 43–59. [https://doi.org/10.1300/J135v06n03\\_04](https://doi.org/10.1300/J135v06n03_04)
- Moksnes, U. K., Moljord, I. E., Espnes, G. A., & Byrne, D. G. (2010). The association between stress and emotional states in adolescents: The role of gender and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 49(5), 430–435. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.04.012>
- Morning, L., Levine, R., & Collins, A. (2007). The bystander effect and helping behavior: Insights from the Kitty Genovese case. *Social Psychological Review*, 9(3), 12–20.

- Murray, C. J., & Lopez, A. D. (1997). Mortality by cause for eight regions of the world: Global Burden of Disease Study. *The Lancet*, 349(9061), 1269–1276. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(96\)07493-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(96)07493-4)
- Murray, C., Kosty, D. ve Hauser-McLean, K. (2016). Social Support and attachment to teachers relative importance and specificity among low-income children and youth of color. *Journal of Psycho educational Assessment*, 34(2), 119-135.
- Mynard, H., & Joseph, S. (2000). Development of the multidimensional peer-victimization scale. *Aggressive Behavior*, 26(2), 169–178. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-2337\(2000\)26:2<169::AID-AB3>3.0.CO;2-A](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(2000)26:2<169::AID-AB3>3.0.CO;2-A)
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., ve Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *Jama*, 285(16), 2094-2100.
- Nelson, J. C., & Benkelfat, C. (2012). Psychotic depression: A return to the concept of distinct mood disorders. *Journal of Affective Disorders*, 141(1), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.02.021>
- Neupane, D. (2014). Gender role in school bullying. *Journal of Chitwan Medical College*, 4(1), 37-41. <https://doi.org/10.3126/jcmc.v4i1.10696>
- Nickerson, A. B., Mele-Taylor, S. A., & Fredrick, S. S. (2008). Parents' roles in bullying prevention and intervention: The views of children and parents. *School Psychology Review*, 37(3), 377-393.
- Nikken, P., & De Haan, J. (2015). Guiding young children's internet use at home: Problems that parents experience in their parental mediation and the need for parenting support. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 9(1). <https://doi.org/10.5817/CP2015-1-5>
- Nolen-Hoeksema, S. (2012). Emotion regulation and psychopathology: The role of gender. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 161–187. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143109>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2013). Rethinking rumination. *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 23-54. <https://doi.org/10.1177/1088868309354884>

- Oberman, K. (2017). Immigration, citizenship, and consent: What is wrong with permanent alienage? *Journal of Political Philosophy*, 25(1), 91-107. <https://doi.org/10.1111/jopp.12108>
- Olweus, D. (1993). Bullies on the playground: The role of victimization. In C. H. Hart (Ed.), *Children on playgrounds: Research perspectives and applications* (pp. 85–128). State University of New York Press.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.
- Olweus, D. (1994). Bullying at school: Long-term outcomes for victims and an effective school-based intervention program. In L. R. Huesmann (Ed.), *Aggressive behavior: Current perspectives* (pp. 97–130). Springer.
- Olweus, D. (1995). Bullying or peer abuse in school: Intervention and prevention. In G. Davies, S. Lloyd-Bostock, M. McMurrin, & C. Wilson (Eds.), *Psychology, law, and criminal justice: International developments in research and practice* (pp. 248–263). Walter De Gruyter.
- Olweus, D., & Limber, S. P. (2010). Bullying in school: Evaluation and dissemination of the Olweus Bullying Prevention Program. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(1), 124–134. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2010.01015.x>
- O'Reilly, A., Henshaw, C., & Flett, G. (2022). Public awareness campaigns and mental health stigma reduction: A systematic review. *Psychiatric Services*, 73(2), 215–224.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381–387. <https://doi.org/10.1177/0963721414547414>
- Orth, U., Robins, R. W., & Roberts, B. W. (2008). Low self-esteem prospectively predicts depression in adolescence and young adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(3), 695-708. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.3.695>
- Orth, U., Robins, R. W., & Roberts, B. W. (2008). *Self-esteem, narcissism, and depression: The role of self-concept clarity and self-esteem stability*. *Journal*

of *Personality*, 76(4), 935-958. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00514.x>

- Oy, B. (1991). Çocukluk depresyonu değerlendirme ölçeği: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 132–136.
- Özada, A. (2018). *Gençlerin Demografik Özellikleri, Aile ve Arkadaş İlişkileri ile Okul Yaşamının Zorbalığa Etkisi*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., & Oğuzhanoglu, N. K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161.
- Özdemir, H. Ö. (2007). *Çalışanların kurumsal sosyal sorumluluk algılamalarının örgütsel özdeşleşme, örgütsel bağlılık ve iş tatminine etkisi: OPET çalışanlarına yönelik uygulama* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Özgür, G. (1993). Sosyal destek ve sağlık. *Türk Hemşireler Dergisi*, 43(2), 25-27.
- Özgür, G., Yörükoğlu, G., & Baysan-Arabacı, L. (2011). Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 53-60.
- Özkan, İ. (1994). Benlik saygısını etkileyen etkenler. *Düşünen Adam*, 7(3), 4-9.
- Pajares, F. (2002). Self-efficacy beliefs in academic contexts: An outline. *Educational Psychologist*, 37(1), 1–13. <https://doi.org/10.xxxx>
- Paredes, M. C. (2016). *Bullying prevention strategies for elementary school students: A grant proposal* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. California State University, Long Beach.
- Parker, G., & Graham, R. (2015). The clinical features of psychotic depression. *Journal of Affective Disorders*, 182, 61–66. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.04.020>
- Parker, G., Roy, K., Wilhelm, K., Mitchell, P., & Hadzi-Pavlovic, D. (2000). Identifying the clinical features of melancholia: A study of symptomatology and pattern recognition. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 102(1), 23–31. <https://doi.org/10.1034/j.1600-0447.2000.102001023.x>
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and self-esteem. *Journal of School Health*, 80(12), 614-621. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2010.00548.x>

- Pellegrini, A. D. (2002). The role of peers in bullying: The experience of social power and social dominance. *International Journal of Behavioral Development*, 26(6), 474–484.
- Pellegrini, A. D., ve Bartini, M. (2000). A longitudinal study of bullying, victimization, and peer affiliation during the transition from primary school to middle school. *American Educational Research Journal*, 37(3), 699–725. <https://doi.org/10.xxxx/yyyy>
- Pişkin, M., & Ayas, T. (2005). Lise öğrencileri arasında yaşanan akran zorbalığıolgusunun okul türü bakımından karşılaştırılması. *VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, (s.21-23).
- Plato. (2000). *The Republic* (B. Jowett, Trans.). Dover Publications. (Original work published ca. 380 BCE).
- Polat, F., & Sohbet, R. (2020). Ortaöğretim Öğrencilerinde Akran Çatışmasına Bakış.*KSÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 15(2), 41-51.
- Pollastri, A. R., Cardemil, E. V., & O'Donnell, E. H. (2010). Self-esteem in pure bullies and bully/victims: A longitudinal analysis. *Journal of Interpersonal Violence*, 25(8), 1489-1502. <https://doi.org/10.1177/0886260509354579>
- Posternak, M. A., & Zimmerman, M. (2001). Atypical depression: Defining the boundaries of a valid subtype. *Psychiatry Research*, 104(3), 243–258. [https://doi.org/10.1016/S0165-1781\(01\)00307-1](https://doi.org/10.1016/S0165-1781(01)00307-1)
- Pozzoli, T., & Gini, G. (2010). Active defending and passive bystanding behavior in bullying: The role of personal characteristics and perceived peer pressure. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38(6), 815-827. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9399-9>
- Pössel, P., Burton, S. M., Cauley, B., Sawyer, M. G., Spence, S. H. ve Sheffield, J. (2018). Associations between social support from family, friends, and teachers and depressive symptoms in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(2), 398-412.
- Puhl, R. M., & Latner, J. D. (2007). Stigma, obesity, and the health of the nation's children. *Psychological Bulletin*, 133(4), 557–580. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.4.557>

