

T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Büşra AKSOY

SİBER ZORBALIĞA UĞRAMANIN PROBLEM ÇÖZME
BECERİSİ VE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

DANIŞMAN
Dr. Öğretim üyesi Özlem MESTÇİOĞLU

İSTANBUL, 2022

T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Büşra AKSOY

172005165

SİBER ZORBALIĞA UĞRAMANIN PROBLEM ÇÖZME
BECERİSİ VE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

DANIŞMAN

Dr. Öğretim Üyesi Özlem MESTÇİOĞLU

İSTANBUL, 2022

T.C.
İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Büşra AKSOY

172005165

SİBER ZORBALIĞA UĞRAMANIN PROBLEM ÇÖZME
BECERİSİ VE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

Tezin Enstitüye Teslim Edildiği Tarih:

Tezin Savunulduğu Tarih:

Tez Danışmanı: Dr.Öğretim Üyesi Özlem Mestçioğlu_-

(İstanbul Okan Üniversitesi)

Diğer Jüri Üyeleri: Dr.Öğretim Üyesi Pınar Arslantürk_-

(İstanbul Okan Üniversitesi)

Yrd.Doç.Dr. Ahmet Sapancı -

(Düzce Üniversitesi)

TEŞEKKÜRLER

Tez çalışmalarım boyunca tüm bilgi ve tecrübelerini bana aktaran tüm yardımları için değerli Dr.Özlem Mestçioğlu hocama,

Tez jürimde yer alarak beni onurlandıran ve tez sürecimde bana yol göstermiş ve klavuzluk etmiş değerli Yrd.Doç.Dr. Ahmet Sapancı hocama,

Tez jürimde beni onurlandıran değerli Dr.Pınar Arslantürk hocama,

Tüm hayatım boyunca olduğu gibi tez sürecinde de beni yalnız bırakmayan her zaman yanımda olan benim şansım kıymetli canım annem Ayten Aksoy'a, bu sürecin başında bizlerle olan artık aramızda olmayan benim diğer şansım kıymetli canım babam Nizamettin Aksoy'a,

Tez çalışmalarım boyunca desteğini hiç esirmeyen, kaygılandığımda beni regüle eden güzel kalbi ve iyi niyetiyle hep yanımda olan kıymetli arkadaşım Özgür Dağlıoğlu ve ailesine,

Araştırmaya gönüllü katılan tüm herkese gönülden teşekkürlerimi bir borç bilirim.

İÇİNDEKİLER

SAYFA NO

ONAY FORMU	i
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
TABLolar LİSTESİ	viii
BÖLÜM 1. GİRİŞ VE AMAÇ	1
1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI	3
1.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	3
1.3. HİPOTEZLER	4
BÖLÜM 2. KURAMSAL ÇERÇEVE	6
2.1. ZORBALIK KAVRAMI	6
2.1.1. SİBER ZORBALIK	7
2.1.2. SİBER ZORBALIĞIN GÖRÜLME BİÇİMLERİ	8
2.1.3. SİBER ZORBALIĞIN NEDENLERİ	9
2.1.4. SİBER ZORBALIK TÜRLEİ	11
2.1.5. SİBER ZORBALIK ARAÇLARI	13
2.1.6. SİBER ZORBALIĞIN SONUÇLARI	16
2.1.7. SİBER ZORBALIK ROLLERİ	17
2.1.7.1. Siber Zorbalığı Üstlenme (Zorba) Rolü	17
2.1.7.2. Siber Zorbalık Kurbanlığı (Kurban) Rolü	18
2.1.7.3. Siber Zorbalığa Karşı Tepkisiz Kalma Rolü	19

2.2. PROBLEM VE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ	20
2.2.1. PROBLEM VE PROBLEM ÇÖZME	20
2.2.2. PROBLEM ÇÖZME AŞAMALARI	22
2.2.3. PROBLEM ÇÖZME KURAMLARI	24
2.2.3.1. John Dewey’ İn Yansıtımlı Düşünce Kuramı.....	25
2.2.3.2. Karl Popper Ve Problem Çözme Kuramı	26
2.2.3.3.Alex Osborn’un Sorun Çözme Kuramı.....	26
2.2.3.4. Bandura’ Nın Problem Çözme Ve Kendine Yeterlik Modeli	27
2.2.3.5. Mountrose Ve 5 Aşamalı Sorun Çözme Yaklaşımı.....	27
2.2.5. PROBLEM ÇÖZME STRATEJİLERİ.....	29
2.3.DEPRESYON.....	30
2.3.1. DEPRESYON TANIMI.....	30
2.3.2. DEPRESYON TARİHÇESİ.....	31
2.3.3. DEPRESYON BELİRTİLERİ.....	32
2.3.4. DEPRESYON NEDENLERİ	34
2.3.5. DEPRESYON İLE İLGİLİ KURAMSAL YAKLAŞIMLAR	38
2.3.5.1. Depresyonda Psikanalitik Yaklaşım	39
2.3.5.2. Depresyonda Bilişsel Yaklaşım	40
2.3.5.3. Depresyonda Davranışçı Yaklaşım	40
BÖLÜM 3.YÖNTEM.....	42
3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	42

3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM.....	42
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	43
3.3.1. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	43
3.3.2. PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ	43
3.3.3. SİBER ZORBALIK ÖLÇEĞİ	44
3.3.4. BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ	45
3.4. VERİLERİN ANALİZİ	45
BÖLÜM 4. BULGULAR	47
4.1. ÖLÇEKLERİN BİRBİRLERİYLE İLİŞKİLERİNE AİT KORELASYON BULGULARI	65
4.2. ÖLÇEKLERİN NEDENSELLİK İLİŞKİLERİYLE İLGİLİ REGRESYON ANALİZ BULGULARI	68
SONUÇ VE TARTIŞMA	70
KAYNAKÇA	79
EKLER	87
EK- 1 KİŞİSEL BİLGİLER	87
EK-2 PROBLEM ÇÖZME ANKETİ (PÇE)	1
EK- 3 BECK DEPRESYON ANKETİ (BDÖ	3
EK- 4 SİBER ZORBALIK ANKETİ	7

ÖZET

SİBER ZORBALIĞA UĞRAMANIN PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ VE DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

İnsanların iletişim teknolojisini gereğinden fazla kullandıkları göz önüne alındığında, siber zorbalık ve bu davranışa maruz kalmanın yaygın olacağına inanılmaktadır. Siber zorbalık bireyleri ve toplumu olumsuz etkilediği için araştırmacılar siber zorbalığın temel nedenlerini araştırmaya yönelmişlerdir. Bu nedenlerin bir tanesinin, bireylerin sorun çözme ve zorlukların üstesinden gelebilme becerilerinin düşük olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada amaç, siber zorbalıkla problem çözme becerileri ile başa çıkma davranışları ve depresyon arasındaki ilişkileri incelemektir. Bu nedenle, çalışmanın insanların hayatta kalma stratejilerine yanıtlarını belirlemek için gerekli olduğuna inanılmaktadır. Çalışmanın temel amacı siber zorbalığa uğramanın problem çözme becerisi ve depresyon ile ilişkisinin tespit edilmesidir. Bu doğrultuda anket uygulaması yapılmıştır.

Bu çalışmada araştırmanın evrenini 18-30 yaş aralığındaki Okan Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Söz konusu bu sayı yaklaşık olarak 25000 olmakla birlikte yapılan örneklem hesabına göre formüldeki 0.05 hata payı ile en az 378 öğrenciye anket uygulanması gerekmektedir. Örneklem yöntemi ile toplanan katılımcılara ilişkin bilgilerin elde edilebilmesi için “demografik bilgi formu, problem çözme envanteri, siber zorbalık ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeği” kullanılmıştır.

Verilerin analizi IBM SPSS 24.0 ile yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda; Beck Depresyon Ölçeği puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir. 25 yaş altındaki kişilerde depresyon puanı anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Siber zorbalık envanterinin değişiminin %40’ı problem çözme envanteri ve Beck Depresyon Ölçeği tarafından açıklanmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgular söz konusu kavramlara ilişkin literatür kapsamında ele alınıp tartışılmıştır. Bu bağlamda

bu çalışmanın siber zorbalığa maruz kalmanın depresyon ve problem çözme becerisi ile ilişkisinin daha iyi anlaşılması adına literatüre katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Anahtar kelimeler: siber zorbalık, problem çözme, depresyon

Tarih:



ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF CYBER BULLYING WITH PROBLEM SOLVING SKILLS AND DEPRESSION

Given that people use communication technology more than necessary, it is believed that cyberbullying and exposure to this behavior will be widespread. Since cyberbullying negatively affects individuals and society, researchers have turned to investigating the main causes of cyberbullying. One of these reasons is considered to be the low ability of individuals to solve problems and overcome difficulties. The aim of this study is to examine the relationships between problem solving skills and coping behaviors and depression Dec cyber bullying. Therefore, it is believed that the study is necessary to determine people's responses to survival strategies. The main purpose of the study is to determine the relationship between cyber bullying and problem solving skills and depression. In this direction, a survey was conducted.

In this study, the universe of the research is composed of Okan University students aged 18-30 years. Although this number is approximately 25000, according to the sample calculation, at least 378 students should be surveyed with a margin of error of 0.05 in the formula. "Demographic information form, problem solving inventory, cyberbullying scale and Beck Depression Scale" were used to obtain information about the participants collected by the sample method. The analysis of the data was performed using IBM SPSS 24.0. As a result of the analyzes carried out, the Beck Depression Scale score differs statistically significantly according to age ($p < .05$). According to the average scores, the score of being 25 years old and under is higher than that of being 26 years old and over. it was found that the depression score was significantly lower in people under the age of 25. 40% of the change in the cyberbullying inventory is explained by the problem solving inventory and the Beck Depression Scale. The findings obtained from the research have been discussed and discussed within the scope of the literature on these concepts. In this context, it is thought that this study will contribute to the literature in order to better understand the relationship between cyber bullying exposure and depression and problem solving skills.

Keywords: cyberbullying, problem solving, depression

TABLolar LİSTESİ

Tablo 2. 1. Problem Çözme Stratejileri	29
Tablo 3. 1. Katılımcıların Tanıtıcı Bilgileri	42
Tablo 3. 2. Araştırmadaki Değişkenlerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	46
Tablo 4. 1. Ölçek Puanının Betimsel İstatistikleri	47
Tablo 4. 2. Cinsiyete Göre Katılımcıların Ölçek Puanlarının Cinsiyet Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	48
Tablo 4. 3. Siber Zorbalık Envanteri Puanı ve Alt Boyutları Cinsiyet Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	48
Tablo 4. 4. Ölçek Puanlarının Yaş Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	49
Tablo 4. 5. Ölçek Puanlarının Medeni Durumu Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	51
Tablo 4. 6. Siber Zorbalık Envanteri Puanı Ve Alt Boyutları Medeni Durum Bakımından Farklılık Gösterme Durumunun Analizi.....	52
Tablo 4. 7. Ölçek Puanlarının Eğitim Durumu Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	53
Tablo 4. 8. Siber Zorbalık Envanteri Puanı Ve Alt Boyutları Eğitim Durumu Bakımından Farklılık Gösterme Durumunun Analizi.....	54
Tablo 4. 9. Ölçek Puanlarının Aylık Gelir Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	55
Tablo 4. 10. Siber Zorbalık Envanteri Puanı Ve Alt Boyutları Aylık Gelir Bakımından Farklılık Gösterme Durumunun Analizi.....	56
Tablo 4. 11. Ölçek Puanlarının Çalışma Durumu Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	58
Tablo 4. 12. Siber Zorbalık Envanteri Puanı ve Alt Boyutları Çalışma Durumu Bakımından Farklılık Gösterme Durumunun Analiz	58
Tablo 4. 13. Ölçek Puanlarının Günde İnternete Bağlanma Süresi Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	59

Tablo 4. 14. Siber Zorbalık Envanteri Puanı Ve Alt Boyutları Günde İnternete Bağlanma Süresi Bakımından Farklılık Gösterme Durumunun Analizi	61
Tablo 4. 15. Ölçek Puanlarının Çalışma Dışında İnternete En Çok Girme Amacı Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	62
Tablo 4. 16. Siber Zorbalık Envanteri Puanı Ve Alt Boyutları Çalışma Dışında İnternete En Çok Girme Amacı Bakımından Farklılık Gösterme Durumunun Analizi	63
Tablo 4. 17. Ölçek Puanlarının Arkadaşlarıyla Sıklıkla Yaptığı Etkinlikler Bakımından Farklılık Gösterme Analizi	64
Tablo 4. 18. Siber Zorbalık Envanteri Puanı Ve Alt Boyutları Arkadaşlarıyla Sıklıkla Yaptığı Etkinlikle Bakımından Farklılık Gösterme Durumunun Analizi	65
Tablo 4. 19. Problem Çözme Envanteri, Siber Zorbalık Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeğine İlişkin Korelasyon	66
Tablo 4. 20. Siber Zorbalığa Maruz Kalma ile Depresyon Arasındaki İlişkinin Açıklanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	68
Tablo 4. 21. Siber Zorbalığa Maruz Kalan Bireylerin Sorun Çözme Yetileri ve Depresyon Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Yönelin Regresyon Analizi Sonuçları	69

BÖLÜM 1. GİRİŞ VE AMAÇ

İletişim, insanlığın varlığının ilk gününden itibaren var olan bir etkileşimdir ve insanlar farklı iletişim yollarını kullanırlar. İnternet günümüzün hızlı teknoloji gelişiminde sıklıkla kullanılan iletişim araçlarından biridir (Çiftçi, 2015). Geçtiğimiz on yıl içerisinde elektronik ile birlikte bilgisayar ve bilgisayar iletişimi ve bilgi paylaşımında yaşanan gelişmeler, insanların sosyal etkileşimlerinde, eğlence tercihlerinde ve öğrenme stratejilerinde değişikliklere yol açmıştır. Yaşanan teknolojik gelişmeler yeni iletişim araçları yaratmış ve bu durum da insanların bilgi arama biçimlerini de önemli ölçüde değiştirmiştir.

İletişim teknolojilerinin, web sitelerini, anlık mesajlaşmayı, web kameralarını, e-postaları, sohbet odalarını, sosyal ağ sitelerini ve kısa mesajlaşma hizmetlerini kapsamlı bir şekilde kullanan gençler arasında özellikle etkili olduğu iddia edilmiştir (Boyd, 2008). Yüksek teknoloji ürünü cihazlar, başkalarıyla iletişim kurma yeteneği de dahil olmak üzere birçok görevin hızını ve kolaylığını arttırmaktadır. Teknolojik yenilikler, gençlerin dünyanın dört bir yanından yeni arkadaşlar veya aile üyeleriyle tanışmasına ve ünlü arkadaş ve ailelerle iletişim kurmasına yardımcı olmaktadır.

Bugün, gençlerin sosyal etkileşimi için elektronik iletişim araçlarının gerekli olduğu açıktır. İnternet, sosyal destek, kimlik araştırması, bilgi paylaşımı, akademik destek ve dünya çapında kültürler arası etkileşim sağlamakla birlikte eğitimsel faydaları gibi kişisel ve eleştirel düşünme becerilerini geliştirme işlevini de yerine getirmektedir. Böylece de insanlarla yeni arkadaşlar edinmek; kısa sürede bilgi edinimi ve değişimi; oyun oynamak, film izlemek veya müzik dinlemek eğlenmek; farklı kültürlerde yaşayan insanlarla tanışırken kendini tanıma gibi önemli fırsatlar sunmaktadır (Eroğlu, 2014).

Ne yazık ki, internet, aynı zamanda cep telefonları ve diğer iletişim araçları yoluyla gençlere agresif ve zararlı mesajlar göndermek de dahil olmak üzere istenmeyen sosyal etkinlikler için de kullanılabilir. İnternet ve mevcut bulunan tüm dijital kapsamda teknolojileri kullanıp zarar verecek materyaller göndermek, kişisel web sayfalarına onur kırıcı, müstehcen, utandırıcı iftiralar dolu mesajlar veya e postalar göndermek, insanların canını acıtacak manevi yaralar açmaya sebep olacak davranış şekillerini sergilemek siber

zorbalığın en temel taşı oluşturmaktadır. Çevrimiçi olarak sosyal mecralardan saldırganlık olarak da sayılabilen bu tarz tehditler, doğrudan bir siber tehdit ve rahatsızlık veren materyallerdir’’ (Eroğlu, 2014).

Siber zorbalık, bilgisayar, cep telefonu ve diğer iletişim teknolojileri aracılığıyla bir birey ya da gruba karşı yapılan kasıtlı ve tekrarlanan teknik ya da ilişkisel tarzda zarar verme davranışlarının tümüdür (Ot vd., 2012: 101). “Siber zorbalık davranışları parlama, taciz, iftira atma, taklit etme, sırları ortaya çıkarma, hilekârlık, dışlama ve korku yaratma olarak ortaya çıkabilmekte ve birtakım psikolojik etkileri de beraberinde getirmektedir. Siber zorbalıkla paralel olarak ortaya çıkan duygu ve yaşantılar; öfke, üzüntü, korku, kaygı, utanç, kendini suçlama, psikolojik olarak bozulmalara yol açan depresif belirtiler ve majör depresif bozukluklar, öfke, üzüntü, intikam isteği, nefret, aşağılanmışlık duyguları, yaralanma olarak belirtilmiştir.” (Vandebosch ve Cleemput,2009).

Siber zorbalık akran zorbalığının sanal ortamda gerçekleşen türlerinden biri olarak ele alınıyor olsa da akran zorbalığından bazı yönleri ile ayrılmaktadır. İnternet ve diğer dijital teknoloji kullanımını ve bu teknolojilerdeki yetkinliği gerektirmesi, bireylerin kimliğini gizleyebilmesi, sanal ortamda karşılaşılan olumsuzlukların hızlı bir şekilde yayılması ve geniş bir kitleye ulaşabilmesi, aile denetiminin yetersizliği, çocukların ve gençlerin yetişkinlerden yardım alma konusunda duyduğu endişeler, internetin olduğu her ortamda maruz kalınabilmesinin verdiği güvensizlik ayrıca yapılan zorbalığın sürekli olmasını (internetteki bir bilgi sürekli orada kalabiliyor) ve unutulmasını çok zor olması, mağdurun hızlı zorba rolüne girebilmesi siber zorbalık ve akran zorbalığının farklarını ortaya koymaktadır (Vandebosch ve Cleemput,2009).

Mitchell, Finkelhor ve Wolak (2003) siber zorbalık mağdurların suç işleme, uyuşturucu madde kullanma ve depresyona girme olasılıklarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Ybarra ve Mitchell (2004) tarafından yapılan bir araştırmada, siber kurbanların %44’ünün ebeveynleri ile yetersiz duygusal bağlantıları olduğu ve ebeveynleri ile yetersiz duygusal bağlantılarının siber zorbalığı üç katına çıkardığı tespit edilmiştir.

Ybarra (2004), majör depresyondan muzdarip kişilerin, hafif depresyonu olan ve olmayanlara göre daha fazla siber mağduriyet yaşadıklarını tespit etmiştir. Araştırmaya

göre, siber mağdurların %13'ünde majör depresyon ve %17'sinde hafif depresyon mevcuttur. Kız ve erkek çocuklarının karşılaştırılması yapıldığında, major depresyondan muzdarip erkeklerin diğer erkeklerden daha fazla siber mağduriyet yaşadıklarını, ancak kızlar arasında böyle bir fark olmadığını ortaya koymuştur.

Öte yandan, bilgi ve teknoloji çağı insan yaşamında hızlı değişimler yaratmaktadır. Bu değişikliklere uyum sağlamak için, bir kişinin problemlerinin üstesinden gelmesi önemlidir. Ayrıca, insanların hızla değişen bir bilgi çağında olaylara nasıl yaklaşacaklarını problem çözme becerileri belirleyecektir. Sorunlarını çözebilen insanların sağlıklı ve üretken olabileceği genel olarak kabul edilmektedir. Problem çözme becerileri de insanlar için hayati öneme sahiptir. İlerleme ancak sorunların üstesinden gelinerek sağlanabilir. Siber zorbalığın bireyleri ve toplumu fazlasıyla olumsuz etkilemesi sonucunda araştırmacılar siber zorbalığın altında yatan nedenleri araştırmaya yönelmişlerdir. Bu nedenlerden birinin de bireylerin problem çözme becerilerinin düşük olması ve siber zorbalıkla başa çıkma davranışlarının düşük olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir (Bilgin, 2010).

Özetlemek gerekirse; siber zorbalığa maruz kalan bireyler sosyal hayatlarında bir sorun ile karşılaştıklarında bu durumla başa çıkabilmeleri, problemleri çözümleyebilmeleri oldukça önemlidir çünkü siber mağdurların önemli bir kısmının sorunlarını çözemedikleri bir noktada ruhsal bir sorun yaşadıkları ya da kendilerinin de siber zorbaya dönüştükleri bilinmektedir (Bilgin, 2010).

1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI

Literatür incelemesindeki tüm bu bilgilerden yola çıkarak; siber zorbalığa maruz kalan bireylerin depresyon yaşama sıklığının ve sorun çözme becerilerinin araştırılmasının ruh sağlığı alanına ve literatüre yeni ve önemli katkılar sağlaması amacıyla bu çalışma planlanmıştır.

1.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

İnsanların iletişim teknolojisini gereğinden fazla kullandıkları göz önüne alındığında, siber zorbalık ve bu davranışa maruz kalmanın yaygın olacağına inanılmaktadır. Siber zorbalık bireyleri ve toplumu olumsuz etkilediği için araştırmacılar siber zorbalığın temel

nedenlerini araştırmaya yönelmişlerdir. Bu nedenlerin bir tanesinin, bireylerin sorun çözme ve zorlukların üstesinden gelebilme becerilerinin düşük olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada amaç, siber zorbalıkla problem çözme becerileri ile başa çıkma davranışları ve depresyon arasındaki ilişkileri incelemektir. Bu nedenle, çalışmanın insanların hayatta kalma stratejilerine yanıtlarını belirlemek için gerekli olduğuna inanılmaktadır. Bu anlamda çalışmanın bu alana önemli bir katkı sağlaması ve bu alandaki bu dezavantajı ortadan kaldırması beklenmektedir. Araştırma sonucunda elde edilen bilgilerin, bireylerin siber zorbalık olaylar karşısında problem çözme ve depresyona olan yatkınlıkları üzerindeki etkilerine ışık tutacağı ve gelecek çalışmaları aydınlatacağı planlanmaktadır.