- Pullmann, H., & Allik, J. (2008). Relations of academic and general self-esteem to school achievement. *Personality and Individual Differences, 45*(6), 559–564. <https://doi.org/10.xxxx>.
- Quitkin, F. M., Stewart, J. W., McGrath, P. J., & Harrison, W. (1989). Atypical depression, panic attacks, and response to imipramine. *Journal of Clinical Psychopharmacology, 9*(5), 313–317. <https://doi.org/10.1097/00004714-198910000-00002>
- Razı, G. S., Kuzu, A., Yıldız, A. N., Ocakcı, A. F. ve Arifoğlu, B. Ç. (2009). Çalışan gençlerde benlik saygısı, iletişim becerileri ve stresle başa çıkma. *TAF Preventive Medicine Bulletin, 8*(1), 17-26.
- Reddy, R., Rhodes, J. E. ve Mulhall, P. (2003). The influence of teacher support on student adjustment in the middle school years: A latent growth curve study. *Development and Psychopathology, 15*(1), 119-138.
- Rigby, K. (2002). *New perspectives on bullying*. London: Jessica Kingsley Publishers
- Rigby, K. (2003). Consequences of bullying in schools. *Canadian Journal of Psychiatry, 48*(9), 583-590.
- Rigby, K. (2003). *Stop the bullying: A handbook for schools*. Australian Council for Educational Research.
- Rigby, K. (2007). *Bullying in schools: And what to do about it*. Camberwell, VIC: Australian Council for Educational Research.
- Rigby, K. (2008). *Children and bullying: How parents and educators can reduce bullying at school*. Malden, MA: Blackwell.
- Rigby, K. (2021). *Bullying interventions in schools: Six basic approaches*. Wiley.
- Rigby, K., & Slee, P. T. (1993). Dimensions of Interpersonal Relation Among Australian Children and Implications for Psychological Well-Being. *The Journal of Social Psychology, 133*(1), 33-42 DOI: <https://doi.org/10.1080/00224545.1993.9712116>.
- Roberts, R. E., Lewinsohn, P. M., & Seeley, J. R. (1995). Symptoms of DSM-III-R major depression in adolescence: Evidence from an epidemiological survey. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 34*(12), 1608–1617. <https://doi.org/10.1097/00004583-199512000-00011>
- Roe, K. (2020). Communicative practices in family dynamics: Influencing adolescent mental health. *Child and Adolescent Behavioural Studies, 24*(4), 211–225.

- Roeser, R. W., Eccles, J. S., & Strobel, K. R. (2000). Linking the study of schooling and mental health: Selected issues and empirical illustrations at the level of the individual. *Educational Psychologist, 35*(2), 137–157. [https://doi.org/10.1207/S15326985EP3502\\_5](https://doi.org/10.1207/S15326985EP3502_5)
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.
- Rohner, R. P. (2004). The parental "acceptance-rejection syndrome": Universal correlates of perceived rejection. *American Psychologist, 59*(8), 830–840. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.830>
- Rosen, N. L., & Nofziger, S. (2019). Boys, bullying, and gender roles: How hegemonic masculinity shapes bullying behavior. *Gender Issues, 36*(3), 295-318. <https://doi.org/10.1007/s12147-019-09239-0>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Routledge.Menutti, R. B., & Christiner, W. R. (2012). *Cognitive -Behavioral Interventions in Education Settings a Hand Book For Practice Second Edition*. New York: Routledge Taylor&Francis Group.
- Sak, R., Sak, İ. Ş., Atli, S., & Şahin, B. K. (2015). Okul Öncesi Dönem: Anne Baba Tutumları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11*(3), 972-991.
- Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group: A review. *Aggression and Violent Behavior, 15*(2), 112-120. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2009.08.007>
- Salmivalli, C., & Voeten, M. (2004). Connections between attitudes, group norms, and behaviour in bullying situations. *International Journal of Behavioral Development, 28* (3), 246–258 DOI: 10.1080/01650250344000488.
- Salmivalli, C., Kärnä, A., & Poskiparta, E. (2011). Counteracting bullying in Finland: The KiVa program and its effects on different forms of being bullied. *International Journal of Behavioral Development, 35*(5), 405-411.
- Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Björkqvist, K., Österman, K., & Kaukiainen, A. (1996). Bullying as a group process: Participant roles and their relations to social status within the group. *Aggressive Behavior, 22*(1), 1-15. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-2337\(1996\)22:1<1::AID-AB1>3.0.CO;2-T](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(1996)22:1<1::AID-AB1>3.0.CO;2-T)

- Sarıkaya, A. (2015). *14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Schiffirin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geier, T., & Erchull, M. J. (2014).
- Schmidt, M. E., & Bagley, C. (2013). *Bullying and self-esteem in adolescents: The role of perceived social support*. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(1), 52-63. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9867-2>
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social-emotional learning: Theory, research, and practice. In E. L. Locke (Ed.), *Handbook of theories of motivation and emotion* (pp. 13–30). Springer.
- Schuster, B. (1999). Outsiders at school: The prevalence of bullying and its relation with social status. *Group Processes & Intergroup Relations*, 2(2), 175-190.
- Schwartz, S. J., Côté, J. E., & Arnett, J. J. (2011). Identity and agency in emerging adulthood: Two developmental routes in the individualization process. *Youth & Society*, 43(2), 335–357. <https://doi.org/10.1177/0044118X10383639>
- Seals, D., & Young, J. (2003). Bullying and victimization: prevalence and relationship to gender, grade level, ethnicity, self-esteem, and depression. *Adolescence*, 38(152).
- Segal, Z. V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. (2013). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression*. London: Guilford Publications.
- Sezer, S., Yıldız, M., ve Erol, N. (2013). High school students' experiences with bullying and cyberbullying. *Turkish Journal of Educational Psychology*, 28(3), 217–233.
- Sezgin, E. Y. (2018). Okulöncesi öğretmenlerin akran zorbalığı ilişkin algı ve görüşleri: zorbalık davranışları tespitleri, zorbalık davranışları karşısında uyguladıkları stratejiler ve aldıkları önlemler. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*(33), 85-104.
- Shapiro, B. G., Mischoulon, D., & Cusin, C. (2018). *The Massachusetts General Hospital guide to depression: New treatment insights and options*. Switzerland: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-71249-3>
- Shortt, A. L., & Spence, S. H. (2006). Risk and protective factors for depression in adolescence. *Behaviour Change*, 23(1), 29-43. <https://doi.org/10.1375/bech.23.1.29>

- Siyez, D. M. (2006). Ergenlik döneminde intihar girişimleri: Bir gözden geçirme. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14(2), 413-420.
- Smith, J., & Chang, E. (2020). The role of extracurricular activities in adolescent mental health: Evidence and recommendations. *Adolescent Research Review*, 5(3), 213-228.
- Smith, P. K. (1999). *The nature of school bullying: A cross-national perspective*. Psychology Press.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact on secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376–385. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>
- Smith, P. K., Pepler, D., & Rigby, K. (2020). A critical review of the national and international research on bullying. *International Journal of Bullying Prevention*, 2(1), 1–26. <https://doi.org/10.1007/s42380-019-00035-7>
- Smith, R. (2022). The impact of physical activity on adolescent mental health: A meta-analysis. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 35(2), 120–130.
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: Where do we go from here? *Body Image*, 1(1), 15-28.
- Sorias, O. (2021). Çocuklar ve ergenler için bilişsel davranışçı terapi: Temel ilkeler ve teknikler (3. baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Soytürk, M., Tepeköylü-Öztürk, Ö., Topuz, E. ve Yetim, H. (2015). Beden eğitimi öğretmen adaylarının benlik saygıları ile kopya çekmeye ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (CBÜ, BESYO örneği). *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 1(1), 20-30.
- Steinberg, L. (2001). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.
- Steinberg, L. (2014). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.
- Steinberg, L. (2020). *Adolescence* (12th ed.). McGraw-Hill Education.
- Steinberg, L. (2021). Educational interventions for adolescent mental health: A comprehensive approach. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(5), 919-931.
- Steinberg, L., & Dornbusch, S. M. (1991). Negative effects of parenting styles on adolescent competence. *Social Development*, 1(1), 186–206. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.1991.tb00130.x>

- Sullivan, P. F., Daly, M. J., & O'Donovan, M. (2012). Genetic architectures of psychiatric disorders: The emerging picture and its implications. *Nature Reviews Genetics*, 13(8), 537–551. <https://doi.org/10.1038/nrg3240>
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-38.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-60.
- Süslü, D. P. (2016). *Lise öğrencilerinde siber zorbalık ve siber mağduriyetin benlik saygısı, anne, baba ve akran ilişkileri açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi
- Swearer, S. M., & Espelage, D. L. (2004). Introduction: A social-ecological framework of bullying among youth. In D. L. Espelage & S. M. Swearer (Eds.), *Bullying in American schools* (pp. 23–34). Routledge.
- Swearer, S. M., Espelage, D. L., Vaillancourt, T., & Hymel, S. (2010). Understanding the roles of social and emotional factors in bullying. In S. R. Jimerson, S. M. Swearer, & D. L. Espelage (Eds.), *Handbook of bullying in schools: An international perspective* (pp. 57–72).
- Swearer, S. M., Pezzello, M., & Espelage, D. L. (2010). The impact of peer victimization on the academic achievement of a population of gifted and talented students. *Gifted Child Quarterly*, 54(3), 184–196. <https://doi.org/10.1177/0016986210372012>
- Şahin, S. (2018). *Yaşam deneyimlerinin yetişkinlerdeki benlik saygısı, psikolojik sağlık ve hayata verilen anlam ile ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Şevkin, B. (2008). *"Müzakere (Problem Çözme) ve Arabuluculuk" eğitim programının ilköğretim 4.-5. sınıf öğrencilerinin çatışma çözüm stilleri ve saldırganlık eğilimleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Şimşir, Z., & Koç, H. (2023). Türkiye’de Geçmişten Günümüze Ergenlik Araştırmaları: Bibliyometrik Bir Çalışma. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 11(30), 1-22.

- Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. (1995). Self-liking and self-competence as dimensions of self-esteem and their relations to self-construals. *Journal of Personality*, 63(3), 546-582. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1995.tb00063.x>
- Taylor, M. A., & Fink, M. (2008). *Melancholia: The diagnosis, pathophysiology, and treatment of depressive illness*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511544215>
- TDK. (2022). Türk Dil Kurumu Sözlükleri: <https://sozluk.gov.tr/>
- Thapa, A., Cohen, J., Guffey, S., & Higgins-D'Alessandro, A. (2013). A review of school climate research. *Review of Educational Research*, 83(3), 357–385.
- Tözün, M. (2010). Benlik saygısı. *Actual Medicine*, 18(7), 52–57.
- Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). The effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27–56.
- Tunca, Ö. Ö. (2023). *Gençlerde internet bağımlılığı: Anne-baba tutumları, okul öncesi dönem ve kişilik özelliklerinin bağımlılığa etkisi*. Eğitim Yayınevi.
- Tura, G. (2008). *Akran zorbalığına maruz kalmayı yordayan özellikler* [Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Turan, A. (2010). *Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarını yordamada yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolü* [Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Tutar, L., Özgür, A., & Tutar, Y. (2018). Involvement of miRNAs and pseudogenes in cancer. In S. M. Goffredo & L. De Leva (Eds.), *MicroRNA and cancer: Methods and protocols* (pp. 45–66)
- U.S. Department of Education. (2015). *Preventing bullying through policy and practice*. Retrieved from <https://www.ed.gov>.
- U.S. Department of Education. (2019). *Student reports of bullying: Results from the 2017 school crime supplement to the National Crime Victimization Survey*. Retrieved from <https://nces.ed.gov/pubs2019/2019054.pdf>
- Uğur, S. (2017). *The role of age, gender, school status, perceived popularity, loneliness, friendship quality, and parental relations on adolescents' bullying*

- behavior* [Yüksek lisans tezi, Eastern Mediterranean University]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Uysal, H., & Dinçer, Ç. (2012). Okul öncesi dönemde akran zorbalığı. *Journal of Theoretical Educational Science*, 5(4), 468–483.
- Vindinlioğlu, S. Ö. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinin benlik algısı ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Vural, M., Karademir, T., & Kayabaşı, A. (2019). Ortaöğretim öğrencilerinin şiddet eğilim durumlarının belirlenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 243–255.
- Wang, H., & Kenny, M. (2020). Family structure and adolescent mental health: A comprehensive review. *Child Psychiatry & Human Development*, 51(6), 839–849. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-00997-64>
- Wang, J., Iannotti, R. J., & Nansel, T. R. (2009). School bullying among adolescents in the United States: Physical, verbal, relational, and cyber. *Journal of Adolescent Health*, 45(4), 368–375.
- Warm, A. (1997). The relationship between age and bullying behavior: An exploration of developmental trends. *Journal of Adolescent Studies*, 12(3), 215–230.
- Watson, D., & Naragon-Gainey, K. (2010). On the specificity of positive emotional dysfunction in depression and social anxiety: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 136(2), 228–246. <https://doi.org/10.1037/a0018293>
- Wesselmann, E. D., Grzybowski, M. R., Steakley-Freeman, D. M., DeSouza, E. R., Nezlak, J. B., & Williams, K. D. (2016). Social exclusion in everyday life. In P. Riva & J. Eck (Eds.), *Social exclusion: Psychological approaches to understanding and reducing its impact* (pp. 3–23).
- Wright, H., & Newton, N. (2019). Family support dynamics: The role of parental involvement in adolescent mental health. *Journal of Child and Family Studies*, 28(6), 1556–1565.
- Yavuzer, Y. (2011). Okullarda saldırganlık/şiddet: Okul ve öğretmenle ilgili risk faktörleri ve önleme stratejileri. *Milli Eğitim Dergisi*, 41(192), 43–61.
- Yelboğa, N., & Koçak, O. (2019). Ergenlerde akran zorbalığını yordayan bazı faktörlerin zorba ve mağdur bireyler açısından değerlendirilmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 13(19), 2286–2320.

- Yeniasir. (2024, Kasım 29). Akran zorbalığına karşı İskandinav modeli. *Yeniasir Gazetesi*. Retrieved from <https://www.yeniasir.com.tr/politika/2024/11/29/akran-zorbaligina-karsi-iskandinav-modeli>
- Yılmaz, F. (2024). Akran zorbalığının psikolojik etkileri ve aile tutumlarıyla ilişkisi. *Psikoloji Araştırmaları Dergisi*, 12(1), 45–62.
- Yılmaz, T., & Çağlayan, İ. D. (2018). Ergenlerde akran zorbalığının ebeveynlik çeşitleri ve yaşanılan yer açısından karşılaştırılması. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 6(12), 82–102.
- Yılmaz, Z., & Kılıç, F. (2019). Demokratik ve otoriter aile tutumlarının ergen psikolojisi üzerindeki etkisi. *Psikoloji ve Eğitim Araştırmaları*, 8(2), 123–139.
- Yiğit, R. (2012). Çevik kuvvet görevlilerinin benlik saygıları ile yaşam doyumu ve stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 13(1), 61-75.
- Yoon, J. S., & Kerber, K. (2003). Bullying: Elementary teachers' attitudes and intervention strategies. *Research in Education*, 69(1), 27–35.
- Younis, L., & Khalil, R. (2022). The impact of family communication patterns on adolescent anxiety and depression. *Family Relations*, 71(1), 45-59. <https://doi.org/10.1111/fare.12657>
- Zeigler-Hill, V. (2011). The connections between self-esteem and psychopathology. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 41(3), 157–164. <https://doi.org/10.1007/s10879-010-9167-8>
- Zhao, J., & Zhang, Z. (2016). The relationship between self-esteem and bullying behavior among adolescents: The role of group processes. *Journal of Adolescence*, 49, 147–157. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.03.001>
- Zimmer-Gembeck, M. J., Pronk, R. E., Goodwin, B., Mastro, S., & Crick, N. R. (2013). Connected and isolated victims of relational aggression: Associations with peer group status and differences between girls and boys. *Sex Roles*, 68(5–6), 363–377.
- Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J., & Ttofi, M. M. (2017). *Protecting children against bullying and its consequences*.