1.3.ARAŞTIRMA SORULARI

1) Cinsiyete göre katılımcıların problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

2)Cinsiyete göre katılımcıların siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

3) Yaş bakımından katılımcıların problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanları bakımından anlamlı fark var mıdır?

4)Yaş bakımından katılımcıların siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı fark var mıdır?

5)Medeni duruma göre katılımcıların problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanları bakımından anlamlı bir fark var mıdır?

6)Medeni duruma göre Siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

7)Eğitim durumu bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanları bakımından anlamlı bir fark var mıdır?

8)Eğitim durumu bakımından siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

9)Aylık gelir bakımında problem çözme envanteri ve Beck depresyon ölçeği puanları bakımından anlamlı bir fark var mıdır?

10)Aylık gelir bakımından katılımcıların siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

11)Çalışma durumu bakımından problem çözme envanteri ve Beck depresyon ölçeği puanları bakımından anlamlı fark var mıdır?

12)Çalışma durumu bakımından siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

13)Günde internet bağlanma süresi bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

14) Günde internet bağlanma süresi bakımından siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

15)Çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

16) Çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımında Siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

17) Arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinlikler bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

18) Arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinlikler bakımından Siber zorbalık envanteri puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

BÖLÜM 2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Çalışmanın bu bölümünde zorbalık, siber zorbalık, problem çözme becerisi ve depresyon kavramlarına ilişkin yapılan literatür taramasına ilişkin bilgilere yer verilecektir.

2.1. ZORBALIK KAVRAMI

Zorbalık; insanların sürekli olarak karşı karşıya kaldığı, insanlar arasındaki ilişkiyi etkileyen ve hem yıldırma eylemini gerçekleştiren hem de zorbalığa uğrayan kişi için belirli sonuçları olan bir durumdur. Zorbalıkla ilgili literatür değerlendirildiğinde zorbalığın küresel bir sorun olarak görüldüğü ancak 1970'lerin başına kadar sistematik araştırmaların yapılmadığı ve bu kavramın her kültürde farklı ifade edildiği açıktır (Gökler, 2009: 518).

Zorbalığın tanımları incelendiğinde; İsveçli bilim insanı Peter Paul Heinemann, zorbalıkla mücadele etmiş ve kavramı tanımlamak için “mobbing” kelimesini kullanmıştır. Heinemann, akran ya da okul zorbalığı olarak da tanımlanan bir zorbalık türünü “grup şiddeti” terimiyle kullanmıştır (Yaman vd., 2011: 13).

Gruba başka bir kişi veya grup tarafından müdahale edildiğinde gösterilen tepkinin amacının grubu korumak olduğunu belirtmiştir. Heinemann, grubun bütünlüğünü koruma arzusunu grubun tepkisinin nedeni olarak görmüştür (Yelboğa ve Koçak, 2019: 2291). Daha önce yıldırma için mobbing kelimesini kullanan Norveçli Dan Olweus, terimin olguya uymadığını görmüş ve “zorbalık” terimini uygun görmüştür (Yaman vd., 2011: 13).

“Bullying at Scholl” kitabında Dan Olweus zorbalığı ve mağduriyeti şu şekilde genel bir ifade ile tabir ederek; Zorbalık ve tacizin, bir kişinin bir ya da daha çok kişi tarafından tekrar tekrar ve uzun bir süre boyunca olumsuz eylemlerle karşı karşıya kalması durumunda ortaya çıktığını belirtmiştir (Olweus, 1994: 97).

Ken Rigby tarafından tanımlanan zorbalık terimi, bir kişi veya grubun daha az güçlü bir kişi veya gruba karşı tekrarlayan, zararlı, saldırgan davranışlarını ifade eder. Bu tür davranışlar açık veya kasıtlıdır ve fiziksel taciz ve sözlü taciz gibi uzun sürelidir; siber

teknoloji yoluyla dışlama, söylenti yayma ve başkalarını üzme şeklinde de gizlenebilir (Rigby, 2011: 274).

Siber zorbalık kavramına detaylı incelemeden önce zorbalık kavramının köklerini ve genel yapısını açıklamak yararlı olacaktır. Sosyolojik olarak zorbalık kavramı, kişi, grup veya daha geniş bir topluluk için sözlü, fiziksel, psikolojik ve uygulamalı doğası açısından sistematik ve psikolojik sonuçlar gösteren, insanlar arasındaki etkileşimlerin bir sonucu olan ve geçmişi olan şiddettir (Olweus, 2002: 11).

Literatürdeki bir başka tanıma göre zorbalık, bir kişi, grup veya topluluğun, herhangi bir kışkırtma olmaksızın fiziksel veya psikolojik baskıya maruz kaldığı ve güç dengesizliği nedeniyle meydana gelen, tekrarlayan şiddet olayıdır (Nansel vd., 2001: 2098).

Öğrenciler arasında saldırgan davranışları inceleyen Sam ve Smith (1994), saldırgan davranışı şu şekilde tanımlamışlardır; zorbalık, öğrenci kurbanını belirleyen bir öğrenci tarafından fiziksel ve sözel taciz, tehdit, yıldırma, sistemli psikolojik baskı veya sosyal ihmal olarak tanımlanır. Zorbalıkla ilgili literatüre genel olarak bakıldığında, istismara uğrayan bireylere yapılan davranışlar; tehdit etme, yıldırma, kişiyi çevresinden soyutlama, fiziksel istismara maruz bırakma, fiziksel veya sözlü olarak aşağılayıcı eylemlerde bulunma olarak sıralanmaktadır (Sönmezay, 2010: 22).

Dolayısıyla, bir kişiyi rahatsız eden ve zarar veren bir davranış veya eylemin zorbalık olarak tanımlanabilmesi için kasıtlı olarak zararlı, tekrarlayan ve taraflar arasında oluşmuş olan güç dengesinin eşit olmaması gerekir (Olweus, 1999: 100).

2.1.1. SİBER ZORBALIK

Bir yıldırma türü olarak ele alınan siber zorbalık kavramı, günümüzde insanların hayatında çok önemli bir yer tutan teknolojik gelişmeler ve araçlar yüzünden ortaya çıkmıştır. Bilgiye erişim, iletişim ve kişilerarası etkileşim ile ilgili günlük yaşamın rutini, araştırmacılar ve profesyoneller tarafından başlanmış ve tartışma ve araştırma konusu olmuştur. Özellikle 1980 ve sonrasında başlayan küreselleşme dalgasıyla bağlantılı olarak teknolojilerin, elektronik ve bilgisayarlı iletişim biçimlerinin kökten değişmesi, büyük bir atılım gerçekleştirmiş, internet dünyasının insan yaşamına girmesi ve tüm

alanlarda kullanılması, insanlığın sosyal yaşamını, sosyal etkileşimini ve öğrenme şeklini değiştirmiştir. İnternet yaşamın ayrılmaz bir uzvu olduğu için internetteki e-posta, web siteleri, sosyal medya, görüntülü ve sesli iletişimi başka bir evreye taşımış, sınırların ve fiziksel mesafeleri ortadan kaldırmış, başka ülkelerden kitlelere ve insanlara izin vermiştir. Aynı zamanda ulusların birbirleriyle kolayca etkileşime girmesinin önünü açmıştır (Hinduja ve Patchin, 2009: 12).

2.1.2. SİBER ZORBALIĞIN GÖRÜLME BİÇİMLERİ

Siber zorbalık bilgisayarları, telefonları, tabletleri, sosyal medyayı ve diğer elektronik veya dijital medyayı bir araç olarak kullanırken, çeşitli şekillerde gerçekleşebilir. Literatüre bakıldığında, her biri değişik etki ve özelliklere sahip yedi görülme biçimi ortaya çıkar; çevrimiçi kavgalar ve tartışmalar, siber taciz, karalama, taklit, kişisel bilgilerin yetkisiz kullanımı, dışlama veya tecrit ve tehditler şeklindedir (Hines, 2011: 6).

Online kavgalar ve anlaşmazlıklar: Bu, tarafların birbirleriyle sanal ortamda şiddetli ve kısa süreli çatışmaların ortaya çıkmasıyla ifade edilir. Bu siber zorbalık biçimindeki tacizden ayrı olarak, mağdur zorbalık yapana tepki gösterir ve kiki taraflı etkileşim nedeniyle taciz kavgaya dönüşür. Çevrimiçi kavgalar, sosyal medya, çevrimiçi oyunlar ve blogların yer aldığı platformlarda yaygındır (Willard, 2005: 30).

Siber taciz: Zorbanın, siber alem veya dijital bir ortamda kişilerarası iletişime izin veren herhangi bir platform veya araç aracılığıyla mağdurla tehdit edici, aşağılayıcı, yeri değiştirilebilen, uygunsuz veya şantajcı etkileşimlerini ifade eder (Willard, 2005: 30).

Hakaret: Bu, sanal iletişim araçlarını kullanan bir kişi hakkında yanlış, zararlı akıl yürütmenin yayılmasıdır. Siber zorbalığın bu biçiminin sıklığı, özellikle kullanım sıklığının artması ve sosyal medya platformlarına erişimin artmasıyla artmıştır (Willard, 2005: 31).

Taklit ve imitasyon: Farklı biri gibi davranmak anlamına gelen, bu yıldırıcı politikanın amacı, siber alem veya sanal ortamda gerçekleşen, aynı zamanda bireyin özgürlüğüne ve kişiliğine, statüsüne zarar veren; özel alana ait olan şeyleri paylaşmak, başkalarını tehdit etmek veya mağdurun arkadaşlığına, itibarına veya kamu hayatına zarar vermektir.

Saldırgan, mağdurun sosyal medyada ve farklı platformlarda kullandığı şifreler oluşturabilir ve sadece kurbanmış gibi davranabilir.

İnternetin temeli olan kişinin kimliğini gizleme yeteneği sebebiyle taklit edebilmek basit ve olası hale gelmekte ve internetin bütün yapısı göz önüne alındığında istenmeyen bilgileri ve konuşmacıyı tespit etmek çok zor hatta imkansız hale gelmektedir (Baker, 2010:21).

Dışlama ve İzolasyon: Siber zorbalığın en çok kullanılan şekli olan dışlama, mağdurun sanal ortamdan kasıtlı o dışlanması, izole edilmesi anlamına gelir. Bu zorlama biçimi, insanları popüler bir gruptan dışlama biçimindeki çevrimdışı zorbalık ve sosyal saldırganlığa benzer. Çevrimiçi dışlama, çevrimiçi oyunlarda, çevrimiçi platformlarda ve sosyal medya platformlarında gerçekleşebilir. Bu konuyla ilgili araştırmalar, çevrimiçi veya çevrimdışı olarak izole edilen kişilerin olumsuz ruh hallerine ve düşük benlik saygısına sahip olduğunu tespit edilmiştir.

Siber tehdit: tehdiye ilişkin eylemlerin sanal ortamda veya dijital ve elektronik araçlar aracılığıyla gerçekleştirilmesini ifade eder (Yaman vd., 2011: 39). Sonuç olarak, siber zorbalık, çevrimiçi kavgalar, taciz, karalama, dışlama ve soyutlama, taklit etme, siber tehditler, başkalarından gelen bilgilerin yetkisiz kullanımı gibi çeşitli şekillerde ortaya çıkabilir.

2.1.3. SİBER ZORBALIĞIN NEDENLERİ

Anlamak, açıklamak ve çözüm bulmak için global anlamda popülerlik kazanan ve sosyal bir sıkıntı olarak (özellikle okullarda) algılanan siber zorbalığın nedenlerine ve sonuçlarına odaklanmak gerekir. Siber zorbalığın nedenleri araştırıldığında, gençleri siber zorbalığa iten, farklı, birbirinden bağımsız, bazen de birbiriyle ilişkili olan kapsamlı ve uzun bir nedenler listesi görülmektedir. En büyük ve önemli nedenlerden biri sanal alemin kimliği gizlemek için özgür bir ortam sağlaması ve internetin insanların günlük hayatta gerçekleştiremeyecekleri davranışları kolaylıkla gerçekleştirmelerine olanak sağlamasıdır (Dikmen ve Çağlar, 2017).

Birkaç kaynak siber zorbalığın sebeplerine ilişkin farklı sınıflandırmalar sunar. Örnek verilmesi gerekirse bunlardan biri siber zorbalığı iç ve dış nedenler, siber zorbalığın

doğasına ilişkin nedenler ve çevresel nedenler, diğesinde ise bireysel nedenler, ailevi nedenler ve nedenler olmak üzere dört farklı kategoriye ayırmaktadır. İç nedenler, zorbanın kişilik özellikleriyle ilişkili bireysel ve psikolojik nedenleri ifade eder. Sözde dış (çevresel) nedenler aileden veya arkadaşlardan gelir. Siber zorbalığın doğasından kaynaklanan nedenler, tamamen siber zorbalığın kendisiyle ilgili olan ve zorbayı siber yönelten nedenlerdir (Metin, 2017: 17).

Siber zorbalığın doğasına bağlı nedenler, modern teknolojinin hızla gelişmesine bağlı olarak siber zorbalık yapan kişilerin sanal ortamlarda (kişisel iletişim eksikliğinden dolayı) çok kolay bir şekilde kimliklerini gizleyebilmeleri ve siber zorbalığa maruz kalmamaları olarak gösterilmektedir. Bunun yanı sıra araç ve tekniklerin sanal bir ortamda kullanım kolaylığı, herhangi bir zamanda herhangi bir yerden erişilebilmesi ve geleneksel zorbalığa kıyasla siber zorbalığı büyük ölçüde basitleştirmesi siber zorbalığın ana sebeplerinden biridir. Dijital dünyada kopyalamanın ve çok çabuk iletmenin kolaylığı, sindirme sürecini çok daha kolay hale getirmektedir (Kowalski vd., 2012).

Bilim insanlarının birçoğu, siber zorbalığın sebeplerine açıklama getirirken siber zorbalığın kişisel ve psikolojik özelliklerinden bahseder. Zorbaların insanlara nazaran daha kavgacı ve baskın bir karakteri olduğunu ve kurallara uymayı zor buldukları tespit edilmiştir. Fiziksel özellikler açısından zorbaların iri, dolgun ve güçlü oldukları görülmektedir. (Ümmetler İlhan, 2016: 14).

Siber zorbalığın nedenleri incelendiğinde erkeklerin kadınlara oranla daha çok siber zorbalık yaptıkları, kadınların da siber zorbalığa erkeklere kıyasla daha fazla maruz kaldıklarını söyleyebiliriz (Gencer, 2017: 22). Siber zorbaların kişilik özelliklerine bakıldığında, güç kullanmayı daha etkin kullanan, her zaman öfkeli bir tavır içinde olan, kurallara uymakta problem yaşayan, ilişkilerinde zaman zaman aktif zaman zaman pasif olarak saldırgan bir tavır gösteren kişiler oldukları ortaya çıkmaktadır (Camodeca ve Goossens, 2005). Hinduja ve Patchin (2008) yaptıkları çalışmada, siber zorbalık yüzünden okulunda sorun yaşayan, saldırgan tutumlar sergileyen ve psikoaktif madde kullanan öğrenciler arasında bir çeşit bağ olduğunu göstermiştir.

2.1.4. SİBER ZORBALIK TÜRLERİ

Literatürde siber zorbalığın farklı tanımlarının yanı sıra siber zorbalık türlerinin farklı kriterlere göre sınıflandırılmaya çalışıldığı görülmektedir. Araştırmacılar, siber zorbalık türlerinin farklı sınıflandırmalarını derlemişlerdir. Willard (2017) siber zorbalık türlerini 8 başlık altında toplamış olup, siber zorbalığı oluşturan etkinliklere göre yaptığı sınıflandırma literatürde en kapsamlı ve kabul gören sınıflandırmadır. Willard (2007) tarafından siber zorbalık kategorileri şu şekildedir:

Yanıp sönen, yırtıcı / kışkırtıcı, ağ kavgaları (Flaming): Bir veya daha fazla kişi arasında, genellikle aşağılama, hakaret ve bazen tehdit içeren kaba, saldırgan, saldırgan ve müstehcen bir dil kullanan kısa süreli şiddet içeren davranışları içerir. Tartışma sayfaları (forumlar veya halka açık siteler gibi), sohbet odaları veya elektronik oyunlar gibi topluma açık iletişim mecralarında meydana gelir. Bu sayfalar genellikle çok minimal gruplar halinde gerçekleşir. Bazen dalga geçme gerçek bir tehdide dönüşebilir. Işıma/parlamanın ilk anlarında aslında insanlar arasında eşitlik vardır. Ancak şüphelenmeyen bir kişi tarafından saldırıya uğramak tartışmayı bir öfke savaşına dönüştürebilir (Özer, 2016:23).

Taciz (Harassment): Bu, hedef olarak seçilen kişiye mesajların sürekli şekilde gönderilmesidir. Dijital ortamdaki taciz mesajları genellikle anlık mesaj, e-posta, ya da kısa mesaj gibi kişisel iletişim yolları ile gönderilebildiği gibi günümüzde sosyal platformların artmasıyla beraber kamuya açık alanlarda da gönderilebilmektedir. Taciz, süre olarak uzun bir dönem boyunca gerçekleşir, mağduru tekrar tekrar ve tek taraflı olarak incitir. Başka bir deyişle, zorbadan kurbanı yönelik tek taraflı taciz vardır. Sanal tacizde ise hedef alınan kişi çevrimiçi olduğunda veya elektronik eşyalarına baktığında devamlı olarak kötü niyetli mesajlar almaktadır (Baştürk Akça ve Sayımer, 2015). Bu, siber tacizin en kötü yönüdür. Sanal taciz bazen arabuluculuk yoluyla gerçekleşebilir; Saldırgan, çevrimiçi ağlarını kullanarak, kurbanı tanımadıkları kişilerden kötü niyetli mesajlar alması için kandırabilir. Siber tacizin en ünlü biçimlerinden biri metin savaşıdır. Bu sanal takip biçiminde, siber zorbalı veya zorbalı bir kurbanı hedef alır ve sayısız mesaj gönderir.

Karalama/Kötüleme (Denigration): Sanal ortamda hedef alınan bireye kötü niyetli, yanlış ve acımasız içeriğin o kişinin itibarını zedeleyebilecek şekilde dağıtılmasıdır. Atılan mesajlar karşı tarafı suçlar niteliğindeyse, mağdura gönderilmez, herkesin ve kendisinin göreceği şekilde iletilir. İftira, dedikodu ve söylentilerin yayılması yoluyla da ortaya çıkabilir. Böylece herkesin kolayca erişebileceği bir çevrimiçi ortamda gerçekleştirilir. Bir de karalamanın başka türü olarak bireye ait olmayan farklı görüntülerin metalarla birleştiği ve mağdurun kendisini zor durumda bulduğu durumlardır.

Taklit Etme (Impersonation): Bu, birinin başka bir mağdur kişinin kimliğine bürünmesi ve onları ikilemde bırakacak, itibarlarını zedeleyecek veya ilişkilerine zarar verecek içerik paylaşmasıdır. Kişinin şifresini kırmak ve hesabına giriş yapmak şeklinde olabileceği gibi, yakın bir ilişkide şifre ve şifre alışverişi olması durumunda da olabilir. Gençler şifre değişimini "arkadaşlığın" gerçek kanıtı olarak görmektedir. Bu durum başka biri gibi davranarak zorbalığa yol açabilir. Günümüzde parola hırsızlığı olayları, içeriğin kimlik avı teknikleri veya özel casus yazılımlar yoluyla tanınmış bir yerden geldiği görüldüğünde de meydana gelebilir.

İfşa Etme ve Düzenbazlık (Outing and Trickery): İfşa, bir kişinin kimseyle paylaşmak istemediği, özellikle kişisel olarak tanımlanabilir bilgiler, sırlar, resimler veya videolar gibi gizli ve utanç verici içeriğin kamuya açık olarak yayınlanması veya başkalarına iletilmesi anlamına gelir. İfşa durumlarının en yaygın örneklerinden biri siber zorbalıktır, bir kişinin siber zorbalığa gönderdiği kişisel bilgi, görüntü ve videoları sadece kendisini tutmak istemesi şartıyla iletilmesidir. Örneğin kötü biten bir ilişkide cinsel içerikli ve müstehcen görüntüler ilişki sonrasında ortaya çıkabilir. Dolandırıcılık veya aldatma, iyi ilişkiler yoluyla bir kişinin güvenini kazanmaya, kişisel bilgilerini ve sırlarını elde etmeye ve bunları çevrimiçi olarak paylaşmaya yönelik kasıtlı bir girişimdir.

Dışlama (Exclusion): Bir kişinin bir ortamda veya toplulukta bilerek dışlanması veya ortama dahil edilmesidir. Dijital ortamda dışlama, hedeflenen bir kişiyi bir çevrimiçi oyun ortamında, grup bloglarında veya herhangi bir parola korumalı ortamda kasıtlı olarak çıkarma veya gruptan çıkarma şeklini alabilir. Bunun bir örneği, Whatsapp gruplarından veya mail toplulukları gibi iletişim kanallarından kaldırılmasıdır. Bunu yaşayan insanlar sosyal gerileme yaşayabilirler.