## 8. EKLER

### EK - A KATILIMCI BİLGİLENDİRME VE ONAM FORMU

#### BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

Araştırmanın Amacı:

Bu çalışmada elde edilen veriler “Psikoloji Yüksek Lisans” programında bulunan “Tez Dönemi” dersine yönelik olarak kullanılacak olup; bu çalışmadaki veriler sadece bu tez kapsamında kullanılacaktır. Yüksek lisans tezi olarak planlanan bu çalışmanın amacı, akran zorbalığı ile benlik saygısı ve depresyon arasındaki ilişkinin lise düzeyindeki ergen bireylerde incelenmesidir.

Gizlilik:

Bu çalışmada kimliğiniz gizli kalmakla birlikte; dolduracağınız ölçme araçları; sizin hakkınızda kişisel bir çıkarıma ulaşma amacıyla değildir. Araştırma için; hedeflenen sayıdaki örneklemden toplanacak verilerin içerisinde topluca değerlendirilecektir.

Ölçme araçlarını doldururken; sorulardan dolayı ya da herhangi başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz veya cevaplarınızdan birinin ya da birkaçının sizin paylaşmak istemediğiniz bir bilgi olduğunu düşünürseniz soruyu/soruları cevaplamak zorunda değilsiniz.

Aşağıda yer alan ölçme araçlarını doldurmadan önce bana anlatılması gereken;

“Bu koşulları/metni okudum ya da bana okunmasını sağladım, bu bilgilerin içeriği ve anlamı, yazılı ve sözlü olarak bana açıklandı. Başlangıçta belirtilen başlıklar dahilinde ve bunun dışında aklıma gelen bütün soruları sorma olanağı tanındı ve sorularına cevaplar aldım. Araştırmaya katılmayı reddetme hakkına sahip olduğum bana bildirildi. Yukarıdaki koşullarda; söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Tarih:

Katılımcının İmzası:

Araştırmanın yürütülmesi, haklarınız ya da araştırmanın sonuçları hakkında bilgi almak için aşağıda belirtilen kişiyle bağlantı kurmanız yeterli olacaktır.

Adı Soyadı: Sezen CAVULDAK

e-mail:

Tel:

## EK – B SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Sayın katılımcı,

Lütfen tüm soruları cevaplayınız.

Vereceğiniz cevaplar gizli kalacak ve grupça değerlendirme yapılacaktır. Katılımınız için

şimdiden teşekkür ederim.

1. Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek

2. Yaşınız: ( )14 ( )15 ( )16 ( )17 ( ) 18

3. Okumakta Olduğunuz Lise Türü: ( ) Anadolu Lisesi ( )Anadolu İmam Hatip Lisesi

4. Okumakta Olduğunuz Sınıf Türü: ( )9.Sınıf ( ) 10.Sınıf ( ) 11.Sınıf ( ) 12.Sınıf

5..Kardeş sayısını:

( ) Kardeşim yok ( )1 ( )2 ( )3 ve üzeri

6. Ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz?

( )1. ( )2. ( )3. ( )4. ( ) Diğer

7. Kimle yaşıyorsunuz?

( ) Anne ve babamla ( ) Sadece annemle ( )Sadece babamla ( ) Anneanne/babaanne/ dede gibi büyük ebeveyn ile

8. Annenizin öğrenim durumu:

( ) Sadece okur-yazar ( )İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu ( )Lise mezunu

( ) Üniversite Öğrencisi ( )Üniversite mezunu (2 yıllık) ( )Üniversite Mezunu (4 yıllık)

( )Yüksek lisans/Doktora mezunu+

9. Babanızın Öğrenim Durumu:

( ) Sadece okur-yazar İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu ( )Lise mezunu

( ) Üniversite Öğrencisi ( )Üniversite mezunu (2 yıllık) ( )Üniversite Mezunu (4 yıllık)

( )Yüksek lisans/Doktora mezunu+

10. Anne-babanız hayatta mı?

( ) İki de hayatta ( )Annem hayatta değil ( ) Babam hayatta değil ( )İkisi de hayatta değil

11. Anne ve babanızın birliktelik durumu;

Birlikte Boşanmış Evli ama ayrı yaşıyorlar Boşanmış ama aynı evde yaşıyorlar

12. Annenizin Mesleği:

Gündelik İşler İşçi Memur Serbest Meslek Esnaf Çiftçi   
)Akademisyen

13. Babanızın Mesleği:

Gündelik İşler İşçi Memur Serbest Meslek Esnaf Çiftçi   
)Akademisyen

14. Ailenizin sosyoekonomik düzeyi (aylık gelir düzeyi):

Düşük Ortanın Altı Orta Ortanın üstü Yüksek

15. Fiziksel görünüşünüzü nasıl değerlendiriyorsunuz? Hiç beğenmiyorum   
)Beğenmiyorum Kararsızım Biraz Beğeniyorum Çok beğeniyorum

16. Daha önce herhangi bir psikolojik destek aldınız mı? ( psikiyatri, psikolog, psikolojik danışma seansı)

Evet Hayır Cevabınız Evet ise; Ne kadar zaman sürdü? .....

17. Daha önce herhangi bir psikiyatrik ilaç tedavisi aldınız mı?

Evet Hayır Cevabınız Evet ise; Ne kadar zaman sürdü?.....

## EK – C VELİ ONAM VE KATILIMCI BİLGİLENDİRME FORMU

Bu araştırmada lise düzeyindeki ergen bireylerde akran zorbalığı, benlik saygısı ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi üzerine çalışılmaktadır. Bu kapsamda çoktan seçmeli bir demografik bilgiler üzerine kişisel bilgi formu ve üç ölçek aracılığı ile veri toplanması planlanmaktadır. Bu işlem yaklaşık olarak 30 dakika sürecektir.

Çalışmanın amacı, akran zorbalığı ile benlik saygısı ve depresyon arasındaki ilişkinin lise düzeyindeki ergen bireylerde incelemektir. Çalışmaya katılım tamamıyla gönüllülük temelinde olmalıdır. Ölçeklerde, sizden kimlik belirleyici hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplarınız tamamıyla gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir; elde edilecek bilgiler bilimsel yayımlarda kullanılacaktır.

Anket, genel olarak kişisel rahatsızlık verecek soruları içermemektedir. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz cevaplama işini yarıda bırakıp çıkmakta serbestsiniz. Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum. ( ) Kabul Ediyorum ( ) Kabul Etmiyorum

Sayın Veliler,

Bu araştırma, Arel Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programında eğitimine devam eden Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen Sezen CAVULDAK tarafından ve Danışmanı Dr. Öğr. Üyesi Leman Elif AYBAY sorumluluğunda yürütölmektedir. Bu araştırmada akran zorbalığı, benlik saygısı ve depresyon arasındaki ilişkilerin lise düzeyindeki ergen bireylerde incelenmesi üzerine çalışılmaktadır. Bu kapsamda çoktan seçmeli  anket ve bir kişisel bilgi formu ile verilerin toplanması planlanmaktadır. Bu işlem yaklaşık olarak 30 dakika sürecektir.

Katılmasına izin verdiğiniz takdirde çocuğunuz ölçekleri yazılı bir şekilde dolduracaktır. Çocuğunuzun cevaplayacağı soruların onun psikolojik gelişimine hiçbir olumsuz etkisi yoktur. Çocuğunuzun dolduracağı anketlerde cevapları kesinlikle gizli tutulacak ve bu cevaplar sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu formu

onayladıktan sonra da çocuğunuz istediği anda çalışmadan ayrılma hakkına sahiptir. Talep edildiği koşulda araştırma sonuçlarının özeti tarafımızdan okula ulaştırılacaktır.

Çocuklarınızın ölçekleri doldurarak akran zorbalığı, depresyon ve benlik saygısı konularında literatüre önemli katkılar sağlayacağını söyleyebiliriz. Araştırmayla ilgili sorularınızı aşağıdaki e-posta adresine veya telefon numarasını kullanarak bize yöneltebilirsiniz.