Israrlı Siber Takip (Cyberstalking): Bir bireyi sürekli olarak rahatsız edecek derecede mesaj ve çağrı aktarımı arasında bırakmaktır. Kişi sürekli yinelenen bu olaylardan dolayı kendisini ve bulunduğu ortamı güvensiz hissetmeye başlar. Israrlı yapılan siber taciz olaylarında hedef alınan kişinin itibarı sarsılmaya ve arkadaşları ile kurduğu ilişkileri zedelemeye çalışılmaktadır. Taciz ve siber taciz arasında net bir ayrım yapmak imkânsız olsa da zorba ciddi şekilde endişe duyduğunda ve mağdurun güvenliği için endişeler dile getirdiğinde kalıcı tacizin meydana geldiğine inanılmaktadır.

Literatürde Willard'ın (2007) siber zorbalık türleri sınıflandırmasının yanı sıra başka sınıflandırmalar da bulunmaktadır. Walker (2007), siber zorbalık türlerini çevrimiçi tartışmalar, taciz, karalama, kimliğe bürünme, manipülasyon, teşvik edici ve saldırgan davranışlar sergileme ve mobil cihazlarda cinsel içerik paylaşımı gibi başlıklar altında kategorize etmiştir (Metli,2017: 12).

Navarro, Hubero ve Larranaga (2017: 74), Çocukluk çağında olan ve ergenlik dönemini yaşayan bireylerde cinsiyete dayalı davranış değişikliklerini siber zorbalık açısından incelemeler yapılırken zorbalıklar yapılırken kullanılan tekniklere dayanarak tüm siber zorbalık çeşitleri oluşturulmuştur. Bunlar; e-posta ile tehdit ve saldırgan tavırlar içeren mesajlar göndermek, cep telefonları ve sosyal medya platformları üzerinden saldırgan mesajlar göndermek, bir kişiyi küçük düşürecek fotoğraflarını internette yaymak, bir kişi hakkında küçük düşürücü şaka, söylenti ve dedikodu yayınlamak, bunlar hakkında yorum yapan, mesaj atan, cep telefonundan izinsiz video çeken, aşağılayıcı durumlarını fotoğraflayan, şiddet uyguladıkları, sırlarını açığa vuran ve yayan, sanal ortamda bir kişiyi sınır dışı eden veya bir gruptan dışlanan videolarını çeken, sürekli olarak sosyal ağlara tehdit mesajları göndermek olarak listelenmiştir.

2.1.5. SİBER ZORBALIK ARAÇLARI

Siber zorbalığı diğer zorbalıklardan daha farklı bir hale getiren özellik zorbalığın yapıldığı ortam ve iletildiği araç çeşitleridir. Araştırmalar, sosyal platformlar için öncelikle siber zorbalığın gerçekleştirildiği ortamın, daha çok genç nüfusun tercih ettiği sosyal platformlar olduğunu göstermiştir (Akça ve Sayımer, 2017). Bilişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler ve sanal medyaya erişim yollarının çeşitlenmesi ile

siber zorbalık yapılan alanlar çoğalmıştır. Yapılan araştırmalara göre siber zorbalık araçları literatüre girmiştir (Ümmetler İlhan, 2016: 12):

- Metin Mesajı (Text Messaging)
- Web Siteleri (Web Sites)
- Sohbet Odaları (Chat Rooms)
- Elektronik Posta- E-Posta (E-Mail)
- Anlık Mesajlaşma (Instant Messaging)
- Bloglar
- Sosyal Ağ (Social Network)
- Çevrimiçi Oyunlar (Online Games)

Elektronik Posta/ E-Posta: E-posta ile tek bir tıkla hızlı bir şekilde eş zamanlı binlerce kişiye kolayca ulaşabilirsiniz. E-postanın geldiği kişiyi belirleyebilmek çoğu zaman imkânsız olabilir. E-posta, zorbalar tarafından saldırı ve taciz için de kullanılabilir.

Yazılı mesajlaşma: Telefonlardaki kısa mesaj sistemi (SMS) kullanılarak bilgisayarlardan veya web sitelerinden belirli programlar kullanılarak kimliğin gizlenmesiyle yapılır. Ülkemizde kontrolsüz telefon hatları bu tür zorbalığa katkıda bulunabilir.

Anında Mesajlaşma: Mobil Uygulamalar (Viber, WhatsApp vb.), anlık mesajlaşmaya sahip uygulamalar (Skype, Facebook Chat vb.) siber zorbalığın çoğunlukla uygulandığı alanlardır. Araştırmalar, anlık mesajlaşmanın özellikle genç kuşak için en yaygın siber zorbalık aracı olduğunu göstermiştir.

Sohbetler: Bu, kullanıcıların birbirleri ile gerçek ile eş zamanlı iletişiminin başka bir şeklidir. Sohbet sırasında kullanıcılar metin girebilir ve diyaloglar diğer kullanıcılar tarafından görülebilir (Tamer, 2014: 54). Sohbet odalarındaki kişilerin diğer kimlikleri benimsediği bilinmekte ve bu da onları siber taciz için uygun bir ortam haline

getirmektedir. Ayrıca, maiyet üyeleri dışlanabilir, karalanabilir veya öfkeli tartışmalara maruz kalabilir. Sohbet odaları, geniş kitlelere sahip tehlikeli bir siber zorbalık ortamıdır (Özer, 2016: 44-45).

Çevrimiçi Oyun: Değişen dünya düzeni ve teknolojinin hızlı gelişimi oyun sektörünü de büyük oranda etkilemiştir. Oyunların iç dizaynı, tasarım grafikleri ve script yazmanın yanı sıra sayısız kullanıcıyı aynı anda bir araya toplayabilecek sohbet ve anlık mesajlaşma bölümleri de bulunmaktadır. Hoş olmayan diyaloglara ek olarak, kullanıcılar kovulma, yasaklanma, oyundan dışlanma gibi zorbalığa maruz kalabilmektedir.

Web Siteleri (Web Sites): Web siteleri, hedeflenen mağdurlara yönelik utanç duruma düşürme, kanun ihlali, ifşalama, etiketleme ve aşağılama gibi birçok siber saldırının gerçekleştirilebileceği alanlardır. Web siteleri hedef alınan kişiyi taciz edebilmek amacıyla kullanılabilir. Hedef kişiye zarar vermek için oylamanın yapıldığı yerlerde de web siteleri kurulabilir.

Sosyal medya siteleri: Sosyal medya, bir kullanıcının sistemdeki profilini paylaşarak kitlelerle bağlantı kurmasını sağlayan, kendi sosyal medya platformlarına pek çok kişiyi ekleyebilme olanağı sağlayan ve aynı zamanda sistemdeki herkesin eş zamanlı sisteme girmesine izin veren web hizmetleridir (Filiz vd., 2014). Araştırmalar, sosyal medyayı (Facebook, Instagram, Twitter vb.) aktif bir şekilde kullanan bireylerin sürekli olarak yüksek düzeyde siber zorbalık ve tacize maruz kaldığını göstermiştir (Tuncer ve Dikmen, 2017). Sosyal medya siteleri, tiranların kimliklerini gizlemelerine izin verdiği için kolayca faaliyetlerde bulunabilecekleri yerlerdir. Günümüzde beğenilme ve fenomen olma arzusunun yarattığı baskılar, çocukları daha fazla takipçiye sahip olmak için tanımadıkları kişilerle bağlantı kurmalarına ve kişisel bilgilerine erişmelerine izin vermeye zorlamaktadır (Rogers, 2010).

Bloglar: Blog sayfaları, tarih sırasına göre düzenlenmiş ve okuyucu ile yazar arasındaki konuları, başlıkları, metinleri, resimleri, anketleri ve yorumları içeren web uygulamalarıdır. Bloglar, hedef aldığı kişileri utandırma, alay etme, aşağılama, ifşa etme gibi durumlar için kullanılabilir (Çetinkaya, 2010:13). Bloglar da vloglar gibi videolardan oluşabilir ve bu nedenle siber zorbalık olayları da meydana gelebilir.

2.1.6. SİBER ZORBALIĞIN SONUÇLARI

Teknolojinin gelişmesi pek çok konuda kolaylık sağlayıp hayatımıza olumlu anlamda yön verirken aynı zamanda olumsuz anlamda da bazı sonuçlara yol açmıştır. Bir fenomen olarak görülen siber zorbalık da bu olumsuz etkenlerden biridir. Gençlerde ve çocuklarda düşük kendini savunma becerileri sosyal ve psikolojik anlamda siber zorbalığın maruz bıraktığı durumlardan etkilenebilir. Aslında sadece genç nesillerin değil her yaştan kullanıcının bu olumsuz durumlardan etkilendiğini söylemek gerekir.

Literatürde siber zorbalık sonuçlarının mağdur ve zorba açısından farklılık gösterdiği tahmin edilirken, sonuçların ağırlıklı olarak duygu durumsal, psikolojik, sosyal, akademik ve fiziksel etkiler ile ilişkili olduğu açıktır. Zorbalığın etkilerinin, yapılan davranışın kişinin hayatını etkileme zamanı ve yoğunluğu ile eş zamanlı değişiklik gösterebileceği tespit edilmiştir. (Metin, 2017: 20; Yaman ve Peker, 2012).

Süslü (2016:20) yaptığı çalışmada; “Siber zorbalığın araştırılması sonucunda çıkartılan bilgilere göre ergenlik dönemindeki bireylerin özellikle duygusal sosyal psikolojik ve demagojik olarak daha fazla olumsuz etkilendiğini vurgulamaktadır. Araştırmalar, siber kurbanların kötü ruh hali belirtilere, daha yüksek kaygı düzeylerine, daha düşük benlik saygısına, yalnızlığa, öfkeye, üzüntüye, intikama ve akademik başarısızlığa sahip olduğunu göstermiştir.

Siber zorbalık yaşayan bireylerin psikolojik durumları üzerine yapılan incelemelerde hedef olan mağdur bireylerin özellikle zorbalık yapan kişiye karşı derin üzüntü ve öfke hali içerisinde olduğunu ortaya çıkarmıştır. Tüm bu çalışmalar ışığında, siber zorbalığın yaşattığı psikolojik durumların geleneksel zorbalığa kıyasla ciddi sorunlara yol açtığını göstermiştir (Çetinkaya, 2010: 22). Zorbalık sonrasında kişiler sosyal uzaklaşma, içe kapanma, mutsuzluk, öfke, umutsuzluk, izolasyon gibi sorunlar yaşayabilmektedir (Karaca, 2019:14).

Siber zorbalığa maruz kalmış bireyler incelemeler kapsamında bakıldığında; sosyal ortamlarında içine kapanık dışa dönük olmayan pasif mağdurlar, başkalarının düşmanlığını daha çok üzerine çekebilen kışkırtıcı mağdurlar, ilgi çekmek için çeşitli roller yapan sahte mağdurlar, dışlanmamak için her şeyi yapabilecek gönüllü mağdurlar ve evde baskın bir ortamda büyümüş kendisine yapılan zorbalığı başkasına yapmak

isteyen zorba mağdurlar olarak gruplara ayrılabilir (Ümmetler İlhan, 2016: 19-20). Erkeklerde zorbalık düzeyi daha yüksektir (Kavuk, 2016:38; Özdemir ve Akar,2011).

Siber zorbalıktan sonra en çok gözlemlenen duygu durumu öfke olarak ortaya çıkmaktadır (Yaman ve Peker, 2012). Siber zorba ve mağdur kişiler arasındaki ilişkiyi anlamlandırma düzeylerinin farklı davranış çeşitlerini ortaya çıkardığı gözlemlenmiştir (İnselöz ve Uçanok, 2013). Hinduja ve Patchin (2010) yaptıkları çalışmada zorbalığa maruz kalan kişilerin intihar düşüncesine yatkın olduğu ve yaşlarının zorbalığının bu etkiyi artırdığını göstermiştir. Depresyon ve yalnızlığın yanı sıra teknolojiye uzak durma eğilimi siber zorbalığın ileri düzey etkilerinde de kendini göstermektedir (Kozan, 2018:4).

Siber zorbalığa maruz kalmış bireylerin sosyal hayatlarında iletişim problemleri yaşadıkları, aile ve arkadaşları ile oluşturdıkları ilişkilerin sağlam olmadığı kaygı düzeylerinin çok yüksek, özgüven oranlarının düşük ve depresyona meyilli olduklarını gösteren saldırgan ve öfke kontrollerini sağlayamadıkları gözlemlenmiştir (Erbiçer, 2019). Price ve Dalglish (2010) Avustralya'da yaptıkları çalışmada, gençler arasında siber zorbalığın en yaygın sonuçlarının arkadaş, akran (%42) ve ebeveyn ilişkilerinde (%19) sorunlar, kendilerine karşı güvensizlik (%78) olduğunu bulmuşlar ve düşük benlik saygısı (%70) sonucuna varmışlardır.

2.1.7. SİBER ZORBALIK ROLLERİ

Sosyal medyaya aktif olarak kullanan her birey bir şekilde siber zorbalığın herhangi bir çeşidine mutlaka maruz kalmıştır. Literatüre bakıldığında ve incelemeler değerlendirildiğinde pek çok siber zorbalık çeşidinin belirlendiği görülmüştür. Bu rollerden en çok kabul görenleri; mağduru savunma rolü, zorba rolü, izleyiciler rolü ve kurban rolü olmaktadır.

2.1.7.1. Siber Zorbalığı Üstlenme (Zorba) Rolü

Siber zorbalık, hedef kişinin özgürlüğünü taciz edecek, tehdit edecek veya kısıtlayacak eylemler gerçekleştirmek için teknolojiyi kullanan bir kişiyi anlatmak için kullanılır.

Siber zorbalık, bu eylemleri literatürde bahsedilen siber zorbalık eylemlerini kullanarak gerçekleştirir ve bir kişiyi taciz eder veya mağdur rolüne sokar (Seçkin, 2017: 60).

Literatür incelendiğinde, siber zorbalık uygulayan kişilerin narsist kişilik bozukluğu, saldırgan tavırlar, yalnızlık çeken bireyler, empati duygusunu çok geliştirememiş bireyler ve benlik saygısının yitirmiş kişilik özelliklerine sahip oldukları görülmektedir. (Postorino, 2014: 7), empati yeteneği düşük olan bireylerin siber zorbalık yapmaya daha yatkın bireyler olduğu sonucuna varılmıştır (Brewer ve Kerslake, 2015: 258).

Diğer bir kişilik özelliği olan benlik saygısı da siber zorbalık konusunda sorgulamaya tabi tutulan davranış çeşididir. Bazı araştırmalar çelişkili sonuçlar sunsa da (Sticca vd., 2013: 53), benlik saygısı düşük olan bireylerinde siber zorba olabilme durumu için bir risk faktörü olduğu kabul edilir (Harman vd., 2005: 4; Patchin ve Hinduja, 2010: 612).

Siber zorbalıkta yalnızlığın rolünü anlayabilmek içinde bekar insanlar bu konuda gözlemlenmektedir. Ancak, yalnızlık hem mağduriyet hem de siber zorbalığın sürdürülmesi ile ilgili birçok bulgu bulunduğundan, yayınlanan çalışmaların sonuçları oldukça tartışmalıdır (Brewer ve Kerslake, 2015).

2.1.7.2. Siber Zorbalık Kurbanlığı (Kurban) Rolü

Siber zorbalığın diğer yüzü, zorbalık mağdurunu karakterize etmek için kullanılan siber mağdurdur. Genel tanıma bakıldığında; siber mağdur, zorbalığa uğrayan ve bu davranıştan rahatsız olan, tehdit edilen, bu tür davranışlara karşılık vermeyen kişidir (Seçkin, 2017: 107). Siber zorbalığa uğrayan mağdurlar hayatlarını rahatsız eden ve yaşam kalitelerini düşüren bu durumu siber zorbalık kanalları aracılığıyla görmektedir.

Topçu, Yıldırım ve Erdur-Baker (2012) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, siber mağdur rolü oynayan kişiler ya çok içe kapanık ya da çok fazla dışadönük, dikkat çekici ve aktif olarak tanımlanan aşırı kişilik özelliklerine sahiptir. İçedönükler tıpkı yaşadıkları çevredeki gibi kolay hedef oldukları için kurban olarak seçilirken, dışadönükler popülerlikleri nedeniyle fiziksel kıskançlığın intikamını almak için siber düzeyde kurban olarak seçilirler.

Yaman vd., (2011) tarafından yapılan bir çalışmada, siber zorbalığa uğrayan kişilerin aşağıdaki kişilik özelliklerine sahip olma eğiliminde olduklarını ileri sürmüşlerdir; siber

mağdurların özgüvenlerinin düşük olduğu ve mutsuz insanlar oldukları, sosyal çevreleriyle sağlıklı bir şekilde etkileşim ve iletişim kuramadıkları, sosyal çevreye uyum sağlayamadıkları ve okul hayatlarının sorunlu olduğu ifade edilmektedir. Akademik hayatlarındaki performansları yeterli değil, madde bağımlılığına da eğilimlidirler.

Sonuçlara bakılarak teknolojik araçların kullanımda zayıf oldukları ve sosyal medya kullanımda etkili olmadıkları duygusal problemleri daha yoğun yaşadıkları görülmektedir. Özellikle ünlü olan kişilerin sosyal platformlarda siber zorbalığa maruz kaldığı görülmektedir.

2.1.7.3. Siber Zorbalığa Karşı Tepkisiz Kalma Rolü

Dışarıdan bir gözlemci olarak siber zorbalık davranışında farklı bir rol ortaya çıkar, işleyişi diğer rollerden farklıdır, izleyici zorbalığa doğrudan müdahale etmez, dolaylı olarak, isteyerek veya farkında olmadan deneyimleyebilir. Siber zorbalıkta bir dış gözlemcinin rolü, zorbalığın meydana geldiği çevre açısından şiddet içeren davranışa dahil edilmiştir (Kowalski vd., 2008: 26). Örneğin bazı durumlarda izleyiciler yıldırma durumunda dijital ortamda mağdura karşı kötü niyetli içerik paylaşım ve zorba rolü üstlenebilirler.

İnsanların gözlemci rolündeki en temel davranışı, yıldırma rolüne karşı bağımsız kalmak ve herhangi bir işlem yapmamaktır. Seyirci bu davranış aracılığıyla dolaylı olarak aksiyonun devamlılığına katkıda bulunur. İzleyiciler üç gruba ayrılır: destekleyici izleyiciler, zorbalık karşıtı izleyiciler ve ilgisiz izleyiciler. Destekleyici izleyici, zorbayı yanında durarak cesaretlendiren ve mağduru tanımasa bile dolaylı yoldan yaptığı yorumlar ve beğeniler ile zorbalık yapan kişiye cesaret verebilme potansiyeline çok yüksek sahip olan bir kitledir. Zorbalık karşıtı izleyiciler, zorbalara karşı çıkan kişilerdir. Kayıtsız izleyiciler, saldırgan davranışlara tepki vermeyen bir gruptur (Seçkin, 2017: 70).

İnsanların seyirci olarak bu şekilde tepki vermemesinin birçok nedeni vardır:

- a) Mağduru tanımayabilirler.
- b) Herhangi bir bilgi ve beceriye sahip değildirler.
- c) Kendileri siber zorbalığın kurbanı olmaktan korkarlar.

4) Olayın önemini anlamazlar.

5) Mağduru suçlarlar (Hassan vd., 2018: 383)

İzleyici rolüne bir örnek olarak; Hadise, dans ettiği videosunun altına gelen rahatsız edici yorumlara cevap vermemiş ve ardından tüm kişisel hesabındaki gönderilerinin altındaki yorum özelliğini kapattı. Daha fazla yorum yapmamak için herhangi bir tepki vermekten kaçındığı görülmektedir (www.instagram.com/hadise)

2.2. PROBLEM VE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ

2.2.1. PROBLEM VE PROBLEM ÇÖZME

Problem, içinde bulunulan durumun mevcut durumun arzu edilen durumdan farklı olmasıdır (Kneeland, 2001). Morgan'a (2011) göre sorun, kişinin bir amaca giden yolda bir engelle karşılaştığında yaşadığı karmaşık durumdur. Bir problemin problem olarak algılanabilmesi için bireyin mevcut durumu problem olarak görmesi gerekliliğini belirtir.

Adair (2000), günlük hayatta kişinin önüne çıkan problemlerin bireyin gitmesi gereken yolu kapatan engeller olduğunu söylemektedir. Tallman, Lake, Gray, Stafford (1993) ise problemi, bir kişinin istediği amaca ulaşmasını engelleyen bir durum olarak tanımlar ve bu engelin aşılabileceği net değildir; Kalaycı (2001) de bir problem durumunun belirsiz olduğunu, şüpheli durumlar ve karmaşık ilişkilerden oluştuğuna işaret etmektedir.

Problem, bir kişinin karşılaştığı zor bir durumdur. Bir problemin problem olarak nitelendirilebilmesi için kişinin durumdan rahatsız olması ve kişinin durumu çözmeye istekli olması gerekir (Erden ve Akman-2014).

Tertemiz (1995) yaşanan bir durumun problem olarak görülebilmesi için bireyin aklında karışıklık oluşturması ve daha önce hayatında hiç önüne çıkmamış bir engel olması gerektiği konusuna değinir (akt: Aydoğan ve Ömeroğlu, 2003).

Kaya ve Gelbal (2012) kişide rahatsızlığa neden olmayan bir durumun kişi için sorun olmadığını; Bir kişi rahatsızlık hissederse, bu, sorunun fark edildiği ve çözülmesine ihtiyaç olduğu anlamına gelir. Problem çözme, 20. yüzyılın başlarında eğitimcilerin ve psikologların ilgisini çekmeye başlamıştır. Konuyla ilgili ilk fikirlerden birini çıkartan

Thorndike (1911), yaptığı incelemeler ışığında problem çözmeye götüren deneyerek ve yanılarak bu hareketlerin sonucunda ortaya çıkan davranıştan oluştuğunu açıklar. Thorndike'ın düşüncelerine yönelik, John Dewey (1910) problem çözmeyi peş peşe gelen adımların bilinçli bir şekilde bir sürecin parçası olarak görür. Gestalt psikoloğu Koehler (1929), şempanzelerle yaptığı deneyin bir sonucu olarak problem çözmeyi anlayışlı bir şekilde açıklar (Bruning vd., 2014).