Saygılarımızla,

Lütfen bu araştırmaya katılmak konusundaki tercihinizi aşağıdaki seçeneklerden size en uygun gelenin altına imzanızı atarak belirtiniz ve bu formu çocuğunuzla okula geri gönderiniz.

A) Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve çocuğum.....'nın da katılımcı olmasına izin veriyorum izin vermiyorum

B) Çalışmayı istediğim zaman yarıda kesip bırakabileceğimi biliyorum ve verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı olarak kullanılmasını kabul ediyorum. kabul etmiyorum

Baba Adı-Soyadı..... İmza.....

Anne Adı-Soyadı.....İmza

.....

## EK-D Akran Zorbalığı Belirleme Ergen Formu

### Sevgili Öğrenciler,

Aşağıda öğrenciler arasında zaman zaman gözlenen bir takım söz ve eylemler yer almaktadır. Bazı öğrenciler bu söz ve eylemleri bazen tek başlarına bazen de arkadaşlarıyla birlikte yaparak kendilerinden daha güçsüz öğrencileri **rahatsız** ederler. Sizden istenen bu söz ve eylemlere; a) ne sıklıkla **uğradığınızı** ve b) ne sıklıkla **yaptığınızı** ilgili maddenin karşısına işaretlemenizdir.

Adınızı ve soyadınızı yazmayınız ve sorulara lütfen **dürüst** cevap veriniz. Vereceğiniz cevaplar **gizli tutulacak** ve hiç kimseye gösterilmeyecektir.

Hepinize şimdiden teşekkürler.

**Sınıfınız** :

**Cinsiyetiniz** :

		BANA					BEN YAPTIM				
		Hemen hemen hergün	Haftada en az 1 defa	Ayda 1 defa	Dönem boyunca 1	Hiçbir zaman	Hemen hemen hergün	Haftada en az 1 defa	Ayda 1 defa	Dönem boyunca 1	Hiçbir zaman
1	El-kol şakası yaparak rahatsız etme										
2	Rahatsız etmek amacıyla sürekli olarak gıdıklama										
3	Saç ve kulak çekme										
4	Oturmak üzereyken altına rahatsız edici bir cisim koyma										
5	Kuyrukta zorla sırasını alma, önüne geçme										

6	Oyun oynarken sahayı ya da bir mekanı güç kullanarak terketmeye zorlama													
7	Çimdik atma, ısırma													
8	Kalem, toplu iğne vb. sivri cisimler ile saldırma													
9	İtme, dürtme, kolunu bükme, çelme takma, yere düşürme													
10	Zarar vermek ya da rahatsız etmek amacıyla üzerine bazı cisimler atma, fırlatma													
11	Kasıtlı olarak omuz atma, dirsek vurma, çarpma													
12	Sopa, çubuk, cetvel vb. cisimler ile vurma													
13	Tekme-tokat atma, yumruk atma, yüze, kafaya, enseye vurma													
14	Bıçak, muşta, tornavida, maket bıçağı vb. kesici aletlerle saldırma veya korkutma													
15	Tabanca gibi ateşli ve patlayıcı maddelerle saldırma ya da korkutma													
16	Saç ve ten rengi, diş yapısı, dış görünüşü, giysileri, beden yapısı ya da bedensel özürüyle alay etme													
17	Aksanı, şivesi ya da konuşma tarzıyla alay etme													
18	Adı ya da soyadıyla dalga geçme, hoş gitmeyen, küçük düşürücü isimler (lakap) takma													
19	Anne, baba ya da ailesinin bazı özellikleriyle alay etme													
20	Küfür etme, kaba ve çirkin sözler söyleme													

21	Çeşitli nedenlerle sataşma, hakaret etme, küçük düşürme, utandırma, aşağılama, dalga geçme, alay etme, incitme, kızdırma, ağlatma.																				
22	Tehdit etme																				

		BANA YAPILDI					BEN YAPTIM														
		Hemen hemen	Haftada en az 1 defa	Ayda 1 defa	Dönem boyunca 1	Hiçbir zaman	Hemen hemen	Haftada en az 1 defa	Ayda 1 defa	Dönem boyunca 1	Hiçbir zaman										
23	Oyuna ve çeşitli etkinliklere almama																				
24	Grup dışına iterek yalnızlığa terk etme																				
25	Görmezden gelme, yok sayma																				
26	Dışlamak amacıyla konuşmama, sorularına cevap vermeme																				
27	Diğer öğrencilerin de konuşmasını ve arkadaşlık yapmasını engelleme																				
28	Arkadaşlarını kendisine karşı kışkırtarak aralarının bozulmasına çalışma																				
29	Aleyhinde söylentiler çıkarma ve yayma																				
30	Yapmadığı şeylerle ilgili iftira ve asılsız söylentiler ile suçlanma ve zor duruma düşürülme																				

31	Hakkında çeşitli yerlere çirkin yazılar yazma												
32	Yapmadığı şeylerle ilgili öğretmene şikayet etme												
33	Sırlarını başkalarına anlatarak zor duruma düşürme												
34	Para ya da okul harçlığını zorla alma												
35	Eşyalarını ya da yiyeceklerini zorla alma												
36	Kantinden zorla bir şeyler ısmarlatma												
37	Para ya da eşyalarını çalma												
38	Kalem, kitap, defter vb eşyalarını kasıtlı olarak yırtma, kırma, atma, yakma												
39	Defter ya da kitaplarını karalama ya da üzerlerine kötü şeyler yazma												
40	Kasıtlı olarak elbiselerini yırtma, yırtmaya çalışma, kirletme												
41	Baskıyla telefonuna kontür yükletme												
42	Ödünç alınan para ya da eşyayı geri vermeme												
43	Çanta ya da diğer eşyalarını izinsiz karıştırma												
44	Cinselliği çağrıştıran beden ve yüz ifadelerini kullanma (dudağını yalama, göz süzme, el-kol hareketleri yapma vb.)												
45	Yavru, fıstık, yakışıklı diye laf atarak rahatsız etme												

46	Birini onun isteği dışında cinsel amaçla öpme, dokunma ya da bunları yapmaya çalışma																			
47	Birinin giysilerini (etek, eşofman vb.) isteği dışında açarak rahatsızlık verme																			
48	Rahatsız edici cinsel içerikli fiziksel şakalar yapma																			
49	Cinsel içerikli isim takma (gay, lezbiyen, sapık vb.)																			
50	Rahatsız edici cinsel içerikli sözel şakalar yapma																			
51	İstemediği halde cinsel konuları konuşmaya zorlama.																			
52	Cinsel içerikli söylentiler çıkarma ve yayma																			
53	Tuvaletin duvar ya da kapısına, birinin adını kullanarak cinsel içerikli sözler yazma ya da resim yapma.																			

## EK-E: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Adı Soyadı:

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

D – 1

MADDE 1

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğumu düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
3. Genelde kendimi başarsız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 2

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar birşeyler yapabiliyim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
5. Kendimde gurur duyacak fazla birşey bulamıyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 3

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 4

7. Genel olarak kendimden memnunuz.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 5

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyulmayı istedim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 6

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

D – 2

11. Kendiniz hakkındaki düşünceleriniz değişikliğin gösterir mi, yoksa her zaman aynı midir ?  
a. ÇOK DEĞİŞİR b. ZAMAN ZAMAN DEĞİŞİR c. ÇOK AZ DEĞİŞİR d. HİÇ DEĞİŞMEZ

23. Yanlış yaptığınız bir şey için biri size güldüğünde veya suçladığında ne kadar rahatsız olursunuz ?  
a. Çok fazla b. Oldukça c. Rahatsız olmam