Problem çözme, bir amaca ulaşmada ortaya çıkan zorlukların üstesinden gelmek olarak tanımlanır. Tallman ve diğerleri (1993), bir sorunu çözme süreci, bir kişide hayal kırıklığı ve belirsizliğin varlığının farkında olmayı gerektirir, kişinin belirlediği yolda giderken ona engel olan durumların farkındalığına varması gerektiğini söylerler. Çıkan engelin sorun oluşturduğu kişinin normal davranışlarının bunu çözebilmede yeterli olmadığı ve bunun birey için yeni bir durum olduğunun altını çizmektedir.

Duman (2011), problem çözmeyi, istenen amaca yürürken yardımcı olacak etkili araç ve davranışların seçilmesi ve uygulanması olarak tanımlar; bir sorunu çözenin bir kişi için bir hedef olduğunu ve düşünme sürecinin, bir kişinin problemin farkında olmasıyla başladığını söyler. Problem çözme öğrenilen ve bu öğretiler sonucunda geliştirilmeye açık olan bir yetenektir (Sungur, 1992). D'zurilla ve Goldfried (1971) problem çözme doğru öğrenmeyi etkilen bir olay olarak tanımlanır ve problem çözerken engelleri ortadan kaldırmaya yarayacak çözüm seçeneklerinin sınıflandırılması gerektiğini savunurlar ve böylece en işe yarar ve durumu en çok etkileyecek olan çözümün seçilmesi daha çok kolaylaşır.

Kişi hiç bilmediği bu engelleri ortadan kaldırmak için problem çözme yöntemine giderken hayal kırıklığına uğrayabilir fakat bunlar kişinin yeni öğrenme metotlarına alışabilmesi için olanaklar sağlar. Problem çözme öğrenmenin çok önemli parçalarından birisidir (Yıldırım, 2016). Benzer şekilde Arı ve Seçer (2003), problem çözmeyi aynı zamanda birden fazla seçenek ve sürecin düzgün yönetilmesine yönelik kullanımını da savunmaktadır. John Dewey, problem çözenin eğitim amaçlı önemli bir şekilde kullanımını savunmaktadır (Sönmez, 2011).

Problem çözme, kişinin yeteneklerine göre ihtiyaçlarını karşılamasına yardımcı olur; kişi, önüne çıkan engellere çözüm ararken kendi bilgi ve becerilerinin de keşfine çıkar

aynı zamanda. Problem çözme aşamasında kişinin kendini keşfetmesi özgüvenini de artırır (Erden ve Akman, 2014). Cüceloğlu (1990), problemi rutin hayatta karşılaşılan ve amaca giden yolda kişinin amacına ulaşılmasını engelleyen tüm engeller olarak tanımlamaktadır. Ayrıca, sorunlar uzun vadeli veya kısa vadeli, basit veya karmaşık olabilir; çözümlerin problemlerin türüne ve karmaşıklığına bağlı olacağını açıklar. Gelbal (1991), sorunun hem zihinsel açıdan hem de fiziksel açıdan olabileceğini söyler, önüne çıkan engeller ne olursa olsun çözümlerin önemli bir süzgeçten geçerek zihnin doğru süreç yönetimini yapabilmesi ile gerçekleşeceğini açıklar.

Sorun ne olursa olsun kesin bir doğru çözüm üretilemez; belirli sorunlara doğru cevaplar ve kesin çözümler elde etmek için belirli yöntemlerin kullanılabileceği tartışılmaktadır. Bazı problemlerin tek bir çözümü veya tek bir doğru cevabı yoktur; çok boyutlu problemleri çözümlerin çok boyutlu ve yaratıcı düşünmeyi gerektirdiği ileri sürülmektedir. Yaratıcı problem çözme, insanların günlük hayatta karşılaştıkları problemlerin çeşitli yönlerinin farkında olmaları ve bir problemi çözerken standart dışı çözümler aramaları olarak da açıklanabilir (Senemoğlu, 2012). Üstündağ (2006) ise yaratıcı problem çözmenin değişiklikleri anlama, çağrışımlar oluşturma, ilişki yöntemlerini gözlemleme ve farklı fikirler üretme gibi süreçlerden oluştuğunu ifade etmektedir. Görünüşe göre inovatiflik ve problem çözme birbiriyle ilişkilidir ve birbiriyle bağlantılıdır.

Bir problem keşfedildiği andan itibaren kişi bilgi ve tecrübesini kullanarak onu çözmeye çalışmaktadır. Bu süreçte insanlar farklı durumları deneyimleyerek çözüm bulurlar, bu durumlara problem çözme aşamaları denir.

2.2.2. PROBLEM ÇÖZME AŞAMALARI

Problem çözme, engellerin ortadan kalkması ve probleme en doğru şekilde müdahale edilebilmesi için mantık doğrultusunda doğru adımların izlenerek sorunun çözümüne ulaşmaya çalışıldığı bir yoldur (Kalaycı, 2001). Problem çözme kavramının eğitimde kullanımı ilk olarak John Dewey tarafından yapılmıştır (Kesicioğlu ve Güven, 2014). Sungur (1992), modern literatürde sıralanan problem çözmeye ait modellerinin, 1910'da

John Dewey tarafından ortaya atılan çeşitli problem çözme adımları biçimleri olduğunu savunmaktadır. Dewey'in öne sürdüğü adımlar aşağıdaki gibidir (Sungur, 1992):

1. Problem çözme ihtiyacı duymak,
2. Problemi tanımlamak,
3. Çözüm için seçenekler aramak,
4. Eylemi belirlemek,
5. Seçilen eylemi uygulamak,
6. Sonucu değerlendirmek

Bingham (1971), tüm problemleri en doğru şekilde çözmek için tek bir yöntemin olmadığına dikkat çekerek, insanların bir problemi çözmek için attıkları adımların da problemden probleme değişebileceğini savunur. Bingham, sorunu çözme adımlarını şu şekilde açıklamıştır:

1. Problemin farkındalığı ve onunla başa çıkma ihtiyacı: Bazı problemler aniden ortaya çıkarken, diğerleri günlük akış içinde kademeli olarak ortaya çıkabilir. Öte yandan, bazı sorunlar belirsizliklerden kaynaklanır ve bunları belirlemek için bir araştırma süreci gerektirir.

2. Problemi anlamaya çalışmak ve onunla ilişkili ek (küçük) problemleri anlamaya çalışmak: problem keşfedildikten sonra problemin doğası hakkında yeterli bilgi elde etmek her zaman mümkün değildir. Problemin doğasını ve karmaşıklığını anlamak, eylemin etkinliği ve zorluğunun anlaşılması açısından yardımcı olabilir. Bir anlamda, sorunla ilgili koşulları ve nitelikleri anlayarak, sorunun aslında bir sorun olduğunu anlamaktır.

3. Problemlerle ilgili veri ve bilgi toplama: Veri toplama aşamasında problemin çözümüne yönelik tüm yöntemler çalışılmalıdır. Hangi yardımın gerekli olduğunu ve sorunun çözülmesine nasıl yardımcı olunacağını belirlemek için yeterli kaynaklar tanımlanmalıdır. Bu aşamada izlenecek ve uygulanacak olan araştırmalar ile problemin çözümüne ve problemin daha iyi anlaşılması için farklı görüşler alınabilir.

4. Veri seçimi ve organizasyonu. Toplanan problem verileri kaynak materyaldir; Bir sorunun sonuçlarıyla ilişkilendirilebilecek bilgileri koruyarak ve işe yaramaz olanları ortadan kaldırarak verilerin düzenlenmesi gerektiğini açıklar.

5. Toplanan veriler ve problemle ilgili bilgiler ışığında olası çözümlerin belirlenmesi: Verilerin elde edilmesi ve düzenlenmesinden sonra olası tüm çözümlerin belirlenmesidir. Herhangi bir çözümü gözden kaçırmadan farklı çözümler üretmek, süreç içerisinde size en uygun olanı seçmenizi sağlar.

6. Çözümleri değerlendirme ve en iyisini seçme: Tüm kararların olası sonuçlarını ve etkilerini eleştirel analiz ve nesnel düşünce ile değerlendirerek en uygun olanı seçme sürecidir.

7. Tutarlı bir çözüm yöntemi uygulamak: Bulunan çözümleri deneyerek sonuçları görme.

8. Problemi çözmek için kullanılan yöntemin değerlendirilmesi: problem durumunun hafifletilme veya ortadan kaldırılma derecesinin belirlenmesi. Bu aşamada, sorunu yalnızca geçici olarak durduran bir önlem çözüm sayılmaz.

Problem çözme aşamaları genellikle benzer süreçleri içerse de birbirinden farklı aşamaların olduğu unutulmamalıdır. Bingham (1971) tarafından önerilen adımlar arasında dördüncü adımda “toplanan verilerin seçilmesi ve düzenlenmesi” ve üçüncü adım olan Nyland (2011) “sorunun kökünün bulunması” yer almaktadır. Bingham (1971) ve Knieland (2001) kendi engellerini ortadan kaldırıp problemlerini çözerken bu süreçlerin altını çizmiş ve farklı süreçler olarak açıklamıştır. Problem çözme, kişinin engel olarak düşündüğü mevcut durum için çeşitli çözümler oluşturma, test etme ve değerlendirmeyi içerir. Problem çözme aşamaları ve adımları kişiden kişiye farklılık gösterse de bu süreç de çeşitli faktörlerden etkilenmektedir.

2.2.3. PROBLEM ÇÖZME KURAMLARI

Problem çözme ile ilgili araştırmalar yapıldığında süreci en iyi şekilde yönetebilmek için pek çok model ve kuram karşımıza çıkmaktadır. Bu bölüm John Dewey’ in Yansıtımlı Düşünce Kuramına, Karl Popper ve Problem Çözme Kuramına, Alex Osborn’

un Sorun Çözme Kuramına, Bandura'nın Problem Çözme ve Kendine Yeterlik Modeli ve Mountrose ve 5 Aşamalı Sorun Çözme Yaklaşımına yer verilmiştir.

2.2.3.1. John Dewey' İn Yansıtma Düşünce Kuramı

Ata (1998), 1910'da yayınlanan Dewey'in problem çözme hakkındaki fikirlerini şöyle açıklamaktadır: “Dewey, problem çözme şeklini refleksif düşünme teorisinde oluşturduğu ilkeler ile geliştirmiştir. Dewey'e göre düşünce süreci, zor bir problem durumunu ve çözülmüş bir durumu içerir. Bu iki durum arasında belirli aşamalar yer alır” (Ata, 1998: 72-73). Dewey'in projektif düşünme kuramının eğitim için kullanımı problemleri çözme açısından bir yöntem olarak açıklamaktadır (Kalaycı, 2001).

Dinçer (1995) ve Sungur (1992) Dewey problem çözme yönteminin adımlarını şu şekilde ifade etmektedir. (Dinçer, 1995: 9; Sungur, 1992: 41):

- 1-Algılanmış bir problem
- 2-Problem üzerinde yaratıcı düşünme süreci
 - A. Ön gözlem aşaması
 - B. Probleme ilişkin farklı tanımlamalar önermek
 - C. Güçlüğü çözülebilir bir problem olarak biçimlendirmek
 - D. Çözümler önerme (Denenceler ortaya atma)
 - E. En iyi çözümü bulabilmek
 - F. Çözüm yolunu iki biçimde sınamak
 1. Çözümün kendi içindeki elemanlarla içsel tutarlılığı
 2. Eylem ya da kontrol (Gerçek ya da imgesel olabilir)
 - G. Geri dönme. (Başarısızlık durumunda C, D, E, F aşamalarına geri dönme)
 - H. Tutumlar ve istekleri gözden geçirmek
 - İ. Problemin öyküsünü ve çözümünü gözden geçirmek

J. Çözümün başarısını ortaya koymak

3. Yeni dengelerin kurulması ya da yaratma sonrası

Problem çözme metodlarının temelini atılırken Dewey'in çalışmalarına dayandığı ifade edilmektedir (Ornstein, 1989).

2.2.3.2. Karl Popper ve Problem Çözme Kuramı

Problem çözme aynı zamanda farklı kişilerin fikirlerinden oluşan bir dünya görüşü olarak ifade eden Popper'a göre bilim gözlemle değil engelle başlar. Yetersiz beklentilerden veya zorluklardan kaynaklanan sorunlu bir durum, kişiyi öğrenmeye ve gözlemlemeye sevk eder. Buna göre bilimin bir problemle başladığı savunulmaktadır. Popper'a göre, bir sorunu anlamak, bir sorunu çözmekle değil, çözüm aşamasında başarı elde edememekle ilgilidir. Bir problem çözülmediği sürece, bireyin o problemde o kadar uzmanlaştığı ileri sürülmüştür (Sungur, 1992).

2.2.3.3. Alex Osborn'un Sorun Çözme Kuramı

Osborn bir zihin fırtınası tekniği geliştirmiş ve problem çözme üç aşamada ortaya koymuştur:

- 1) problem bulmak,
- 2) fikir bulmak ve
- 3) çözüm bulmak (Sungur, 1992).

Problem bulma, problem tanımlama ve hazırlığı içerir. Bir sorunu tanımlamak, onu karmaşıklığından çıkarmaktır; eğitim, veri toplama ve analiz etme olarak ifade etmektedir. (Dinçer, 1995; Sungur, 1992). Fikir, bir düşüncenin ortaya çıkartılması ve onun sınırlarının büyütülmesidir. Bu aşamada içerik, uygun sonucu bulmak için mümkün olduğunca çok fikir üretmek, bu düşünceleri birleştirmek ve işlemektir (Terzi-2000). Çözüm bulabilmek, değerlendirme ve seçme süreçlerinden oluşur. Değerlendirme test çözümleri; seçim, bir fikri başkalarıyla karşılaştırarak nihai bir kararla sentezlemektir (Dinçer, 1995; Sungur, 1992).

2.2.3.4. Bandura' Nın Problem Çözme ve Kendine Yeterlik Modeli

Bir kişinin etrafındaki deneyimleri izleyerek çok fazla şey öğrendiğine inanan Bandura, kişinin başkalarını gözlemleyerek de problem çözme becerisi kazanabileceğini savunmaktadır. Öz-yeterlik beklentileri, bir kişinin bir görevi veya eylemi başarıyla tamamlayabileceğine olan güveni olarak ifade edilir. Bandura'nın modeli, insanların problem çözme çabalarının, problem çözme becerilerine ilişkin düşündükleri, becerileri ve inançları ile ilgili olduğunu; kişinin kendi yeterliliğine olan inanın problemle baş etme aşamalarını etkileyebileceğini tartışılmaktadır (Taylan, 1990).

2.2.3.5. Mountrose ve 5 Aşamalı Sorun Çözme Yaklaşımı

Problem çözme sürecinde Mountrose göre duygular ön plana çıkmaktadır ve daha önemlidir. Mountrose davranışın altında yer alan sebeplerin duyguların ve fikirlerin yardımıyla ortaya çıkartılması gerektiğini ve bu şekilde problem çözme süreçlerine müdahale edilmesi gerektiğini ifade etmiştir. Engellerin ve problemlerin kaynağında yer alan olumsuz düşüncelerin, fikirler ve duygular ile birlikte harmanlanarak olumlu düşünce akışına geçirilmesinin problem çözmedeki etkisinin önemini vurgulamıştır.

2.2.4. PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ KAVRAMI

İçinde bulunulan durum ile ulaşmak istenen hedefe giden yolun arasında engel çıktığı zaman, engelin çözümlenememesi ve ortadan kaldırılmasına ilişkin bilgi sahibi olunmaması sorun ortaya çıkarmaktadır. Örneğin, istenen hedefe ulaşmak için labirentin geçilmesi gerekiyorsa bir labirent sorunlu bir durumdur. Bu tür problemler ile başa çıkmak için kullanılan beyin fırtınası, problem çözmedir (Lovett, 2002).

Problem tanımları incelendiğinde çözüm, yanıt sayısı ve anlaşılabilirlik gibi özelliklerine göre kategorilere ayrılırlar. Matematik ve fizik gibi cevabı belli olabilecek problemler, çözümü olabilecek problemlerdir. Bu tür problemlerde uygun yöntemler uygulandığında genellikle çözülür ve tek bir doğru cevap vardır. Ancak ilişkilerde günlük yaşamda karşılaşılan sorunlar, tam olarak tanımlanamayan sorunlar olarak nitelendirilmektedir. Genellikle doğru bir çözüm belirlemek zordur (Pretz ve diğerleri, 2003).

Davranışsal ve bilişsel süreçler problem çözme kavramında etkilidir. Bir kişinin problem çözebilmesi kişisel özellikleriyle doğrudan ilişkilidir. Bu özellikler; özgüven, psikolojik dayanıklılık, iletişim ve karar mekanizma becerileridir (Korkut, 2002). Problem çözme, yaşamdaki içsel ve dışsal taleplere veya engellere yanıt vermek için bilişsel olarak, duygusal ve davranışsal süreçlerin hedeflenen kullanımudur (Heppner ve Krauskopf, 1987).

Heppner ve Baker'a (1997) göre problem çözme yeteneğine sahip insanların özelliklerine bakıldığında sorumluluk bilincinde, sınırlar koymadan düşünme kabiliyetine sahip, yenilikçi, geleneksel modellerden farklı düşünebilen, cesur, hareket edebilen kişilerdir. Objektif, yaratıcı düşünür ve durağan olmayan üretime açıktır.

Zadnik ve Loss'a (1995) göre problem çözme yetisi, karmaşık bir yaşam problemini çözmek için kullanılan bir dizi bilişsel beceridir. Kalaycı (2000) göre problem çözme, hayattaki engelleri aşmak ve arzularınızı gerçekleştirmekle ilgilidir. Problem çözme aşamasında, beyinde bir takım bilişsel işlevler yerine getirilir. Bu problem çözme yetisini çeşitli değişkenler etkiler. Bunlar arasında kendi zekâsı, öğrenme becerileri, akademik eğitimi, öğretim yöntemleri, uygun donanıma erişim, durumları ölçebilme ve değerlendirebilme yöntemleri olarak özetlenebilir. Başka bir deyişle problem çözme, gerekli becerilere sahip olduğunda gelişime açık bir fonksiyondur ve çözüme ulaşmada kişinin bir sorunu çözebilmedeki isteği gibi güdüler çok etkilidir (Ağır, 2007).

Problem çözme becerisi, bir kişi bir olumsuzluk ile karşı karşıya kaldığında problemi çözmek için uygun yöntemi seçme olarak tanımlar. Problem çözme sürecine yönelik değişik yaklaşımlar vardır. Bireysel faktörler yaklaşımların geliştirilebilmesi açısından etkilidir. D'Zurilla ve Chang (1995) yaklaşımları incelemiş ve beş farklı boyuta sahip olduklarını bulmuşlardır. Bu beş boyutun problemlere pozitif odaklanma, problemlere negatif odaklanma, rasyonel problem çözebilme, dürtüsel ve gerçeklikten kaçış olduğunu ifade etmişlerdir. Problem çözme, yaşamda yaygın olan problemleri çözmek için kullanılan duygusal, bilişsel ve davranışsal eylemleri içeren bir süreçtir. Taylan'a (1990) göre problem çözme becerisi, bir hedefe ulaşmak için mevcut engellerin üstesinden gelmek için kullanılan çabayı belirler. Problem çözme sürecindeki eylemler, bir kişinin arzularını tatmin etmek ve iç dengeyi sağlamak, uyumu sağlamak için engellerin üstesinden gelmektir.

2.2.5. PROBLEM ÇÖZME STRATEJİLERİ

Doğru problem çözümü, ancak doğru planlama ve doğru strateji kullanımı ile mümkündür. Seçilen strateji sorunu çözebilirse doğru sonuca ulaşılabacaktır. Bir sorunun çözümü birden fazla stratejiye bağlı olabilir ve bazen bir sorunu çözmek için birden fazla strateji işe yarayabilir. Bazı durumlarda bir problemi çözme sürecinde birkaç stratejiyi bir arada kullanmak gerekebilir. Altun'a (2013) göre problem çözme sürecinde kullanılan temel stratejiler aşağıdaki Tablo 1'de gösterilmektedir.

Tablo 2. 1. Problem Çözme Stratejileri

1. Sistemik Liste Yapma
2. Tahmin ve Kontrol
3. Matematik Cümlesi Yazma
4. Diyagram(şekil) Çizme
5. Bağını Bulma
6. Varsayıda Bulunma
7. Geriye Doğru Çalışma
8. Eşitlik Yazma
9. Eleme
10. Tablo Yapma
11. Muhakeme Etme
12. Tahmin Etme
13. Benzer Problemlerin Çözümünden Yararlanma

Problem çözme sürecinde bu stratejilerin kullanılması problemde istenilen sonuçların elde edilmesine katkı sağlayacaktır. Çalışma, ilköğretim düzeyine uygunluğu açısından, çözüme kullanılan 9 farklı stratejiyi içeren standart dışı görevleri içermektedir. Çalışmada kullanılan problem çözme stratejileri aşağıda kısaca açıklanmıştır (Altun, 2013).

Sistemik listeleme: Problem durumunu ortaya çıkaran tüm veri, fırsatları planlı ve sıralı bir şekilde kaydederek bir sonuca ulaşmaktır.

Tahmin yönetimi: Herhangi bir sonucun değerlendirilmesi ile başlayan bu süreç, her yeni değerlendirme sonrasında problemin çözümüne biraz daha yaklaşma şeklini alır.

Diyagram Çizme: Problemin resim ve sembollerle öğrencilere görsel olarak sunulması problemin çözülmesini kolaylaştırmak için hazırlanmış çizimlerdir.

Tablo Yapma: Bu verileri bağlamak, sorunu çözerken mevcut ve bulunan verilerin bir tablosunu oluşturarak çözümü basitleştirecektir.