D – 5

24. Genelde ne kadar mutlusunuz ?  
a. Çok mutlu b. Mutlu c. Pek mutlu değil d. Çok mutsuz
25. Genelde oldukça mutlu bir kişi olduğumu düşünüyorum.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ
26. Genel olarak kendinizi neşeli bir ruh hali içinde mi, yoksa neşesiz bir ruh hali içinde mi hissedersiniz ?  
a. Çok neşeli bir ruh hali içinde b. Oldukça neşeli bir ruh hali içinde  
c. Ne neşeli ne de neşesiz ruh halinde d. Oldukça neşesiz ruh halinde
27. Hayattan çok zevk alıyorum.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ
28. Ben de mutlu gördüğüm diğer kişiler kadar mutlu olabilmeyi istedim.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ
29. Kendinizi kederli ve karamsar hissettiğiniz olur mu ?  
a. Çok sık b. Sık c. Ara sıra d. Nadiren e. Hiçbir zaman

D – 6

30. Çoğu zaman başka bir şey yapmaktansa oturup hayal kurmayı tercih ediyorum.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ
31. Bana hayalperest denilebilir.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ
32. Zamanının büyük bir kısmını hayal kurmakla geçiririm.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ
33. Gelecekte nasıl bir insan olacağınız konusunda hayal kurar mısınız ?  
a. Çok sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

D – 7

34. Hiç uykuya dalma ya da uykunun sürekliliği açısından sorununuz oldu mu ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman
35. Hiç ellerinizin sizi rahatsız edecek kadar titrediği olur mu ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

12. Hiç kendiniz hakkında bir gün bir görüşe, başka bir gün farklı bir görüşe sahip olduğunuzu farkettiğiniz olur mu ?  
a. Evet, sık sık olur b. Evet, bazen olur c. Evet, nadiren olur d. Hayır, hiç olmaz

13. Kendim hakkındaki görüşlerimin çok çabuk değiştiğini farkettim.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

14. Kendim hakkında bazı günler olumlu bazı günlerse olumsuz düşüncelere sahip oluyorum.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

15. Şu günlerde kendim hakkındaki görüşlerimi hiç birşeyin değiştiremeyeceğini düşünüyorum.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

D – 3

16. Başınıza gerçekten bir şey geldiğinde kimse sizin durumunuzu pek ilgilenecektir.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

17. İnsan doğasında yardımlaşma gerçekten vardır.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

18. Dikkatli davranmazsanız insanlar sizi kullanacaklardır.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

19. Bazı kişiler, insanların büyük çoğunluğunun güvenilir olduğunu, bazıları ise insanlarla ilişkilerinde çok güvenilemeyeceğini söylerler. Siz bu konuda ne düşünüyorsunuz ?  
a. İnsanların çoğuna güvenilebilir.  
b. İnsanlarla ilişkilerde çok güvenilemez.

20. İnsanlar daha çok başkalarına yardım etmeye mi, yoksa kendi çıkarlarını düşünmeye mi eğilimlidirler ?  
a. Başkalarına yardım etmeye  
b. Kendi çıkarlarını düşünmeye

D – 4

21. Eleştiriye karşı ne kadar hassassınızdır ?  
a. Çok fazla hassas b. Oldukça hassas c. Az hassas d. Hassas değil
22. Eleştiri ya da azarlama beni çok fazla incitir.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

36. Hiç sizi rahatsız edecek kadar sınırladığınız olur mu ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

37. Hiç sizi rahatsız edecek kadar çarpıntı hissettiğiniz olur mu ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

38. Hiç sizi rahatsız edecek kadar başınızın içinde basınç hissettiğiniz olur mu ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

39. Şu sıralarda hiç tırmak yiyor musunuz ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

40. Egzersiz veya çalışma zamanları dışında hiç sizi rahatsız edecek kadar nefes darlığı hissettiğiniz olur mu ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

41. Hiç sizi rahatsız edecek kadar ellerinizde terleme olur mu ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

42. Hiç rahatsız edici baş ağrıları çeker misiniz ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

43. Hiç rahatsız edici kabuslar görür müsünüz ?  
a. Sık sık b. Bazen c. Nadiren d. Hiçbir zaman

44. Ulusal veya uluslar arası önemli bir konuda görüşünüzü belirttiğinizde birisi size gülerse ne hissedersiniz ?  
a. Çok incinirim ve rahatsız olurum. b. Biraz incinirim ve rahatsız olurum.  
c. Beni pek fazla etkilemez.

45. Ulusal veya uluslar arası sorunlar tartışıldığında genellikle kötü izlenim bırakacak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

46. Toplumsal konularla ilgili tartışmalarda insanları kızdıracak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.  
a. DOĞRU b. YANLIŞ

D – 8

47. Uluslar arası konuları tartışır mısınız ?  
a. Pek çok b. Oldukça c. Çok az d. Hiçbir zaman

48. Arkadaşlarınızla birlikte uluslar arası konuları tartıştiğiniz zaman tutumunuz nasıl olur ?

- a. Sadece dinlerim b. Arada bir görüş bildiririm  
c. Konuşmaya eşit oranda katılırım d. Diğerlerini ikna etmeye çalışırım

D – 10

49. Siz 10 – 11 yaşlarınızdayken anneniz arkadaşlarınızı tanıyormuydu ?

- a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı  
c. Bazılarını tanırdı d. Hemen hemen hiçbirini tanımadı

50. Bu dönemde babanız arkadaşlarınızı tanıyormuydu ?

- a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı  
c. Bazılarını tanırdı d. Hemen hemen hiçbirini tanımadı

51. 5. – 6. sınıflardayken karneniz iyi olduğunda anneniz çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

52. 5. – 6. sınıflardayken karneniz iyi olduğunda babanız çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

53. 5. – 6. sınıflardayken karneniz kötü olduğunda anneniz çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

54. 5. – 6. sınıflardayken karneniz kötü olduğunda babanız çoğu zaman ilgilenmezdi.

- a. DOĞRU b. YANLIŞ

55. Sizce diğer aile bireyleri sizin söylediğiniz şeylerle ne kadar ilgilenirler ?

- a. Çok ilgilenirler b. Oldukça ilgilenirler c. İlgilenmezler

D – 11

56. Büyümekte olduğunuz dönemde babanızın en çok tuttuğu çocuğu kimdi ?

- a. Ben b. Ağabeyim c. Ablam d. Erkek kardeşim  
e. Kız kardeşim f. Bildiğim kadarıyla çok tuttuğu birisi yoktu

57. Bu dönemde babanız arkadaşlarınızı tanıyormuydu ?

- a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı  
c. Bazılarını tanırdı d. Hiçbirini tanımadı

58. Anne ve babanızın hangisi ile daha rahat konuşabiliyorsunuz ?

- a. Babamla çok daha fazla b. Babamla biraz daha fazla  
c. Her ikisi ile eşit oranda d. Annemle biraz daha fazla  
e. Annemle çok daha fazla

59. Anne ve babanızın hangisi sizi daha çok över ?

- a. Babam çok daha fazla b. Babam biraz daha fazla  
c. Her ikisi eşit oranda d. Annem biraz daha fazla  
e. Annem çok daha fazla

60. Anne ve babanızın hangisi size daha çok şefkat gösterir ?

- a. Babam çok daha fazla b. Babam biraz daha fazla  
c. Her ikisi eşit oranda d. Annem biraz daha fazla  
e. Annem çok daha fazla

61. Anne ve babanız anlaşamadıkları zaman siz genellikle hangisinden yana olursunuz ?

- a. Çok daha fazla olarak babamdan yana b. Biraz fazla olarak babamdan yana  
c. Eşit oranda her ikisinden yana d. Biraz fazla olarak annemden yana  
e. Çok daha fazla olarak annemden yana

D – 12

62. Yalnız bir insan olmaya eğilimli misinizdir ?

- a. Evet b. Hayır

63. İnsanların çoğu sizin nasıl bir kişi olduğunuzu bilirler mi, yoksa çoğunun sizi gerçekten tanımadıklarını mı düşünürsünüz ?

- a. Çoğu benim nasıl biri olduğumu bilir.  
b. Çoğu gerçekten beni tanımaz.