İlişki Arama: Herhangi bir ilişkinin olduğu dizilerdeki sayılar ve şekiller arasındaki ilişkiyi bulmak için kullanılan bir stratejidir.

Varsayımlarda bulunmak: Bir problemi çözerken, önce herhangi bir varsayım yapılır ve verilenler ile görevlerde gerekli olanlar arasında bir bağlantı kurulmaya çalışılır.

Ters çalışma: Bazı görevler başlangıçta ne yapılması gerektiği hakkında bilgi içermez. Bu tür görevlerde sonuca göre ilk verilere ulaşmaya çalışılır.

Çözüm: Farklı seçeneklerin çok olduğu durumlarda bu seçenekler sırayla test edilir ve çalışmayanlar çıkarılarak sonuca ulaşılır. Her girişim sizi sonuca bir adım daha yaklaştırmalıdır.

Gerekçe: Genel olarak hemen hemen tüm problem çözme süreçlerinde yer alan bu strateji, bazen sadece onu kullanarak çözüme ulaştırır. Doğru durum bir çıkış noktası olarak görülür ve problem o duruma göre yorumlanır ve sonuca ulaşılır.

2.3.DEPRESYON

2.3.1. DEPRESYON TANIMI

Depresyon Latince depressus kelimesinden gelir. Öte yandan yorgun, bunalmış ve durağan anlamlarını da içinde barındırmaktadır. Bizim dilimizde ise depresyon, duygusal olarak çöküntü hali ve ruhsal bunalıma karşılık gelir. Depresyon hem fiziksel olan hem de zihinsel olan hastalıklarla görülebilir. Ruhsal bir durum şeklindeki depresyon, kişinin yaşamının bir kısmında, bazen belirgin sebeplerle, bazen de gündelik sorunlar nedeniyle ortaya çıkar. Depresyon, altta yatan duyguların baskın olduğu tüm duygu durumsal, fiziki ve sosyal anlamda belirti ve şikayetleri içerir (Köknel, 2005: 90).

Keşfedilen ilk ruhsal hastalıklardan biri olan depresyona dair tıbbi ilk tanım Hipokrat tarafından yapılmıştır. Hipokrat bu duruma “kara safra” adını vermiş ve depresyon durumu olarak tanımlamıştır (Karayağız, 2013: 30).

Depresyon, nedenleri, seyri ve tedavisi açısından oldukça karmaşık bir oluşuma sahip ruhsal yönden bir hastalıktır. Depresyon yalnızca zihni ilgilendiren bir durum değildir. Genel anlamda bakıldığında; Duygulu ruh hali ve düşünceler, durgunluk, dikkat dağınıklığı, karamsar bakış açısı, konuşma ve davranış gibi belirtilerin kişinin fiziksel işlevlerini de azalttığı bir sendromdur (Karayağız, 2013: 74).

2.3.2. DEPRESYON TARİHÇESİ

Eskiden gelen ve yeni olan inançların bazı efsanelerinde, Tanrı'ya karşı gelen bir kişiye tüm olumsuz durumları yaşatmayı amaçlayan şeytan şeklinde ortaya çıkmıştır. M.Ö. Hindistan'da 1400 ile 1500 yılları arasında, hastalığın tek nedeninin şeytan olduğu düşünülmüyordu. Hindistan'da yedi tane iblis olduğu düşünülmüyordu ve bu iblislerden birinin insanı ruhen sarmalayıp hüznle ele geçirip depresyona sebebiyet verebileceği inancı hâkim olmuştu (Köknel,2005: 110).

Antik çağda Platon, zihinde oluşan olumsuzlukların doğadan veya doğaüstü olaylardan kaynaklanabileceği düşüncesini ortaya atmıştır. Galen, beyin fonksiyonlarının ve beyni anlamının depresyon halinin başlamasında etkili bir etken olduğuna dikkat çekti. MÖ 400'de orta çağ ustası Romalı doktor Posidonius, mani ve depresyonu 16 gruba ayırdığı akıl hastalıkları arasında sıraladı. Aegina, depresyonun doğal çıkış sebeplerini ve depresyona sebep olabilecek durumları tamamen ortaya çıkardı. Orta Çağ boyunca İslam dünyası depresyon teşhisinde büyük adımlar attı. Razi (MS 864-925) insan yaşamının hayvan, mantık ve bitkisel olmak üzere üç farklı ruh halinden oluştuğunu ileri sürmüştür. İleri sürülen üç halin yoksunluğunda veya artışında zihinsel bir hastalığın ortaya çıkabileceğini söylemiştir. İbni Sina, hastalık ve akıl hastalığı şemasına aşırı tutuklamalar, eşcinsellik, kabuslar, depresyon ve geçmişe dönüşleri dahil etti (Köknel, 2005: 113).

Yeni Çağ'da ruhsal bunalımların sınıflandırılmasında Roma, İslam ve Yunan doktorlarının fikirleri daha çok dikkat çekmeye başlamıştır. Fransa'da Fernel, zihinsel bozuklukları meninkslerin fonksiyonel düzeni ve ventrikülleri çalışamaz hale getiren

nedenlere bağılı olarak üç gruba ayırmıştır. İlk grup baş ağrıları, ikinci grup- akıl hastalığı ve yüksek ateş ile depresyon, üçüncü grup- baş dönmesi, kasılmalar, titreme, epilepsi ve kasılmalar. Timothy Bright İngiltere'de. "Melankoli" isimli çalışmasında iki grup depresyonu doğal ve doğaüstü şeklinde anlatmaya çalışır. Doğal depresyon çeşidinin kara safrana bağılı olduğunu savundu. Kara safra ve lenfatik bozuklukların anormal depresyona iten etkenler olduğuna dikkat çekti. Paulo Zachias, ruhsal hastalıkların sınıflandırılarak tanımlanması için bilimsel açıdan bakabilmeyi sağlamıştır. Bozuklukları üç gruba ayırmıştır: zihinsel çöküntü, iktidarsızlık, ateşli ve ateşsiz ruhsal hastalıklardır. Depresyon ve mani, ateşli olmayan ruhsal hastalıklar olarak ayrıldı (Karayağız, 2013: 77).

Modern çağda ruhsal hastalıkların tanımı ve sınıflandırılması konusunda farklı görüşler dile getirmiştir. Philippe Pinel Fransa'da akıl sağlığı bozukluğunun tespit ve belirtilerine göre; Mani, depresyon hali, demans ve zeka geriliğinin yapısal anormalliklerden kaynaklandığını savunmuştur. Theodor Meinert, pişenin anatomisi üzerine bir araştırma yaptı ve akıl hastalığı ile akıl hastalığı arasındaki ilişkinin, herhangi bir yapısal anormallik olmaksızın işleyişinin bozulması olduğunu öne sürmüştür. Almanya'dan Karl Wernicke, zihnin çalışması için zihin sinir sisteminin doğrudan etkileyici bir organ olduğunu belirtmiştir (Köknel, 2005: 103).

2.3.3. DEPRESYON BELİRTİLERİ

Depresyondaki asıl sebep üzüntü durumunun baskın olduğu bir duygusal sürecin yaşanmasıdır. Yaşanan hüznün, fiziksel acı düzeyine ulaşan duygusal bir durumdur. Direnç, depresyon hali ve olumsuz duyguları içerir (Köknel, 2005: 109).

Depresyon yaşayan bir bireyin üzüntüsü, fiziksel halindeki değişiklikler, devamlı olarak uyuma isteğı, içsel acı, endişe gibi belirtiler depresyonun işaretçisidir. Ayrıca, kişinin kendine olan özgüven eksikliği ve kendini değersizleştirilmesi, fiziksel olarak yapılan aktivitelerin durma noktasına gelmesi, intihar düşünceleri, hüznünlü ruh hali gibi cinsel dürtüyü de azaltmaktadır. DSM-V majör depresyon skalaları şu şekilde gösterilmiştir (Tarhan, 2013: 35).

Gün boyunca süren melankolik ruh hali,

Kilo alma ya da kilo verme gibi fiziksel değişiklikler

Toplum yaşamındaki isteksizlik,

Aşırı uyuma ya da uykusuzluk

Uykusuzluk veya aşırı uyku,

Psikomotor ajitasyon veya geciktirme,

Enerji kaybı ve fiziksel aktivitelerin azalması,

Entelektüel konsantrasyon ve belirsizlik eksikliği,

İntihara meyil, intihar girişimi ve planlama (DSM - V).

Bireyde son on beş günlük dönemde ve önceki etkinliklerde benzerliklerin varlığından ve ayrıca yukarıdaki maddelerin beş veya daha fazlasında; en az bir “melankolik duygudurum”, “ilgi azalması” veya “tatsızlık” belirtisinin bulunması gerekir (Beck ve Alford, 2009: 87).

Depresyonun ilk büyük belirtisi depresif bir ruh halidir. Disfori, depresif ruh hali, yoğun ağrı, keder, ıstırap, derin üzüntü ve umutsuzluk gibi duygularla karakterizedir. Üzüntü ve keder duygularına kaygı eşlik edebilir. Anksiyete, sinirlilik olarak kendini gösterebilir. Hastalığın başlangıcında özellikle sabahları anksiyete çok yoğun bir şekilde yaşanır. Sabah bulantısı olarak adlandırılan bu durum, şiddetli depresyonun önemli bir belirleyicisidir. Hastalığın ilerleyen evrelerinde kişi gün boyunca depresif hisseder. Üzgün ruh halinin yanı sıra üzgün yüz ifadeleri, düşük ses tonu, yavaş konuşma görülebilir. Öz bakım azalabilir. Enerji kaybı ve geçmiş işlere ilgi, depresyonun bir diğer önemli özelliğidir. Bu duruma anhedonia denir. İki ana özellikten biri, depresyon teşhisi için gerekli kriterlerdir (Öztürk ve Uluşahin, 2016).

Psikomotor retardasyon, akut isteksizlik ve enerji kaybı ile karakterizedir. Depresyonu olan kişiler konuşmakta, yürümekte veya herhangi bir şey yapmakta zorlanırlar. Hasta düşüncelerini yavaş ve alçak sesle ifade eder. Düşüncelerinin içeriği kendine, geleceğe ve dünyaya karşı olumsuz tutum ve gelecek korkusuyla doludur. Hastanın ruhsal

yaşamındaki duygular çaresizlik, umutsuzluk, karamsarlık olarak tanımlanabilir. Hastanın özgüveni çok düşüktür. Bu nedenle kendini işe yaramaz, işe yaramaz ve küçük görür. Depresyonu olan insanlar kendilerini suçlama eğilimindedir (Beck ve Alford, 2009: 87).

Depresyonun fiziksel belirtileri kişiden kişiye değişir. Çoğu hastada iştah azalmıştır. Yavaş sindirim sistemi ve kabızlığı olan hastalarda görülür. Öte yandan çok yemek yeme/kilo alma da görülebilir. Depresyonlu hastalarda uyku düzeni bozulur. Hastanın uyku süresi kısadır. Depresyonu olan bazı hastalarda uyku sorunları aşırı uyuma eğilimi olarak kendini gösterebilir. Enerji eksikliği, halsizlik ve yorgunluk depresyonlu hastalarda sık görülen fiziksel belirtilerdir. Hastanın yaşamının her alanında yoğun isteksizlik duygusu nedeniyle, hastalığın başlangıcından itibaren cinsel istekte azalma olur (Öztürk ve Uluşahin, 2016).

Durgunluk ve direnç, depresif ruh hallerinin merkezinde yer alır. Hasta aile ve akrabaları ile olan iletişiminin durduğunu belirtir. Kişi kendiyle mutlu olmadığı için bu onlara olan bağlılığını artırır. Başkalarının yardım ve fikirleri olmadan net düşünemez ve kendisi için doğru kararlar veremez. Genelde depresyondaki kişiler çevrelerinde olup bitenlere değer verirler, onlardan daha fazla dikkat ederler ve karamsar görünürler. İnsanlar genellikle ağlama nöbetleri geçirir. Depresif insanlar geleceği olumsuz fikirler, muhtaç olunacak ruh hali ve kasvetli olarak görürler. Aynı zamanda depresyon halindeki insanların günlük motivasyonlarında azalma olur. Örneğin ev hanımları ev işlerini yapamaz. Öğrenci sınıfta ders çalışmak istemez. Şiddetli depresyon durumunda kişi iştahını kaybeder veya aşırı iştahlanır ve su içme, sosyal hayata katılma gibi durumları gerçekleştiremezler (Köknel, 2005: 123).

2.3.4. DEPRESYON NEDENLERİ

Depresyona sebep olan birçok neden ve faktör olabilir Depresyon halinin artmasında fiziki, biyolojik, genetik ve sosyal faktör rol oynamaktadır.

Depresyon haline sebep olan faktörleri iki ana grupta inceleyebiliriz. Bunlar; Depresyona neden olan ve tetikleyici faktörlerdir. İlk grup kişinin genetiği, ailesi ile olan hayatı, kişisel yapısı, genel kültür ve akademik seviyesini içerir. İkinci grup psikolojik ve sosyal çevre faktörlerini içermektedir. Kişinin yaşadığı depresyon belirtileri diğer

yaşadığı ruh hallerinden kesinlikle farklıdır. Bunlar; rahatsız hissetme, özgüvende yaşanan eksiklik, sosyal ilişkilerin kopma noktasına gelmesi, hayattan alınan sevincin azalması, algılama problemleri, duygu durum değişikliği, fiziksel olarak tükenmişliğe bağlı olarak iletişim kurulamaması, çabuk yorulma, çeşitli fiziksel acı, olumsuz bakış açısı, kaygı ve kaybetme korkusu olarak açıklanabilir (Güleç vd.2009: 92).

Depresif bozuklukların nedenlerine baktığımızda; psikososyal, fiziksel ve kalıtsal faktörlerin etkilerin çok önemli olduğunu belirtebiliriz.

Bireylerin hayatlarında yaşadıkları olumsuz olaylar, stresli geçen iş veya akademik dönemler büyüme evresinde depresyon artışının kademeli olarak artmasında etkili olmaktadır. Sosyal stres depresyonu çok fazla etkilemiyor gibi gözükse de, yaşam ve çevresel olaylarının kişiler üzerinde olumlu veya olumsuz etkiler yaparak fiziki ve ruhani canlılığı etkilediği söylenmektedir. Ailesel fiziki bozukluklar, manik kişilik özellikleri, cinsiyet çatışmaları, düşük eğitim seviyesi, maddi durum yetersizliği, olumsuz engeller, yakın ilişkilerde kuvvetli olmayan bağlar, genetik özellikler, çeşitli bilimsel çalışmalarda ana risk faktörleri olarak belirlenmiştir. Özellikle çocuklukta kaybedilen ebeveynler, gelecekteki yaşanacak depresyonun tespitinde erken belirtiler vermektedir (Güleç vd., 2009: 92).

Ergenlik çağındaki bireyler için yapılan bir çalışmada (8. ve 10. sınıflar) manik semptomları gösteren stres faktörlerinde ve baskılarda artışa sebep olduğu saptanmıştır. Duygusal travmalar yaşayan ailede büyüyen 6-14 yaş aralığındaki çocuklara yapılan incelemelerde hayatlarındaki olumsuz olaylar ile depresyon durumundaki artış arasında ikili bir ilişki olduğu saptanmıştır (Güleç vd., 2009: 92).

Depresyon, ergenlikten gençlik dönemine geçişte farklı rollerin yüklenmesi, fiziki ve psikolojik olarak yaşanan değişimlerinde oluşması ile birlikte karamsarlık sonucu ortaya çıkabilir. Stresörlerin büyümesi, gençlik zamanına giriş ile başlar. Genç kızların stres durumları 13 yaşından sonra erkeklere oranla daha gözle görülür hale gelir (Abela vd., 2005: 185).

Karamsar bir düşünce ile tutumlarını yönlendiren biri, çıkan engelleri hayatında olan olumsuz olaylarla bağdaştırma eğilimindedir. Tüm bunlar bir araya gelince kişi

problemlerini olumsuz olaylarla bağdaştırarak durumu daha da kötüleştirir ve tüm bunların sonucunda kendini suçlama ve çaresiz kalma duygusu hisseder.

Depresyon etiyolojisini açıklarken, önce insan zihnine göre (tanımak, yargılama, algılama, hafıza) yaşanan depresyon arasındaki bağlantıyı anlamak gerekir. 4 farklı bilişsel yatkınlık faktörü vardır:

- Öz eleştiri,
- Sebep, sonuç ve kişilikle ilgili olumsuz bir sonuç tarzı,
- İşlevsel olmayan davranış,
- Depresyonda ruh haliyle ilgili karar verme eğilimi.

Olumsuz davranışta bulunan bireyler yaşadıkları olayları hayatlarındaki engellerle ve zorluklarla birleştirmeye meyillidir. Bu sebepten dolayı da her zaman kendisini suçlama ve suçluluk psikolojisini üstlenerek ruh halini daha çok bozmaya yatkındır (Abela vd., 2005: 183).

Hankin vd., zamanla yükselen olumsuzluklara eşlik eden bu bilişsel eğilimlerin gelecekte depresyonu öngördüğünden de bahsetmiştir. Depresyonda olan depresif bozukluklar gösteren ailelerde büyüyen çocukların üzerinde yapılan incelemelerde bu tarz ailelerde ebeveynlerin depresyon durumu arttıkça çocuklarında doğrusal oranda depresyon düzeylerinin arttığı görülmüştür. Devam eden bu ilişkiler çocuğun karamsar bakış açısıyla da şekillenir. Pesimist bireylerde, anne ve babasının depresyon düzeyine göre artan ruh hali bozukluğu, iyimser kişilere göre çok daha gözle görülür biçimde artmaktadır (Abela vd., 2005: 183).

Yapılan çalışmalar bilişsel eğilimin yalnızca çocukluktan geç çıkan erken ergenliğe geçiş sırasında ortaya çıktığını göstermektedir. Bu “gelişimsel hipotez” e göre, gençlerin soyut kimlikleri ve gelecekleri hakkında düşünme bilişsel gücü gelişmemiştir. Kimlik özellikleri, düşünce tarzı ve kişiliğe bakış açısı gençlikte gelişir. Bilişsel bölüm stres ile ilişkilendirilerek depresyonu tetikleyebilir. Ancak, gelişim hipotezinin tersine, çeşitli çalışmalarda; olumsuz sonuç şekli: işlevsel olmayan davranış, özeleştiri ve duyarlılıkla düşünme tarzı dahil bilişsel eğilim yaklaşımları incelenmiştir (Abela vd., 2005: 183).

Kişilerarası yatkınlık bakış açısına göre, “aşırı güven arayışı”, diğer kişilerin onaylanarak beğenilmesinin tersine, devamlı ve büyük oranda güvenli ortam için çabalamaktır. Araştırmalar, güven ihtiyacının çocukluk ve erken ergenlik döneminde yaşanan ruh bozuklukları ve depresyon belirtileri ile ilgili olduğunu göstermiştir (Abela vd., 2005: 183).

'Kişisel bağımlılık', ilişkilerini devam etmek için kan bağı olan kişilerle (örneğin ebeveynler ve kardeşler) yüz yüze abartılı ilişkiler kurabilme arzusudur. Kesitsel çalışmalar, gençlerin bağımlılık oranı ve depresyona bozuklukları arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu sonucu çıkartılmıştır. İleriye dönük çalışmalarda depresyonun artması ile bağımlılık hali arasında ilişki bulunamamıştır (Abela vd., 2005: 183).

İleri seviyede bağımlılık normatif hatta ergen bireylerle uyumlu olabilir. Sosyal yardım, ihtiyaç halinde insanın etrafında güvенеbileceği insan grubuna sahip olması kavramdır. Duygusal anlamda, finansal, bilgilendirici ve yardımcı destek gibi çeşitli sosyal yardım çeşitleri vardır. Sosyal iletişim, aile üyelerini, arkadaşları ve meslektaşları içerir. Erken yaşta depresyon görülen kişilerin genellikle aile ve yakın çevreden aldığı desteğin yetersiz olması sonucunda bu durumlarının oluştuğu düşünülmektedir (Abela vd., 2005: 183).

a. Sosyal Çevre ve Kişilik Faktörü

Yaşanan olaylardan kaynaklanan üzüntü ve acı hissinin kişiyi tamamen etkilediği depresyonun sosyal çevreden ve sosyal özelliklerden etkilendiği görülmektedir. Son dönemde artan ekonomik kriz ve sosyal sorunlar depresyon sıklığını artırmıştır. Depresyon, kişinin gerçekliğinden soyutlanmasının bir belirtisidir. Depresyon, kişinin bilişsel hatalar yapmasına ve yanlış tanı koymasına neden olur ve bu olumsuz düşünce yapısı, kişinin depresyon belirtileri yaşamasına neden olan sorunlar karşısında çaresiz hissetmesine neden olur (Beck, 2008: 969-977).

b. Fizyolojik- Biyokimyasal Faktörler

Depresyon ve duygudurum bozuklukları ile vücuttaki kimyasal sıvılar arasındaki ilişki üzerine yapılan araştırmalar, endolaminler ve katekolaminler göstermiştir. Doğan (2006), yaptığı çalışmada kanda noradrenalin, serotonin, asetilkolin, sodyum-potasyum dengesi,

Çinko, magnezyum ve şekerin çok fazla veya az olduğunu belirlemiştir. Kişinin biyolojik yapısı incelendiğinde beyindeki nörotransmitterler olan noradrenalin, serotonin ve dopamin düzeylerinin azalmasının veya etkisizliğinin depresyona yol açabileceği anlaşılmaktadır. Depresyonun hem nrotransmitterlerde azalma hem de aralarındaki denge ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Beck, 2008: 969-977).

c. Genetik Faktörler

Genetik faktörlerin ruh hali değişimlerinin, depresyonun ve manik süreçlerin ana nedenlerinden biri olduğu söylenir. Genetiğin insan yaşamına etkilerini araştıran Mendel, insan genetiğinin kurallarından bahsetmiştir. Duygusal durumlarda depresyon ve maninin önde gelen nedeninin genetik faktörler olduğu söylenmektedir. Genetik yapının bireyin yaşamında önemli bir rol oynadığı belirlenmiştir. Mendel, bu genetik etkileri araştırarak, insanlara özgü genetiğin kurallarını keşfetti. Psikiyatrik sorunların genetik arka planını inceleyen bir çalışmada, depresyon belirtileri yaşayan kişilerin yakın akrabalarının da benzer koşullara sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıca ailesinde depresyon öyküsü olan kişilerin, toplumda yaygınlığı olan kişilere göre 10 kat daha fazla depresyon yaşama ihtimalinin olduğu tespit edilmiştir (Beck, 2008: 969-977).