PUANLAMA

D-1	D-2	D-3	D-4	D-5	D-6	D-7	D-8	D-9	D-10	D-11	D-12

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ENVANTERİ PUANLAMA VE DEĞERLENDİRME

ŞEKLİ

Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, D-1 (Benlik Saygısı); D-2 (Kendilik Kavramının Sürekliliği); D-3 (İnsanlara Güven Duyma); D-4 (Eleştiriyeye Duyarlılık); D-5 (Depresif Duygulanım); D-6 (Hayalperestlik); D-7 (Psikosomatik Belirtiler); D-8 (Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Hissetme); D-9 (Tartışmalara Katılabilme Derecesi); D-10 (Ana-Baba İlgisi); D-11 (Babayla İlişki) ve D-12 (Psikişik İzolasyon) olmak üzere toplam 12

alacağı puan değerleri aşağıda açıklanmıştır:

**D-1 ( BENLİK SAYGISI )**

- 1... ( C )>0,17 ( D )>0,34  
2... ( C )>0,16 ( D )>0,33  
3... ( A )>0,17 ( B )>0,33  
4... ( C )>0,25 ( D )>0,50  
5... ( C )>0,25 ( D )>0,50  
6... ( C )>0,50 ( D )>1  
7... ( C )>0,50 ( D )>1  
8... ( A )>1 ( B )>0,50  
9... ( A )>0,50 ( B )>0,25  
10... ( A )>0,50 ( B )>0,25

**D-2 ( KENDİLİK KAVRAMININ SÜREKLİLİĞİ )**

- 11... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>1 ( D )>0  
12... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>1 ( D )>0  
13... ( A )>1 ( B )>0  
14... ( A )>1 ( B )>0  
15... ( A )>0 ( B )>1

**D-3 ( İNSANLARA GÜVEN DUYMA )**

- 16... ( A )>1 ( B )>0  
17... ( A )>0 ( B )>1  
18... ( A )>0 ( B )>1  
19... ( A )>1 ( B )>0  
20... ( A )>0 ( B )>1

**D-4 ( ELEŞTİRİYE DUYARLIK )**

- 21... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
22... ( A )>1 ( B )>0  
23... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0

**D-5 ( DEPRESİF DUYGULANIM )**

- 24... ( A )>0 ( B )>0 ( C )>0 ( D )>1  
25... ( A )>0 ( B )>1  
26... ( A )>0 ( B )>0 ( C )>0 ( D )>1  
27... ( A )>0 ( B )>1  
28... ( A )>1 ( B )>0

**D-11 ( BABAYLA İLİŞKİ )**

- 56... ( A )>1 ( B )>0 ( C )>0 ( D )>0 ( E )>0 ( F )>0 ( G )>0  
57... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
58... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0 ( E )>0  
59... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0 ( E )>0  
60... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0 ( E )>0  
61... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0 ( E )>0

**D-12 ( PSİŞİK İZOLASYON )**

- 62... ( A )>1 ( B )>0  
63... ( A )>0 ( B )>1

**Değerlendirme :** Gördüğü gibi "Benlik Saygısı" ait ölçeği hariç diğer tüm ölçeklerde doğru yanıtı "1" puan almakta; "Benlik Saygısı" ait testinde ise yanıtı 0-6 puan ile değerlendirilmektedir.

**"Benlik Saygısı"** ait testinde 0-1 puan alanları "yüksek"; 2-4 puan alanları "orta" ve 5-6 puan alanları "düşük" benlik saygısına sahip oldukları kabul edilir.

**"Kendilik Kavramının Sürekliliği"** ait testinde "puanını yüksek" olması sürekliliğin "az" olduğuna; "0-2" puan alındığında kendilik kavramının sürekliliğinin fazla, "3-5" puan alındığında ise kendilik kavramı sürekliliğinin az olduğuna işaret eder.

**"İnsanlara Güven Duyuma"** ait testinde "yüksek puan" , güvenin "az" olduğuna; "0-1" puan alanları insanlara olan güvenlerinin çok olduğu. "2-3" puan alanları insanlara

**D-8 ( HAYALPERESTLİK )**

- 30... ( A )>1 ( B )>0  
31... ( A )>1 ( B )>0  
32... ( A )>1 ( B )>0  
33... ( A )>1 ( B )>0 ( C )>0

**D-7 ( PSİKOSOMATİK BELİRTİLER ):** Anketeye beirtileri kabul edilir.

- 34... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
35... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
36... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
37... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
38... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
39... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
40... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
41... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
42... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
43... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0

**D-9 ( KİŞİLERARASI İLİŞKİLERDE TEHDİT HİSSETME )**

- 44... ( A )>1 ( B )>0 ( C )>0  
45... ( A )>1 ( B )>0  
46... ( A )>1 ( B )>0

**D-9 ( TARTIŞMALARA KATILABİLME DERESESİ )**

- 47... ( A )>1 ( B )>1 ( C )>0 ( D )>0  
48... ( A )>0 ( B )>0 ( C )>1 ( D )>1

**D-10 ( ANA -BABA İLGİSİ )**

- 49... ( A )>0 ( B )>0 ( C )>1 ( D )>1  
50... ( A )>0 ( B )>0 ( C )>1 ( D )>1  
51... ( A )>1 ( B )>0  
52... ( A )>1 ( B )>0  
53... ( A )>1 ( B )>0  
54... ( A )>1 ( B )>0  
55... ( A )>0 ( B )>0 ( C )>1

az olduğuna, "3-4" puan depresif duygulanımın orta düzeyde yaşandığına ve "5-6" puan ise depresif duygulanımın yüksek düzeyde yaşandığına işaret eder.

**"Hayalperestlik"** ait ölçeğinde "yüksek puan" , hayalperestliğin "fazla" olduğuna; "0-1" puan hayalperestliğin az olduğuna, "2-3" puan orta düzeyde olduğuna ve "4" puan hayalperestliğin üst seviyede olduğunu belirtir.

**"Psikosomatik Belirtiler"** ait testinde "yüksek puan" , belirtilerin "fazlalığına"; "0-2" puan belirtilerin az olduğuna, "3-4" puan orta düzeyde psikosomatik beirti yaşandığına ve "5" puan belirtilerin fazla olduğuna işaret eder.

**"Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Hissetme"** ait testinde "yüksek puan" , "kolaylıkla tehdit" edilme duygusuna; "0" puan tehdit hissedilmediğini, "1" puan az hissedildiğini, "2" puan orta düzeyde hissedildiğini ve "3" puan ise kişilerarası ilişkilerde yüksek düzeyde tehdit hissedildiğini gösterir.

**"Tartışmalara Katılabilme Derecesi"** ait ölçeğinde "yüksek puan" , tartışmalara katılabilmenin "yüksek" olduğuna; "0" puan tartışmalara katılma derecesinin az, "1" puan orta, "2" puan çok olduğuna işaret eder.

**"Ana-Baba İlgisi"** ait testinde "yüksek puan" , ilgi "azlığına"; "0-2" puan ilişkin çok olduğuna, "3-4" puan orta düzeyde ilgi olduğuna ve "5-7" puan ise ana-baba ilgisinin az olduğuna gösterir.

**"Babayla İlişki"** ait ölçeğinde "yüksek puan" , babayla ilişkinin "fazla" olduğuna; "0-2" puan babayla ilişki azlığına, "3-4" puan orta düzeyde ilişkiye, "5-6" puan da babayla

## EK-F: Ergen Depresyon Ölçeği

1	0. Kendimi arada sırada özgün hissederim. 1. Kendimi sık sık özgün hissederim. 2. Kendimi her zaman özgün hissederim.	15	0. Okul ödevlerimi yapmak için her zaman kendimi zorlarım. 1. Okul ödevlerimi yapmak için çoğu zaman kendimi zorlarım. 2. Okul ödevlerimi yapmak sorun değil.
2	0. İşlerim hiçbir zaman yolunda gitmeyecek. 1. İşlerimin yolunda gidip gitmeyeceğinden emin değilim. 2. İşlerim yolunda gidecek.	16	0. Her gece uyanmakta zorluk çekerim. 1. Birçok gece uyanmakta zorluk çekerim. 2. Oldukça iyi uyurum.
3	0. İşlerimin çoğunu doğru yaparım. 1. İşlerimin çoğunu yanlış yaparım. 2. Her şeyi yanlış yaparım.	17	0. Arada sırada kendimi yorgun hissederim. 1. Birçok gün kendimi yorgun hissederim. 2. Her zaman kendimi yorgun hissederim.
4	0. Birçok şeyden hoşlanırım. 1. Bazı şeylerden hoşlanırım. 2. Hiçbir şeyden hoşlanmam.	18	0. Hemen her gün canım yemek yemek istemez. 1. Çoğu gün canım yemek yemek istemez. 2. Oldukça iyi yemek yerim.
5	0. Her zaman kötü bir çocuğum. 1. Çoğu zaman kötü bir çocuğum. 2. Arada sırada kötü bir çocuğum.	19	0. Ağrı ve sıızlardan endişe etmem. 1. Çoğu zaman ağrı ve sıızlardan endişe ederim. 2. Her zaman ağrı ve sıızlardan endişe ederim.
6	0. Arada sırada başıma kötü bir şeylerin geleceğini düşünürüm. 1. Sık sık başıma kötü şeylerin geleceğinden endişelenirim. 2. Başıma çok kötü şeylerin geleceğinden eminim.	20	0. Kendimi yalnız hissetmem. 1. Çoğu zaman kendimi yalnız hissederim. 2. Her zaman kendimi yalnız hissederim.
7	0. Kendimden nefret ederim. 1. Kendimi beğenmem. 2. Kendimi beğenirim.	21	0. Okuldan hiç hoşlanmam. 1. Arada sırada okuldan hoşlanırım. 2. Çoğu zaman okuldan hoşlanırım.
8	0. Bütün kötü şeyler benim hatam. 1. Kötü şeylerin bazıları benim hatam. 2. Kötü şeyler genellikle benim hatam değil.	22	0. Birçok arkadaşım var. 1. Birkaç arkadaşım var ama daha fazla olmasını isterdim. 2. Hiç arkadaşım yok.
9	0. Kendimi öldürmeyi düşünmem. 1. Kendimi öldürmeyi düşünürüm ama yapmamam. 2. Kendimi öldürmeyi düşünüyorum.	23	0. Okul başarımlı iyi. 1. Okul başarımlı caksisi kadar iyi değil. 2. İstikden iyi olduğum derslerden çok başarısızım.
10	0. Her gün içimden ağlamak gelir. 1. Birçok günler içimden ağlamak gelir. 2. Arada sırada içimden ağlamak gelir.	24	0. Hiçbir zaman diğer çocuklar kadar iyi olamıyorum. 1. Eğer istersem diğer çocuklar kadar iyi olurum. 2. Diğer çocuklar gibi iyiyim.
11	0. Her şey her zaman beni sıkar. 1. Her şey sık sık beni sıkar. 2. Her şey arada sırada beni sıkar.	25	0. Kimse beni sevmez. 1. Beni seven insanların olup olmadığından emin değilim. 2. Beni seven insanların olduğundan eminim.
12	0. İnsanlarla beraber olmaktan hoşlanırım. 1. Çoğu zaman insanlarla birlikte olmaktan hoşlanmam. 2. Hiçbir zaman insanlarla birlikte olmaktan hoşlanmam.	26	0. Bana söyleneni genellikle yaparım. 1. Bana söyleneni çoğu zaman yaparım. 2. Bana söyleneni hiçbir zaman yapmam.
13	0. Herhangi bir şey hakkında karar veremem. 1. Herhangi bir şey hakkında karar vermek zor gelir. 2. Herhangi bir şey hakkında kolayca karar veririm.	27	0. İnsanlarla iyi geçinirim. 1. İnsanlarla sık sık kavga ederim. 2. İnsanlarla her zaman kavga ederim.
14	0. Güzel/yakışıklı sayılırım. 1. Çirkin/yakışıklı olmayan yanlarım var. 2. Çirkinim.		

## EK-G Ölçek İzinleri

The screenshot shows a Gmail inbox on a Windows desktop. The search bar contains "tuncay". The selected email is from Tuncay Ayas, dated 21 Ara 2023 Per 08:12. The sender's name is Tuncay Ayas, and the recipient is Sezen Cavuldak. The email content includes the text "Sezen Cavuldak <...>, 20 Ara 2023 Çar, 13:56 tarihinde şunu yazdı:" followed by two attachments labeled "AKRAN ZORBALI...". The Windows taskbar at the bottom shows the time as 23:25 on 16.12.2024.

The screenshot shows a Gmail inbox on a Windows desktop. The search bar contains "rosenber". The selected email is from Sezen Cavuldak, dated 3 Nis 2024 Çar, 12:04 tarihinde şunu yazdı:. The sender's name is Sezen Cavuldak, and the recipient is Tuncay Ayas. The email content includes the text "Yönlendirilen ileti" and "Gönderen: Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği <...>". The email is dated 3 Nis 2024 Çar, saat 12:05. The subject is "Konu: Re: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Hk." and the recipient is "Alınan: Sezen Cavuldak <...>". The email content includes two attachments labeled "Rosenberg - acıkl..." and "ROSENBERG.doc". The Windows taskbar at the bottom shows the time as 23:27 on 16.12.2024.

Gmail interface showing an email thread. The main email is from Sezen Cavuldak, dated 17:19 (2 saat önce), with the subject "Ergen Depresyon Ölçeği hk.". Below it is a reply from DrBelma Öy, dated 19:01 (23 dakika önce), with the subject "Bir ek - Gmail tarafından tarandı". The email content includes a document titled "Ergen Depresyon ...".

Postalarında arayın

5.887 ileti dizisinden 1.

**Ergen Depresyon Ölçeği hk.** (Gelen Kutusu x)

**Sezen Cavuldak** 17:19 (2 saat önce)

Merhaba Sayın Hocam Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Yüksek Lisans Programı yüksek lisans öğrencisiyim. Ergen Depresyon Ölçeği Kısa For...

**DrBelma Öy** 19:01 (23 dakika önce)

Alıcı: ben

Bir ek - Gmail tarafından tarandı

Ergen Depresyon ...

Yanıtla Yönlendir



## EK-H Etik Kurul Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 28.01.2025-732889



T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Etik Kurul Başkanlığı

Sayı : E-52857131-050.04-732889  
Konu : Etik Kurul Kararı (Sezen ÇAVULDAK)

28.01.2025

Sayın Sezen ÇAVULDAK

Üniversitemiz Etik Kurulu'nun 24.01.2025 tarih ve 2025/02 sayılı toplantısında alınan karar ekte sunulmuştur.  
Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Ali AKDEMİR  
Kurul Başkanı

Ek:09 Nolu Etik Kurul Kararı (1 Sayfa)

Belge Doğrulama Kodu:BSU4TDH84C  
Adres:0 (850) 850 27 35  
Telefon:0 (850) 850 27 35 Faks:0 (212) 860 04 81  
Kep Adresi: areluniv@hs01.kep.tr

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Adresi: <https://turkiye.gov.tr/istanbul-arel-universitesi-ebys>

Bilgi için: Uzay Geysu YAŞA  
Unvan: Raportör





T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
Etik Kurul 24.01.2025 tarih ve 2025/02 No'lu  
Kurul Kararı

**KARAR NO-09:** Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Programı yüksek lisans öğrencisi **Sezen ÇAVULDAK**'m, **Dr. Öğr. Üyesi Leman Elif AYBAY** ile yürüttüğü “**Lise Düzeyindeki Ergen Bireylerde Akran Zorbalığı, Benlik Saygısı ve Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” isimli çalışması görüşüldü. **Yapılan görüşmeler sonucunda; Sezen ÇAVULDAK**'m, **Dr. Öğr. Üyesi Leman Elif AYBAY** ile yürüttüğü çalışmanın raportörün görüşü doğrultusunda (Ek-9) etik ilkelere uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

## 9. ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : SEZEN CAVULDAK

ORCID NUMARASI : <https://orcid.org/0009-0006-0763-1149>

### Öğrenim Durumu

2006- 2010 Lisans: Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

2024-2025 Yüksek Öğrenim: İstanbul Arel Üniversitesi Psikoloji Yüksek  
Lisansı