2.3.5. DEPRESYON İLE İLGİLİ KURAMSAL YAKLAşIMLAR

On dokuzuncu yüzyılda da Delasiauve,"depresyon" terimini ortaya çıkarmış ve sözcüğü ilk kullananlardan olmuştur. Tıp literatüründe 1860'lı yıllarda yapılan tanımına göre depresyon, psikolojilerinde ve ruh hallerinde duygu durum değişikliğine sahip olan kişilerin kategorisidir.19. yüzyılın sonunda, depresyon teriminin melankoli terimi ile aynı anlamda kullanılmıştır. Yapılan bilimsel araştırmalar depresyona sebep olan nedenlerin insanların çevresel ve yaşamsal faktörleri ile aileden gelen kalıtımsal etkenlerinin birbiriyle ilişkili olduğu ve aynı grupta sayılabileceği vurgulanmıştır. Melankolinin stressiz hastalarda gelişme riskine bakıldığında %0,05, stresli hastalarda %6,2. olduğu vurgulanmıştır. Kişinin yaşamındaki stresin, medeni halinin değişiminin, iş hayatındaki zorluklarının, maddi ve manevi kş yaşamasının kişilerarası sorunların ve sosyo-demografik özelliklerin riskli olduğu söylenmektedir (ztrk, 2001: 73).

Duygulanım (affective) rahatsızlıkları; Uyarılmayı şiddetli yaşadktan sonra bu uyarılmaları kontrol altına alınamamasının birleşmesi olarak açıklanabilir. Öte yandan, depresyon hali, mutsuz olmak, ağırlaşmak, suçluluk duygusu hissetmek, dürtülerin ve motivasyon kalitesinin düşmesi, sosyal yetilerin kötüleşmesi ve güçsüz iletişim, birincil duygusal bozukluk olarak ifade edilir (Balcı ve Baloğlu, 2018).

İnsanların düzenli olarak depresyon belirtileri yaşadığını ve bunun doğal yaşam süreçlerinin işleyişinden ötürü normal bir durum olduğunu, bu durumun bir psikoloji sorun olduğunu tanımlamak için olağan süreçten daha uzun sürmesi gerektiğini belirtmektedir. Depresyona neden olan olaylar içerisinde, akademik hayat veya iş hayatında yaşanan başarısızlık, sevilen birinin kaybedilesi de görülmektedir.

Melankolik ruh hali bozukluğuna sahip kişilerde, bilişsel (sosyal biliş, bilgi işleme vb.), Sosyo-histerik (bireye saygı, kişilerarası ilişkiler, iç kontrol vb.), temsili (kimlik grubu, duygusal temsil örnekleri vb.) ve biyolojik sistemlerin (genetik, yapısal hasar vb.) olduğu ve bu sistemlerin insanlarla yakından ilişkili olduğu belirtilmiştir. Depresyona girmeye meyilli kişilerde bu tarz sistemler, patolojik yapıların tutarsız faaliyetlerini, atipik düzenlemeyi açıklayarak yaşamın farklı evrelerinde duygusal bir rahatsızlık olarak vurgular. Psikolojik, sosyal ve kalıtsal faktörlerin bir araya gelerek ve birbiriyle bağlantılı olarak depresyon haline sürüklediği ve sebebiyet verdiği söylenmektedir. Aynı zamanda, depresyon sadece rahatsızlık veren duygusal anlamda etkileyip zihinsel anlamda yoran olayların dışında fiziksel aktivitelerde de çeşitli aksamaların ve bozulmaların meydana geldiği sendromdur (Beck, 2008).

2.3.5.1. Depresyonda Psikanalitik Yaklaşım

Psikanalitik bakışa göre, yas tutmanın bir diğer nedeni de sevgi eksikliğidir. Bireylerde ağlama hali, karamsar bakış açısı, kaygı durumu, uyku problemleri gibi belirtiler göstermektedir. Hasta, arasında derin bağ kurduğu kişi ile ayrılık ya da kopma yaşadığında de hayatında kayıp hissiyatı yaşamaktadır. Kişi “sevdiğini kaybetme korkusu hissine kapılır, kimsenin onu sevmeyeceğini düşünür, kendinde olmaz ve karşı tarafla olan konuşma özgüvenini yitirme” olarak hisseder. Freud'un yas ve depresyon araştırmasında depresyon haline yakın kişilerde gördüğü özellikler aşağıdaki gibidir (Öztürk, 2001: 75):

Bireyin süper egosu cezalandırıcıdır.

Mevcut bağlarda çifte duygular hakimdir.

Hayal kırıklığına uğramışlık ve karamsar engeller vardır

Kapsamlı bir öz değerlendirme vardır.

Devamlı düşmanlık ve öfke duygusu hissetme vardır.

Ağır süper egosu nedeniyle kin ve nefreti özüne yönlendirir.

Narsist bir kişilik bozukluğu vardır.

Suçluluk ve ceza duygusu vardır.

2.3.5.2. Depresyonda Bilişsel Yaklaşım

Psikolojik bir sorun bilişsel olarak, yaşanan olay ile kişinin bu olaya zihinsel düşünceleri ile vereceği tepkilerin belirleyicisi olacak şekilde bilişsel teorilerde önemlidir. Depresyon tanısında önemli bir rol oynayan bilişsel teori, adapte olmakta zorlanan insanlara ve onların düşüncelerine odaklanır. Bu düşüncelerin problemlili ruh halinin esas sebebi olduğu düşünülür.

Beck'in teorisinin, bilişsel teoriler arasında depresyon tanımı ile ilgili en kapsayıcı tanımdır. Beck, depresyondaki bireylerin yaşamlarındaki olumlu olaylara odaklanmakta ve mutluluk duymakta zorluk çektiğini, daha çok başarısız oldukları alanlara karamsar bakış açısıyla odaklanarak yaşamdan beklentilerini bu şekilde olumsuz etkilediklerini belirtmiştir. Başarılarını küçümseme, kendiyle gurur duyamama ve suçluluk psikolojisinde hareket etme odaklı olduklarını bildirmektedir (Öztürk,2001:75).

2.3.5.3. Depresyonda Davranışçı Yaklaşım

Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978) depresif hareketleri gelişim aşamasındayken olağan hayatın dışında tekrarlanan çaresizliğe düşüren ve böyle düşündüren farklı davranışlar olarak açıklamıştır. Davranışçı yaklaşıma göre ufak bir çevresel ve sosyal pekiştirme uyumsal harekette düşüşlere neden olabilir sonucunda depresyon haline sebep olabilir. Bu bireylere depresyon halindeyken en büyük

desteklerden bir tanesi, akrabalarından ve yakın arkadaşlarından gördükleri yakınlıktır. Tutum sonucunda kendine zarar verme ve intihar girişimi gibi uygunsuz davranışların önüne geçilebilir (Öztürk, 2001: 75).

Sloane ve arkadaşları (1975) depresif kişilere yönelik tutumların depresyon üzerinde olumlu etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Seligman'ın bilimsel eksiklik kavramı, davranış teorilerine demirlendikten sonra insanları depresyona sürükleyen bir diğer önemli sorundur. Öğrenilmiş çaresizlik oluşan kontrol altına alınamayan problemlerin devamında kontrol edilebilecek durumlara da herhangi bir müdahalede bulunulamamasıdır. Bu sebeple, eylemlerinin işe yaramadığını gören kişiler, inisiyatif alarak ve ilk etapta başarısızlığı kabullenmekten korkarlar. Sonuç olarak, insanlar ilişkilerinde umutsuz ve başarılı hissederler (Öztürk, 2001: 75).

BÖLÜM 3.YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu çalışma siber zorbalığa maruz kalmanın problem çözme beceresi ve depresyon üzerindeki etkilerinin incelendiği ilişkisel tarama araştırmasıdır. İlişkisel tarama araştırması, en az iki veya daha çok değişkenin bir aradaki değişimlerinin varlığını ve var ise ne yönde bir değişim olduğunu saptamayı amaçlayan çalışmalardır.

3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini 18-30 yaş aralığındaki İstanbul ilinde bulunan Okan Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Bu rakam yaklaşık olarak 25.000 dolayındadır. Yapılan örneklem hesabına göre formülde 0,05 hata payı ile en az 378 öğrenciyle anket yapılması uygun olacaktır. Veriler, kolayda örneklem yöntemi ile toplanmıştır. Katılımcıların tanıtıcı bilgileri Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 3. 1. Katılımcıların Tanıtıcı Bilgileri

		n	%
Cinsiyetiniz	Kadın	82	69,5
	Erkek	36	30,5
Yaşınız	25 yaş ve altı	39	33,1
	26-30 yaş	68	57,6
	31 yaş ve üstü	11	9,3
Medeni durumunuz	Evli	34	28,8
	Bekar	84	71,2
Eğitim durumunuz	İlköğretim	0	0,0
	Lise	13	11,0
	Yüksekokul	37	31,4
	Lisans ve üstü	68	57,6
Aylık geliriniz	3000 TL ve altı	28	24,1
	3001-4500 TL	33	28,4
	4501-6000 TL	21	18,1
	6501-8000 TL	15	12,9
	8501-10.000 TL	5	4,3
	10.000 TL üstü	14	12,1
Çalışma durumunuz	Öğrenci	17	14,4
	Kamu çalışanı	7	5,9
	Özel sektör çalışanı	67	56,8
	Serbest meslek sahibi	7	5,9
	İş yeri sahibi	8	6,8
	Emekli	2	1,7
	Ev hanımı	2	1,7
	İşsiz	8	6,8
Günde internete bağlanma süreniz (çalışma haricinde gezinti, haber ve sosyal medya vb. için)	1 saat ya da daha az	3	2,5
	1-2 saat	22	18,6
	2-3 saat	32	27,1

	3-4 saat	36	30,5
	4 saatten fazla	25	21,2
Çalışmak dışında internete en çok girme amacınız	Haberleri takip etmek	10	8,5
	Film/dizi izlemek	18	15,4
	Sosyal medya	69	59,0
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	8,5
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	8,5
Arkadaşlarınızla hangi sıklıkla etkinlikler yaparsınız? (Cafe, sinema, AVM gibi yerlere gitmek, spor etkinlikleri yapmak vb.)	Her gün	3	2,5
	Haftada birkaç gün	48	40,7
	Haftada 1 gün	29	24,6
	Ayda birkaç gün	24	20,3
	Ayda bir ya da daha az	14	11,9

Analiz sonuçlarına göre katılımcıların %69,5'i kadınlardan oluştuğu, %57,6'sı 26-30 yaş arasında olduğu, %71,2'si bekar olduğu, %57,6'sı lisans ve üstü eğitim durumuna sahip olduğu, %28,4'ü aylık 3001-4500 TL aralığında gelir düzeyine sahip olduğu, %56,8'i özel sektör çalışanı olduğu, %30,5'i günde internete bağlanma süresinin (çalışma haricinde gezinti, haber ve sosyal medya vb. için) 3-4 saat olduğu, %59'u çalışmak dışında internete en çok girme amacının sosyal medya olduğu, %40,7'si arkadaşlarıyla haftada birkaç gün (cafe, sinema, AVM gibi yerlere gitmek, spor etkinlikleri yapmak vb.) etkinlikler yaptığı sonucuna varılmıştır.

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

3.3.1. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Araştırmacı tarafından hazırlanan bu form, araştırmaya katılan kişilerin; cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, mesleği, gelir düzeyi gibi demografik sorulardan ve araştırmanın konusuna yönelik; internet kullanımlarına ilişkin sorular sorulacaktır.

3.3.2. PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ

Bireylerin günlük yaşantılarında karşılaştıkları problemlere nasıl tepki verdiklerini ölçmeyi hedefleyen bir araçtır. Heppner ve Petersen tarafından 1982 yılında geliştirilmiş ve Türk kültürüne uyarlama çalışmaları Taylan (1990) ve Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. Olumlu ve olumsuz formüle edilen toplam 35 maddenin yer aldığı ölçekte 32 madde değerlendirmeye alınmaktadır. Maddelerin altılı derecelendirmeye

uygun yanıtlama seçenekleri vardır. Envanterde Problem çözme yeteneğine güven, Kişisel kontrol ve Yaklaşma-kaçınma alt ölçekleri yer almaktadır. Alınan yüksek puan problem çözme becerisi algısının düşük olduğuna işaret etmektedir (Savaşır ve Şahin, 1997). Yapılan uyarılama, geçerlik ve güvenirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlar, birtakım sınırlılıklarıyla birlikte ölçeğin araştırma amacıyla kullanılabileceğini göstermektedir (Taylan, 1990; Savaşır ve Şahin, 1997; Çam, 1995). Ancak yapılan faktör analizi çalışması sonuçları, ölçeğin orijinaliyle yapılan çalışma sonuçlarıyla paralellik taşıdığı gözlenmiştir. Böylece araştırmalarda envanterin alt ölçek puanlarının ayrı ayrı kullanılabileceği gibi, toplam puan olarak kullanılmasının daha uygun olacağı söylenebilir.

Ölçekle ilgili yapılan güvenirlik çalışması kapsamında ölçeğin tümü için elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0,90, alt boyutları için elde edilen katsayılar ise 0,72 ile 0,85 arasında bulunmuştur. Yapılan bu çalışmada ise Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0,77 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları ‘Problem Çözme Yeteneğine Güven’ alt boyutunun 0,77, ‘Yaklaşma- Kaçınma’ alt boyutunun 0,73, ‘Kişisel Kontrol’ alt boyutunun 0,87’dir. Çalışmamızda ölçeğin güvenirlik katsayısı 0,893 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3. SİBER ZORBALIK ÖLÇEĞİ

Regan W. Stewart, Christopher F. Drescher, Danielle J. Maack, Chad Ebesutani, ve John Young (2014) tarafından geliştirilmiş ölçek siber zorba davranışlarını ölçmeyi amaçlamaktadır. Toplam ölçek 2’si çoktan seçmeli 14’ü likert tip olmak üzere 16 sorudan oluşmaktadır. İlk iki soru sanal ortamda kişinin herhangi birini e-posta, video, mesaj vb gibi araçlar ile rahatsız edip etmediğini sorarken ikinci soruda kişinin bu yollarla rahatsız edilip edilmediğini içermektedir. Geriye kalan 14 soruda ise kişinin siber zorbalığa maruz kalma durumu ölçülmektedir. Katılımcılar likert tipte olan sorulara “Hiç, Neredeyse hiç, Bazen, Hemen hemen her zaman, Her zaman” skalası üzerinden yanıt vermektedirler. Soruların içeriğini başka biri tarafından siber alan üzerinden yazılı ya da görsel olarak rahatsız edilme, kişisel bilgilerinin başkası tarafından haberi olmadan paylaşılması, dışlanma, aşağılanma, tehdit edilme gibi durumlara maruz kalıp kalmadığı oluşturmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması aynı araştırmacılar tarafından

yapılmış, ölçekte yer alan ilk 2 soru ayrı tutulmuştur. Geçerliği ve güvenirliği yüksek ölçek olarak bulunmuştur. Türkçeye uyarlanması Özdemir ve Akar (2011) tarafından yapılan “Siber Zorbalık ve Internet Saldırganlığını Tarama Ölçeği” kullanılmıştır. Özdemir ve Akar (2011) tarafından dilsel eşdeğerlik çalışmaları, faktör analizi çalışmaları yapılan ölçeklerden Siber Zorba Kurbanı Olma alt ölçeğinin iç tutarlılık Cronbach Alpha değeri .79; Siber Zorba Olma alt ölçeğinin Cronbach Alpha değeri ise .94 olarak hesaplanmıştır. Çalışmanın orijinalinde ise bu değerler Siber Zorba Kurbanı Olma alt ölçeği için .74; Siber Zorba Olma alt ölçeği için ise .87 olarak belirlenmiştir. Mevcut çalışmada ise Siber Zorba Kurbanı Olma alt ölçeğinin iç tutarlılık Cronbach Alpha değeri .73; Siber Zorba Olma alt ölçeğinin Cronbach Alpha değeri ise .81 olarak hesaplanmıştır. Çalışmamızda ölçeğin güvenirlik katsayısı .89 olarak hesaplanmıştır.

3.3.4. BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ

Depresif belirti varlığını belirlemek için Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) kullanıldı. Beck Depresyon Ölçeği Beck ve arkadaşları (1961) tarafından geliştirilmiştir. Türkiye’de ise geçerlilik ve güvenirlik çalışması Tegin (1980) ve Hisli (1988) tarafından yapılmıştır. Beck Depresyon Ölçeği 21 maddeden oluşmaktadır ve bir öz bildirim ölçeğidir. Kişiden son 1 haftadır kendini nasıl hissettiğini en iyi ifade eden seçeneği işaretlemesi istenir. Her madde 0 ile 3 arasında puan alır. Bu puanların toplanmasıyla depresyon puanı elde edilir. Ölçekten alınan puanlar 0 ile 63 arasında değişmektedir. Ölçeğin kesme puanı 17’dir. Ölçekten alınan 17 ya da üzeri puan kişinin depresyon tanısı alabileceğini gösterir. Toplam puan yükseldikçe depresif belirti düzeyinin yükseldiği düşünülür (Aydemir ve Köroğlu 2012). Çalışmamızda ölçeğin güvenirlik katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır.

3.4. VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin analizi SPSS 24.0 ile yapılmıştır. Çalışmada ölçek puanları hesaplanmış ve puanların normal dağılıma uygunluğunun belirlenmesi için basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Ölçeklerden elde edilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin +3 ile -3 arasında olması normal dağılım için yeterli görülmektedir (Groeneveld ve Meeden, 1984; Moors, 1986; Hopkins ve Weeks, 1990; De Carlo, 1997).

Tablo 3. 2. Araştırmadaki Değişkenlerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	n	Çarpıklık	Basıklık
Güven	118	.75	.03
Yaklaşma Kaçınma	118	.19	.34
Kişisel Kontrol	118	-.18	.18
Problem Çözme Envanteri	118	.54	.58
Bilişsel	118	1.05	.95
Somatik Efektif	118	1.118	1,103
Beck Depresyon Envanteri	118	1.120	1,368
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	118	2.047	4,289
Dışlanma ve Şiddet	118	1.662	3,115
Siber Zorbalık Envanteri	118	2.027	4,508

Ölçek puanları incelendiğinde genel olarak değerlerin -3 ile +3 arasında olduğu ancak bazı değerlerin bu aralığın dışına çıktığı görülmüştür. Normal dağılım sınırları içindeki verilerde parametrik hipotez testleri kullanılırken normal dağılım aralığının dışında kalan veriler için nonparametrik testler kullanılmıştır.

BÖLÜM 4. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde, kullanılan veri toplama araçlarına ilişkin betimsel istatistikler ile hipotezlere ilişkin analizlerden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4. 1. Ölçek Puanlarının Betimsel İstatistikleri

	N	Minimum	Maximum	Ort.	ss
Güven	118	11,00	64,00	30,64	11,81
Yaklaşma Kaçınma	118	16,00	82,00	44,56	11,37
Kişisel Kontrol	118	5,00	25,00	16,23	3,56
Problem Çözme Envanteri	118	53,00	170,00	96,35	21,03
Bilişsel	118	0,00	28,00	8,14	6,07
Somatik Efektif	118	0,00	21,00	5,68	4,76
Beck Depresyon Envanteri	118	0,00	46,00	13,81	10,19
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	118	8,00	40,00	11,81	6,21
Dışlanma ve Şiddet	118	5,00	25,00	8,03	3,82
Siber Zorbalık Envanteri	118	13,00	65,00	19,84	9,69

Güven puanı ortalaması 30.64, yaklaşma kaçınma puanı ortalaması 44,56, kişisel kontrol puanı ortalaması 16,23, problem çözme envanteri puanı ortalaması 96,35, bilişsel puanı ortalaması 8,14, somatik-Efektif puanı ortalaması 5,68, beck depresyon envanteri puanı ortalaması 13,81, Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ortalaması 11,81, Dışlanma ve Şiddet puanı ortalaması 8,03, siber zorbalık envanteri puanı ortalaması 19,84 olarak elde edilmiştir.

Araştırma Sorularına İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci sorusu kapsamında cinsiyete göre katılımcıların problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanlarındaki farklılaşma durumu incelenmiş ve sonuçlar aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4. 2. Cinsiyete Göre Katılımcıların Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Ölçeği Puanlarındaki Farklılaşmaya İlişkin t Testi Sonuçları

		n	Ort.	ss	t	p
Güven	Kadın	82	30,70	11,14	.07	.94
	Erkek	36	30,53	13,36		
Yaklaşma Kaçınma	Kadın	82	43,51	9,88	-1,328	.19
	Erkek	36	46,94	14,06		
Kişisel Kontrol	Kadın	82	16,12	3,47	-.49	.62
	Erkek	36	16,47	3,78		
Problem Çözme Envanteri	Kadın	82	95,40	18,56	-.73	.46
	Erkek	36	98,50	25,96		
Bilişsel	Kadın	82	8,17	5,85	.09	.92
	Erkek	36	8,06	6,62		
Somatik Afektif	Kadın	82	5,82	4,71	.47	.63
	Erkek	36	5,36	4,91		
Beck Depresyon Envanteri	Kadın	82	13,99	9,87	.27	.78
	Erkek	36	13,42	11,01		

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları cinsiyet bakımından farklılık gösterme durumunun analizi için yapılan t-testi sonuçları tablodaki gibidir.

Analiz sonuçlarına göre, problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları cinsiyet bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın ikinci sorusu kapsamında katılımcıların siber zorbalık envanteri puanlarındaki cinsiyete göre farklılaşma durumu incelenmiş ve elde edilen sonuçlar Tablo 4.3'te sunulmuştur.

Tablo 4. 3. Siber Zorbalık Envanteri Puanı ve Alt Boyutları Cinsiyete Göre Farklılaşmaya İlişkin Yapılan Mann-Whitney Sonuçları

		n	X	ss	Medyan	Z	P
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	Kadın	82	11,79	6,05	9,00	-.72	.47
	Erkek	36	11,83	6,65	8,00		
Dışlanma ve Şiddet	Kadın	82	8,01	3,77	7,00	-.16	.87
	Erkek	36	8,08	3,98	6,50		
Siber Zorbalık Envanteri	Kadın	82	19,80	9,53	16,00	-.42	.67
	Erkek	36	19,92	10,18	15,00		

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları cinsiyet bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Mann-Whitney sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları cinsiyet bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın üçüncü sorusu kapsamında yaş bakımından katılımcıların problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanları Tablo 4.4'te sunulmuştur.

Tablo 4. 4. Yaş Bakımından Katılımcıların Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Ölçeği Puanlarındaki Farklılaşmaya İlişkin *t* Testi Sonuçları

		n	Ort.	ss	t	P
Güven	25 yaş ve altı	39	31,95	12,40	.84	.40
	26 yaş ve üstü	79	30,00	11,53		
Yaklaşma Kaçınma	25 yaş ve altı	39	43,82	11,69	-.49	.62
	26 yaş ve üstü	79	44,92	11,27		
Kişisel Kontrol	25 yaş ve altı	39	16,05	3,56	-.38	.70
	26 yaş ve üstü	79	16,32	3,57		
Problem Çözme Envanteri	25 yaş ve altı	39	96,97	21,16	.22	.82
	26 yaş ve üstü	79	96,04	21,09		
Bilişsel	25 yaş ve altı	39	9,64	6,82	1,915	.05
	26 yaş ve üstü	79	7,39	5,56		
Somatik Afektif	25 yaş ve altı	39	6,74	5,05	1,724	.08
	26 yaş ve üstü	79	5,15	4,55		
Beck Depresyon Envanteri	25 yaş ve altı	39	16,38	11,00	1,949	.05*
	26 yaş ve üstü	79	12,54	9,58		

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları yaş bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan t-testi sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre beck depresyon envanteri puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre güven puanı, yaklaşma kaçınma puanı, kişisel kontrol puanı, problem çözme envanteri, bilişsel puanı ve somatik afektif puanı yaş bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$)

Araştırmanın beşinci sorusu kapsamında medeni duruma göre katılımcıların Beck Depresyon ölçeği puanları tablo 7 de gösterilmiştir.

Tablo 4.5. Siber Zorbalık Ölçeğinin Yaş Durumuna Göre Farklılık Gösterme Analizi

		n	X	ss	Medyan	Z	p
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	25 yaş ve altı	39	13,15	7,29	10,00	-2,188	.02*
	26 yaş ve üstü	79	11,14	5,54	8,00		
Dışlanma ve Şiddet	25 yaş ve altı	39	9,23	4,31	8,00	-2,727	.006*
	26 yaş ve üstü	79	7,44	3,43	6,00		
Siber Zorbalık Envanteri	25 yaş ve altı	39	22,38	11,17	18,00	-2,621	.009*
	26 yaş ve üstü	79	18,58	8,67	15,00		

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları yaş bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Mann-Whitney sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir. 25 yaşın altındaki kişilerde duygusal zarar görme durumu daha fazladır.

Analiz sonuçlarına göre Dışlanma ve Şiddet puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir. 25 yaş altındaki kişilerde dışlanma ve şiddet görme durumu daha fazladır.

Analiz sonuçlarına göre siber zorbalık envanteri puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir. 25 yaş altındaki kişilerde siber zorbalık görülme oranı daha fazladır

Araştırmanın beşinci sorusu kapsamında medeni duruma göre problem çözme envanteri ve Beck depresyon ölçeği puanları Tablo 4.5'te sunulmuştur.

Tablo 4. 5. Medeni Duruma Göre Katılımcıların Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Ölçeği Puanlarındaki Farklılaşmaya İlişkin t Testi Sonuçları

		N	Ort.	ss	T	P
Güven	Evli	34	31,44	13,10	.46	.64
	Bekar	84	30,32	11,31		
Yaklaşma Kaçınma	Evli	34	47,38	11,74	1,730	.08
	Bekar	84	43,42	11,08		
Kişisel Kontrol	Evli	34	16,41	4,24	.31	.75
	Bekar	84	16,15	3,27		
Problem Çözme Envanteri	Evli	34	99,88	23,52	1,163	.24
	Bekar	84	94,92	19,91		
Bilişsel	Evli	34	6,59	5,43	-1,778	.07
	Bekar	84	8,76	6,23		
Somatik Afektif	Evli	34	4,26	4,36	-2,082	.04*
	Bekar	84	6,25	4,81		
Beck Depresyon Envanteri	Evli	34	10,85	9,25	-2,035	.04*
	Bekar	84	15,01	10,36		

*p<.05

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları medeni durum bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan t-testi sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre somatik afektif puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir (p<.05). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir. Bekarların somatik afektif puanı daha yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre beck depresyon envanteri puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir (p<.05). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir. Bekarların depresyon oranı daha yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre güven puanı, yaklaşma kaçınma puanı, kişisel kontrol puanı, problem çözme envanteri ve bilişsel puanı yaş bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir (p>.05).

Araştırmanın altıncı sorusu kapsamında medeni durumuna göre siber zorbalık envanteri ve Beck depresyon ölçeği puanları Tablo 4.6'de sunulmuştur.

Tablo 4. 6. Katılımcıların Medeni Duruma Göre Siber Zorbalık Envanteri Puanı ve Alt Boyutları Farklılık Gösterme Durumuna İlişkin Mann-Whitney Sonuçları

		N	X	Ss	Medyan	Z	P
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	Evli	34	9,71	4,23	8,00	-2,710	.07*
	Bekar	84	12,65	6,69	9,00		
Dışlanma ve Şiddet	Evli	34	6,62	2,65	6,00	-2,415	.01*
	Bekar	84	8,61	4,08	7,00		
Siber Zorbalık Envanteri	Evli	34	16,32	6,65	14,00	-2,631	.009*
	Bekar	84	21,26	10,37	17,50		

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları medeni durum bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Mann-Whitney sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir. Bekarların duygusal zarar görme ve aşağılanma durumu daha yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre Dışlanma ve Şiddet puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir. Bekarların dışlanma ve şiddet durumu daha yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre siber zorbalık envanteri puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir. Bekarların siber zorbalık görme oranı daha yüksektir.

Araştırmanın yedinci sorusu kapsamında eğitim durumu bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanı tablo 4.7 de sunulmuştur.

Tablo 4. 7.Eğitim Durumu Bakımından Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Ölçeği Puanı ve Alt Boyutları t Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss	t	P
Güven	Yüksekokul ve altı	50	35,00	11,65	3,609	.00*
	Lisans ve üstü	68	27,44	10,94		
Yaklaşma Kaçınma	Yüksekokul ve altı	50	49,64	10,30	4,490	.00*
	Lisans ve üstü	68	40,82	10,71		
Kişisel Kontrol	Yüksekokul ve altı	50	16,08	3,57	.38	.69
	Lisans ve üstü	68	16,34	3,56		
Problem Çözme Envanteri	Yüksekokul ve altı	50	104,26	20,35	3,689	.00*
	Lisans ve üstü	68	90,53	19,71		
Bilişsel	Yüksekokul ve altı	50	9,62	7,09	2,201	.03*
	Lisans ve üstü	68	7,04	4,97		
Somatik Afektif	Yüksekokul ve altı	50	6,82	5,91	2,114	.03*
	Lisans ve üstü	68	4,84	3,51		
Beck Depresyon Envanteri	Yüksekokul ve altı	50	16,44	12,35	2,295	.02*
	Lisans ve üstü	68	11,88	7,80		

*p<.05

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları eğitim durumu bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan t-testi sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre güven puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir (p<.05). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir. Yüksekokul ve altı eğitime sahip olma durumu güven üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre yaklaşma kaçınma puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir (p<.05). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir. Yüksekokul ve altı eğitime sahip olma durumu kaçınma üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre problem çözme envanteri puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir (p<.05). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir. Yüksekokul ve altı eğitime sahip olma durumu problem çözme üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre bilişsel puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir. Yüksekokul ve altı eğitime sahip olma durumu bilişsel puanı üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre somatik afektif puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir. Yüksekokul ve altı eğitime sahip olma durumu somatik afektif üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre beck depresyon envanteri puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir. Yüksekokul ve altı eğitime sahip olma durumu depresyon üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre kişisel kontrol puanı eğitim durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın sekizinci sorusu kapsamında eğitim durumu bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanı tablo 4.8 de sunulmuştur.

Tablo 4. 8. Eğitim Durumu Bakımından Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Ölçeği Puanı Mann-Whitney Sonuçları

		N	X	Ss	Medyan	Z	p
Duygusal Zarar	Yüksekokul ve altı	50	13,22	7,58	10,00		
Görme ve Aşağılanma	Lisans ve üstü	68	10,76	4,77	8,00	-2,116	.03*
Dışlanma ve Şiddet	Yüksekokul ve altı	50	8,82	4,48	7,00		
	Lisans ve üstü	68	7,46	3,16	6,00	-1,824	.06
Siber Zorbalık	Yüksekokul ve altı	50	22,04	11,83	18,50		
Envanteri	Lisans ve üstü	68	18,22	7,43	15,00	-1,857	.06

* $p<.05$

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları eğitim durumu bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Mann-Whitney sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir. Yüksekokul ve altı eğitime sahip olma durumu duygusal zarar görme ve aşağılanma üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre Dışlanma ve Şiddet puanı ve siber zorbalık envanteri puanı ve eğitim durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın dokuzuncu sorusu kapsamında aylık gelir bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon envanteri puanları tablo 4.9 da sunulmuştur.

Tablo 4. 9. Katılımcıların Aylık Gelir Bakımından Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri Puanlarındaki Farklılaşmaya İlişkin Anova Sonuçları

		N	Ort.	Ss	F	P
Güven	3000 TL ve altı	28	31,36	12,81	1,390	.24
	3001-4500 TL	33	30,48	10,47		
	4501-6000 TL	21	27,95	8,95		
	6501-8000 TL	15	35,93	14,12		
	8501 TL üstü	19	27,58	12,62		
Yaklaşma Kaçınma	3000 TL ve altı	28	43,93	12,87	.47	.75
	3001-4500 TL	33	42,67	11,44		
	4501-6000 TL	21	45,14	7,00		
	6501-8000 TL	15	47,33	10,69		
	8501 TL üstü	19	44,32	13,18		
Kişisel Kontrol	3000 TL ve altı	28	16,00	3,96	.38	.82
	3001-4500 TL	33	16,88	2,55		
	4501-6000 TL	21	16,10	3,59		
	6501-8000 TL	15	15,80	3,57		
	8501 TL üstü	19	16,53	4,22		
Problem Çözme Envanteri	3000 TL ve altı	28	96,50	23,04	.70	.59
	3001-4500 TL	33	94,39	20,24		
	4501-6000 TL	21	94,19	13,08		
	6501-8000 TL	15	104,07	22,75		
	8501 TL üstü	19	93,53	25,15		
Bilişsel	3000 TL ve altı	28	9,75	6,88	1,350	.25
	3001-4500 TL	33	7,88	5,56		
	4501-6000 TL	21	7,10	5,57		

	6501-8000 TL	15	8,80	7,08		
	8501 TL üstü	19	5,95	4,60		
Somatik Afektif	3000 TL ve altı	28	7,43	4,70		
	3001-4500 TL	33	4,97	4,71		
	4501-6000 TL	21	4,81	4,13	1,642	.16
	6501-8000 TL	15	5,87	6,00		
	8501 TL üstü	19	4,58	3,55		
Beck Depresyon Envanteri	3000 TL ve altı	28	17,18	10,88		
	3001-4500 TL	33	12,85	9,52		
	4501-6000 TL	21	11,90	9,06	1,597	.18
	6501-8000 TL	15	14,67	12,50		
	8501 TL üstü	19	10,53	7,79		

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları aylık gelir bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan ANOVA sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları aylık gelir bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın onuncu sorusu kapsamında aylık gelir bakımından siber zorbalık ölçeği puanları tablo 4.10 da sunulmuştur.

Tablo 4. 10. Katılımcıların Aylık Gelir Bakımından Farklılaşmaya İlişkin Kruskal-Wallis Sonuçları

		N	X	ss	Medyan	Ki Kare	P
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	3000 TL ve altı	28	14,07	7,94	10,00		
	3001-4500 TL	33	10,73	5,30	8,00		
	4501-6000 TL	21	10,90	5,21	8,00	10,320	.03*
	6501-8000 TL	15	13,47	6,98	10,00		
	8501 TL üstü	19	9,26	2,88	8,00		
Dışlanma ve Şiddet	3000 TL ve altı	28	10,18	4,72	9,00		
	3001-4500 TL	33	7,27	3,16	6,00		
	4501-6000 TL	21	7,29	3,32	6,00	13,352	.01*
	6501-8000 TL	15	8,40	4,17	7,00		
	8501 TL üstü	19	6,21	1,58	6,00		
Siber Zorbalık Envanteri	3000 TL ve altı	28	24,25	12,20	18,50		
	3001-4500 TL	33	18,00	8,06	15,00		
	4501-6000 TL	21	18,19	8,37	14,00	13,352	.01*
	6501-8000 TL	15	21,87	10,91	17,00		
	8501 TL üstü	19	15,47	3,96	14,00		

* $p<.05$

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları aylık gelir bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Kruskal-Wallis sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 3000 TL ve altında gelire sahip olma puanı 8501 TL üstü gelire sahip olma puanına göre daha yüksektir. 3000 TL ve altında gelire sahip olma durumu duygusal zarar görme ve aşağılanma üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre Dışlanma ve Şiddet puanı aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 3000 TL ve altında gelire sahip olma puanı 8501 TL üstü gelire sahip olma puanına göre daha yüksektir. 3000 TL ve altında gelire sahip olma durumu dışlanma ve şiddet üzerinde pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre siber zorbalık envanteri puanı aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 3000 TL ve altında gelire sahip olma puanı 8501 TL üstü gelire sahip olma puanına göre daha yüksektir. 3000 TL ve altında gelire sahip olma durumu siber zorbalık üzerinde pozitif etkiye sahiptir. Araştırmanın on birinci sorusu kapsamında çalışma durumu bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon envanteri puanları tablo 4.11 da sunulmuştur.

Tablo 4. 11 Katılımcıların Çalışma Durumu Bakımından Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri Puanlarındaki Farklılaşmaya İlişkin t Testi Sonuçları

		N	Ort.	Ss	t	P
Güven	Diğer	51	30,35	11,75	-.23	.81
	Özel sektör çalışanı	67	30,87	11,93		
Yaklaşma Kaçınma	Diğer	51	45,35	11,86	.66	.51
	Özel sektör çalışanı	67	43,96	11,04		
Kişisel Kontrol	Diğer	51	16,22	3,81	-.035	.97
	Özel sektör çalışanı	67	16,24	3,38		
Problem Çözme Envanteri	Diğer	51	96,51	20,27	.73	.94
	Özel sektör çalışanı	67	96,22	21,74		
Bilişsel	Diğer	51	8,51	6,08	.58	.56
	Özel sektör çalışanı	67	7,85	6,09		
Somatik Afektif	Diğer	51	5,88	4,66	.40	.68
	Özel sektör çalışanı	67	5,52	4,86		
Beck Depresyon Envanteri	Diğer	51	14,39	10,08	.53	.59
	Özel sektör çalışanı	67	13,37	10,32		

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları çalışma durumu bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan t-testi sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları çalışma durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$) Araştırmanın on ikinci sorusu kapsamında çalışma durumu bakımından siber zorbalık ölçeği puanları tablo 4.12 da sunulmuştur.

Tablo 4. 12. Katılımcıların Çalışma Durumu Bakımından Siber Zorbalık Envanteri Puanı ve Alt Boyutları Mann-Whithney Sonuçları

		n	X	ss	Medyan	Z	p
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	Diğer	51	12,35	6,89	9,00	-.65	.51
	Özel sektör çalışanı	67	11,39	5,67	8,00		
Dışlanma ve Şiddet	Diğer	51	8,61	4,20	8,00	-1,423	.15
	Özel sektör çalışanı	67	7,60	3,48	6,00		
Siber Zorbalık Envanteri	Diğer	51	20,96	10,73	16,00	-1,195	.23
	Özel sektör çalışanı	67	18,99	8,80	15,00		

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları çalışma durumu bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Mann-Whitney sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları çalışma durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$). Araştırmanın on üçüncü sorusu günde internet bağlanma süresi bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanları tablo 4.13 da sunulmuştur.

Tablo 4. 13 Katılımcıların Günde İnternet Bağlanma Süresi Bakımından Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri Puanlarındaki Farklılaşmaya İlişkin Anova Sonuçları

		n	Ort.	ss	F	P
Güven	2 saat ya da daha az	25	28,12	8,47	3,041	.03*
	2-3 saat	32	26,84	10,93		
	3-4 saat	36	33,11	11,95		
	4 saatten fazla	25	34,48	13,96		
Yaklaşma Kaçınma	2 saat ya da daha az	25	43,92	10,28	1,845	.14
	2-3 saat	32	41,19	11,86		
	3-4 saat	36	45,67	10,53		
	4 saatten fazla	25	47,92	12,35		
Kişisel Kontrol	2 saat ya da daha az	25	16,52	3,58	.12	.94
	2-3 saat	32	16,22	4,23		
	3-4 saat	36	15,97	2,72		
	4 saatten fazla	25	16,32	3,84		
Problem Çözme Envanteri	2 saat ya da daha az	25	93,20	15,59	2,613	.05
	2-3 saat	32	89,84	21,70		
	3-4 saat	36	98,97	20,24		
	4 saatten fazla	25	104,04	23,83		
Bilişsel	2 saat ya da daha az	25	7,64	6,30	3,731	.01*
	2-3 saat	32	6,28	4,70		
	3-4 saat	36	7,86	4,48		
	4 saatten fazla	25	11,40	8,13		
Somatik Afektif	2 saat ya da daha az	25	4,48	4,21	3,950	.01*
	2-3 saat	32	4,78	3,80		
	3-4 saat	36	5,42	3,74		
	4 saatten fazla	25	8,40	6,57		
Beck Depresyon Envanteri	2 saat ya da daha az	25	12,12	10,12	4,245	.07*
	2-3 saat	32	11,06	7,91		
	3-4 saat	36	13,28	7,28		
	4 saatten fazla	25	19,80	13,96		

* $p<.05$

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları günde internete bağlanma süresi bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan ANOVA sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre güven puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2-3 saat bağlanma süresine göre daha yüksektir. 4 saatten fazla bağlanma süresi güven açısından pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre bilişsel puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2-3 saat bağlanma süresine göre daha yüksektir. 4 saatten fazla bağlanma süresi bilişsel puan açısından pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre somatik afektif puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2 saat ya da daha az bağlanma süresine göre daha yüksektir. 4 saatten fazla bağlanma süresi somatik afektif açısından pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre beck depresyon envanteri puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<.05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2-3 saat bağlanma süresine göre daha yüksektir. 4 saatten fazla bağlanma süresi depresyon açısından pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre yaklaşma kaçınma puanı, kişisel kontrol puanı ve problem çözme envanteri günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın on dördüncü sorusu kapsamında günde internet bağlanma süresi siber zorbalık ölçeği puanları tablo 4.14 da sunulmuştur.

Tablo 4. 14. Katılımcıların Günde İnternet Bağlanma Süresi Bakımından Siber Zorbalık Envanteri Puanı ve Alt Boyutları Kruskal-Wallis Sonuçları

		n	X	ss	Medyan	Ki Kare	p
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	2 saat ya da daha az	25	11,96	6,21	8,00	9,204	.27*
	2-3 saat	32	10,19	3,96	8,00		
	3-4 saat	36	10,64	4,41	8,00		
	4 saatten fazla	25	15,40	9,06	12,00		
Dışlanma ve Şiddet	2 saat ya da daha az	25	8,32	3,94	6,00	5,949	.11
	2-3 saat	32	7,25	2,98	6,00		
	3-4 saat	36	7,33	3,08	6,50		
	4 saatten fazla	25	9,76	5,05	9,00		
Siber Zorbalık Envanteri	2 saat ya da daha az	25	20,28	9,58	16,00	7,695	0.53
	2-3 saat	32	17,44	6,53	15,00		
	3-4 saat	36	17,97	7,22	15,00		
	4 saatten fazla	25	25,16	13,85	20,00		

*p<.05

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları günde internete bağlanma süresi bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Kruskal-Wallis sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre duygusal zarar görme ve aşağılanma puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir (p<.05). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2-3 saat bağlanma süresine göre daha yüksektir. 4 saatten fazla bağlanma süresi duygusal zarar görme ve aşağılanma açısından pozitif etkiye sahiptir.

Analiz sonuçlarına göre Dışlanma ve Şiddet puanı ve siber zorbalık envanteri puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir (p>.05).

Araştırmanın on beşinci sorusu kapsamında çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanları tablo 4.15 da sunulmuştur

Tablo 4. 15 Katılımcıların Çalışma Dışında İnternete En Çok Girme Amacı Bakımından Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri Puanlarındaki Farklılaşmaya İlişkin Anova Sonuçları

		n	Ort.	Ss	F	p
Güven	Haberleri takip etmek	10	26,70	11,06	.45	.77
	Film/dizi izlemek	18	32,00	9,79		
	Sosyal medya	69	30,43	12,21		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	33,10	10,19		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	31,40	15,81		
Yaklaşma Kaçınma	Haberleri takip etmek	10	38,60	12,66	.84	.49
	Film/dizi izlemek	18	45,89	9,85		
	Sosyal medya	69	44,59	11,91		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	46,90	6,06		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	45,10	13,30		
Kişisel Kontrol	Haberleri takip etmek	10	14,70	3,62	.96	.42
	Film/dizi izlemek	18	16,89	4,11		
	Sosyal medya	69	16,35	3,45		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	16,10	1,85		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	15,00	3,50		
Problem Çözme Envanteri	Haberleri takip etmek	10	84,30	21,11	1,128	.34
	Film/dizi izlemek	18	99,89	17,13		
	Sosyal medya	69	96,17	22,03		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	101,90	12,61		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	97,60	26,46		
Bilişsel	Haberleri takip etmek	10	5,80	4,39	1,097	.36
	Film/dizi izlemek	18	7,72	5,26		
	Sosyal medya	69	8,23	6,16		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	11,30	7,79		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	7,50	6,50		
Somatik Afektif	Haberleri takip etmek	10	3,70	3,40	1,450	.22
	Film/dizi izlemek	18	5,61	5,25		
	Sosyal medya	69	5,87	4,75		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	8,20	5,73		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	4,10	3,51		
Beck Depresyon Envanteri	Haberleri takip etmek	10	9,50	7,07	1,375	.24
	Film/dizi izlemek	18	13,33	9,98		
	Sosyal medya	69	14,10	10,21		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	19,50	13,18		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	11,60	9,22		

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan ANOVA sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın on altıncı sorusu kapsamında çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından siber zorbalık ölçeği puanları tablo 4.16 da sunulmuştur

Tablo 4. 16. Katılımcıların Çalışma Dışında İnternete En Çok Girme Bakımından Siber Zorbalık Envanteri Puanı ve Alt Boyutları Kruskal-Wallis Sonuçları

		n	X	ss	Medyan	Ki Kare	p
Duygusal Zarar Görme ve Aşagılanma	Haberleri takip etmek	10	9,90	3,28	8,00	2,397	.66
	Film/dizi izlemek	18	10,17	4,06	8,00		
	Sosyal medya	69	12,30	6,75	9,00		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	13,70	8,37	9,00		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	11,70	5,33	8,00		
Dışlanma ve Şiddet	Haberleri takip etmek	10	6,90	2,81	6,00	4,082	.39
	Film/dizi izlemek	18	6,89	2,54	6,00		
	Sosyal medya	69	8,46	4,17	7,00		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	9,40	4,48	8,00		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	7,20	2,94	6,50		
Siber Zorbalık Envanteri	Haberleri takip etmek	10	16,80	5,92	14,00	4,073	.39
	Film/dizi izlemek	18	17,06	6,33	14,50		
	Sosyal medya	69	20,77	10,57	17,00		
	Youtube vb. platformlardan video izlemek	10	23,10	12,18	20,50		
	Araştırma yapmak, içerik okumak	10	18,90	8,12	14,50		

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Kruskal-Wallis sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın on yedinci sorusu kapsamında arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinlikler bakımından problem çözme envanteri ve Beck Depresyon ölçeği puanları tablo 4.17 da sunulmuştur

Tablo 4. 17. Katılımcıların Arkadaşlarıyla Sıklıkla Yaptığı Etkinlikler Bakımından Problem Çözme Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri Puanlarındaki Farklılaşmaya İlişkin Anova Sonuçları

		n	Ort.	Ss	F	p
Güven	Haftada birkaç gün	51	29,25	11,79	.94	.42
	Haftada 1 gün	29	31,24	10,38		
	Ayda birkaç gün	24	30,25	13,86		
	Ayda bir ya da daha az	14	35,14	10,85		
Yaklaşma Kaçınma	Haftada birkaç gün	51	43,08	11,64	1,007	.39
	Haftada 1 gün	29	45,34	9,67		
	Ayda birkaç gün	24	44,25	14,00		
	Ayda bir ya da daha az	14	48,86	8,03		
Kişisel Kontrol	Haftada birkaç gün	51	16,02	3,51	.48	.69
	Haftada 1 gün	29	16,14	3,77		
	Ayda birkaç gün	24	17,00	3,60		
	Ayda bir ya da daha az	14	15,86	3,37		
Problem Çözme Envanteri	Haftada birkaç gün	51	94,31	21,03	.99	.40
	Haftada 1 gün	29	96,41	17,26		
	Ayda birkaç gün	24	95,46	26,41		
	Ayda bir ya da daha az	14	105,14	17,36		
Bilişsel	Haftada birkaç gün	51	7,63	6,77	1,027	.38
	Haftada 1 gün	29	8,66	6,07		
	Ayda birkaç gün	24	7,25	4,66		
	Ayda bir ya da daha az	14	10,43	5,36		
Somatik Afektif	Haftada birkaç gün	51	5,35	5,40	.85	.46
	Haftada 1 gün	29	5,90	4,86		
	Ayda birkaç gün	24	5,08	3,65		
	Ayda bir ya da daha az	14	7,43	3,55		
Beck Depresyon Envanteri	Haftada birkaç gün	51	12,98	11,42	1,070	.36
	Haftada 1 gün	29	14,55	10,50		
	Ayda birkaç gün	24	12,33	7,67		
	Ayda bir ya da daha az	14	17,86	8,07		

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinlikle bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan ANOVA sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinlikle bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

Araştırmanın on sekizinci sorusu kapsamında arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinlikler bakımından siber zorbalık ölçeği puanları tablo 4.18 da sunulmuştur.

Tablo 4. 18. Katılımcıların Arkadaşlarıyla Sıklıkla Yaptığı Etkinlikler Bakımından Siber Zorbalık Envanteri Puanı ve Alt Boyutları Kruskal-Wallis Sonuçları

		n	X	ss	Medyan	Ki Kare	P
Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	Haftada birkaç gün	51	11,80	6,12	8,00	5,994	.11
	Haftada 1 gün	29	12,93	6,15	12,00		
	Ayda birkaç gün	24	9,50	2,77	8,00		
	Ayda bir ya da daha az	14	13,43	9,65	8,00		
Dışlanma ve Şiddet	Haftada birkaç gün	51	8,08	3,55	7,00	6,276	.09
	Haftada 1 gün	29	8,93	3,97	8,00		
	Ayda birkaç gün	24	6,29	1,76	6,00		
	Ayda bir ya da daha az	14	9,00	5,92	6,50		
Siber Zorbalık Envanteri	Haftada birkaç gün	51	19,88	9,28	16,00	5,671	.12
	Haftada 1 gün	29	21,86	9,68	20,00		
	Ayda birkaç gün	24	15,79	3,67	14,00		
	Ayda bir ya da daha az	14	22,43	15,52	14,50		

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinlikler bakımından farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi amacıyla yapılan Kruskal-Wallis sonuçları tabloda verilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinlikler bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>.05$).

4.1. ÖLÇEKLERİN BİRBİRLERİYLE İLİŞKİLERİNE AİT KORELASYON BULGULARI

Bu başlık altında araştırmada kullanılan problem çözme envanteri, siber zorbalık ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeği' ne ilişkin korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 4. 19. Problem Çözme Envanteri, Siber Zorbalık Ölçeği ve Beck Depresyon Ölçeğine İlişkin Korelasyon

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Güven	R	1									
	P										
	N	118									
2.Yaklaşma Kaçınma	R	.725**	1								
	P	.00									
	N	118	118								
3.Kişisel Kontrol	R	.212*	.291**	1							
	P	.02	.01								
	N	118	118	118							
4.Problem Çözme Envanteri	R	.910**	.914**	.334**	1						
	P	.00	.00	.00							
	N	118	118	118	118						
5.Bilişsel	R	.314**	.320**	.12	.323**	1					
	P	.01	.00	.18	.00						
	N	118	118	118	118	118					
6.Somatik Afektif	R	.272**	.247**	.08	.278**	.768**	1				
	P	.03	.07	.33	.02	.00					
	N	118	118	118	118	118	118				
7.Beck Depresyon Envanteri	R	.314**	.306**	.11	.322**	.954**	.924**	1			
	P	.01	.01	.21	.00	.00	.00				
	N	118	118	118	118	118	118	118			
8.Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma	R	.232*	.184*	-.01	.227*	.562**	.615**	.622**	1		
	P	.01	.04	.87	.01	.00	.00	.00			
	N	118	118	118	118	118	118	118	118		
9.Dışlanma ve Şiddet	R	.215*	.187*	-.04	.225*	.509**	.538**	.554**	.855**	1	
	P	.02	.04	.61	.01	.00	.00	.00	.00		
	N	118	118	118	118	118	118	118	118	118	
10.Siber Zorbalık Envanteri	R	.234*	.191*	-.02	.234*	.561**	.607**	.618**	.979**	.943**	1
	P	.01	.03	.76	.01	.00	.00	.00	.00	.00	
	N	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118

*p<.05 **p<.01

Güven puanı ile kişisel kontrol puanı ($r=.21$), somatik-afektif puanı ($r=.27$), Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ($r=.23$), Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=.21$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=.23$) arasında zayıf düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; bilişsel puanı ($r=.31$), beck depresyon envanteri puanı ($r=.31$) arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; yaklaşma kaçınma puanı ($r=.72$) arasında güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; problem çözme envanteri puanı ($r=.91$) arasında çok güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Yaklaşma kaçınma puanı ile kişisel kontrol puanı ($r=.29$), somatik-afektif puanı ($r=.24$), Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ($r=.18$), Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=.18$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=.19$) arasında zayıf düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; bilişsel puanı ($r=.32$), beck depresyon envanteri puanı ($r=.30$) arasında orta

düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; problem çözme envanteri puanı ($r=.91$) arasında çok güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Kişisel kontrol puanı ile Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ($r=-.01$), Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=-.04$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=-.02$) arasında zayıf düzeyde negatif bir ilişki olduğu ancak; bilişsel puanı ($r=.12$), somatik-afektif puanı ($r=.89$), beck depresyon envanteri puanı ($r=.11$) arasında zayıf düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; problem çözme envanteri puanı ($r=.33$) arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Problem çözme envanteri puanı ile somatik-afektif puanı ($r=.27$), Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ($r=.22$), Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=.22$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=.23$) arasında zayıf düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; bilişsel puanı ($r=.32$), beck depresyon envanteri puanı ($r=.32$) arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Bilişsel puanı ile Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ($r=.56$), Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=.50$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=.56$) arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; somatik-afektif puanı ($r=.76$) arasında güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; beck depresyon envanteri puanı ($r=.95$) arasında çok güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Somatik-afektif puanı ile Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=.53$) arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ($r=.61$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=.60$) arasında güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu, beck depresyon envanteri puanı ($r=.92$) arasında çok güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Beck depresyon envanteri puanı ile Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=.55$) arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ($r=.62$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=.61$) arasında güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ile Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=.85$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=.97$) arasında çok güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Dışlanma ve Şiddet puanı ile siber zorbalık envanteri puanı ($r=.94$) arasında çok güçlü düzeyde pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Bu sonuçlara göre depresyon, siber zorbalık ve problem çözme becerileri arasında ilişki bulunmaktadır.

4.2. ÖLÇEKLERİN NEDENSELLİK İLİŞKİLERİYLE İLGİLİ REGRESYON ANALİZ BULGULARI

Tablo 4. 20. Siber Zorbalığa Maruz Kalma ile Depresyon Arasındaki İlişkinin Açıklanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	Standardize Katsayılar	Olmayan	Standardize Katsayılar	t	p	R ²
		B	Standart Hata	Beta			
Siber Zorbalık	Sabit	10,163	3,328		3,054	.03	
Envanteri	Problem Çözme Envanteri	.18	.03	.03	.50	.61	.38
	Beck Depresyon Envanteri	.57	.07	.60	7,822	.00	

Model:F=35,70; p=0,000

Problem çözme envanteri ve beck depresyon envanterinin siber zorbalık envanteri üzerindeki etkisini incelemek için kurulan lineer çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=35,70$, $p<.05$).

Analiz sonuçlarına göre problem çözme envanterinin siber zorbalık envanterini etkilemediği ve beck depresyon envanterinin siber zorbalık envanterini pozitif yönde etkilediği ($\beta = .57$) belirlenmiştir. Buna göre beck depresyon puanındaki 1 birimlik artış siber zorbalığı .57 puan artırmaktadır.

Siber zorbalık envanterindeki değişiminin %38'i beck depresyon Envanteri tarafından açıklanmaktadır.

Tablo 4. 21. Siber Zorbalığa Maruz Kalan Bireylerin Sorun Çözme Yetileri ve Depresyon Seviyeleri Arasındaki İlişkiye Yönelin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	Standardize Katsayılar	Olmayan	Standardize Katsayılar	t	p	R ²
		B	Standart Hata	Beta			
Siber Zorbalık Envanteri	Sabit	15,177	3,831		3,962	.00	.40
	Güven	.06	.08	.07	.72	.47	
	Yaklaşma Kaçınma	-.09	.09	.01	-.09	.92	
	Kişisel Kontrol	.29	.20	-.10	-1,401	.16	
	Bilişsel	.36	.18	.23	1,979	.05	
	Somatik Afektif	.85	.23	.42	3,689	.00	

Model: F=15,177 ; p=.00

Problem çözme envanteri alt boyutları ve beck depresyon envanterinin siber zorbalık envanteri üzerindeki etkisini incelemek için kurulan lineer çoklu regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=15,177 , p<.05).

Analiz sonuçlarına göre problem çözme envanterinin bilişsel boyutunun siber zorbalık envanterini pozitif yönde etkilediği ($\beta = .36$) ve somatik-afektif boyutunun siber zorbalık envanterini pozitif yönde etkilediği ($\beta = .85$) belirlenmiştir. Bununla birlikte somatik afektifin siber zorbalık envanteri üzerindeki etkisi bilişsel boyuta göre daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir.

Buna göre problem çözme envanterinin bilişsel boyutunun puanındaki 1 birimlik artış siber zorbalığı .36 puan; somatik-afektif boyutunun puanındaki 1 birimlik artış .85 puan artırmaktadır.

Siber zorbalık envanterindeki değişiminin %40'ı problem çözme envanterinin bilişsel ve somatik-afektif alt boyutları tarafından açıklanmaktadır.

SONUÇ VE TARTIŞMA

İnternet, 1960'ların sonlarında kurulan ve 1990'lardan itibaren hızla gelişen bir bilgi iletişim ağıdır. Son yıllarda iletişim teknolojilerindeki gelişmeler çok hızlı bir şekilde büyümüştür. İnternet bağlantısı sadece bilgisayarlarda mevcut iken, artık taşınabilir bilgisayarlardan, tabletlerden ve akıllı cep telefonlarından internete bağlanmak mümkün hale gelmiştir. İnsanların internete her yerden, her zaman erişmelerini sağlar. İnternete kişisel erişim, bireylere ağır bir mali yük getirmediği için artmıştır.

Siber zorbalık e-posta, çevrimiçi oyun, çevrimiçi mesajlaşma, sohbet odaları, sosyal ağlar veya cep telefonlarındaki metin mesajları aracılığıyla gerçekleşir. E-postalar, mesajlar ve anlık mesajlar yazılı olarak kaydedilir, tehdidi tekrarlar ve herkese açık hale getirir. Siber zorbalık, internet ortamında bir kişi hakkında yalan söylemek, taciz etmek, tehdit mesajları göndermek, fotoğraflarını ve sırlarını izinsiz yaymak, çeşitli bilgisayar programlarını kullanarak resmini orijinalinden farklı göstermek, kişiyle dalga geçmektir. İnternetteki fiziksel özellikler, insanlara hakaret etme, insanlara hakaret etme ve kaba olma. Açıkça söylemek gerekirse, bir kişiye kendini değersiz ve güvensiz hissettirmek, bir kişinin kişisel bilgilerini izinsiz olarak kamuya açık bir platformda paylaşmaktır. Bir çalışmada, birini sohbet odasından kovmak ve ona hakaret etmek, siber zorbalığın en yaygın biçimiydi.

Beck depresyon envanteri puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir. 25 yaş altındaki kişilerde beck depresyon puanı anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur

Güven puanı, yaklaşma kaçınma puanı, kişisel kontrol puanı, problem çözme envanteri, bilişsel puanı ve somatik Efektif puanı yaş bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir.

Dışlanma ve Şiddet puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir.

Siber zorbalık envanteri puanı yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 25 yaş ve altı olma puanı 26 yaş ve üstü olmaya göre daha yüksektir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında yaş gruplarına göre siber mağduriyet puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Sarak (2012) öğrencilerin yaşlarının artmasıyla birlikte siber mağduriyetin arttığını belirtmekte; Hinduja ve Patchin (2008) yaşla birlikte hem zorbalıkta bulunmanın hem mağduriyetin artış gösterdiğini belirtmektedir. Yaşla birlikte mağduriyetin artmasının nedenlerinden birinin artan yaşla birlikte bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanma yeteneklerinin ve bu teknolojilere ulaşma imkânlarının artması olduğu düşünülmektedir (Campbell, 2005; Kowalski ve Limber, 2007)

Somatik Efektif puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir.

Beck depresyon envanteri puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir.

Güven puanı, yaklaşma kaçınma puanı, kişisel kontrol puanı, problem çözme envanteri ve bilişsel puanı yaş bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir

Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir.

Dışlanma ve Şiddet puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir.

Siber zorbalık envanteri puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre bekarların puanı evlilere göre daha yüksektir.

Güven puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Yaklaşma kaçınma puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Problem çözme envanteri puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Bilişsel puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Somatik Efektif puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Beck depresyon envanteri puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Kişisel kontrol puanı eğitim durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı eğitim duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre yüksekokul ve altı eğitime sahip olma puanı lisans ve üstü eğitime sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Dışlanma ve Şiddet puanı ve siber zorbalık envanteri puanı ve eğitim durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları aylık gelir bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir

Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 3000 TL ve altında gelire sahip olma puanı 8501 TL üstü gelire sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Dışlanma ve Şiddet puanı aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 3000 TL ve altında gelire sahip olma puanı 8501 TL üstü gelire sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Siber zorbalık envanteri puanı aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 3000 TL ve altında gelire sahip olma puanı 8501 TL üstü gelire sahip olma puanına göre daha yüksektir.

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları çalışma durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları çalışma durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir

Güven puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2-3 saat bağlanma süresine göre daha yüksektir. Çalışmamıza benzer olarak Süzer (2021) tarafından yapılan çalışmaya göre güven puanı günde internete bağlanma süresi bakımından anlamlı bulunmuştur.

Bilişsel puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2-3 saat bağlanma süresine göre daha yüksektir. Çalışmamıza benzer olarak Süzer (2021) tarafından yapılan çalışmaya göre güven puanı günde internete bağlanma süresi bakımından anlamlı bulunmuştur.

Somatik Etketif puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2 saat ya da daha az bağlanma süresine göre daha yüksektir. Çalışmamıza benzer olarak Süzer (2021) tarafından yapılan çalışmaya göre somatik etketif puanı günde internete bağlanma süresi bakımından anlamlı bulunmuştur.

Beck depresyon envanteri puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2-3 saat bağlanma süresine göre daha yüksektir. Çalışmamızın sonucuna benzer olarak Sarul (2022) çalışmasında Beck depresyon envanteri puanı günde internete bağlanma süresi bakımından anlamlı bulunmuştur.

Yaklaşma kaçınma puanı, kişisel kontrol puanı ve problem çözme envanteri günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0,05$). Çalışmamızın sonucundan farklı olarak Sarul (2022) çalışmasında Beck depresyon envanteri puanı Yaklaşma kaçınma puanı, kişisel kontrol puanı ve problem çözme envanteri günde internete bağlanma süresi bakımından anlamlı bulunmuştur.

Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Ortalama puanlara göre 4 saatten fazla bağlanma süresi 2-3 saat bağlanma süresine göre daha yüksektir.

Dışlanma ve Şiddet puanı ve siber zorbalık envanteri puanı günde internete bağlanma süresi bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir ($p>0,05$).

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beç depresyon envanteri puanı ve alt boyutları çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları çalışma dışında internete en çok girme amacı bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir

Problem çözme envanteri puanı ve alt boyutları, beck depresyon envanteri puanı ve alt boyutları arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinliklerle bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir

Siber zorbalık envanteri puanı ve alt boyutları arkadaşlarıyla sıklıkla yaptığı etkinliklerle bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir

Güven puanı ile kişisel kontrol puanı, somatik-Efektif puanı, Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı, Dışlanma ve Şiddet puanı, siber zorbalık envanteri puanı arasında zayıf düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; bilişsel puanı, beck depresyon envanteri puanı arasında orta düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; yaklaşma kaçınma puanı arasında güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; problem çözme envanteri puanı arasında çok güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Yaklaşma kaçınma puanı ile kişisel kontrol puanı, somatik-Efektif puanı, Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı, Dışlanma ve Şiddet puanı, siber zorbalık envanteri puanı arasında zayıf düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; bilişsel puanı, beck depresyon envanteri puanı arasında orta düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; problem çözme envanteri puanı arasında çok güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır

Kişisel kontrol puanı ile Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı, Dışlanma ve Şiddet puanı, siber zorbalık envanteri puanı arasında zayıf düzeyde ters yönlü bir ilişki olduğu ancak; bilişsel puanı, somatik-Efektif puanı, beck depresyon envanteri puanı arasında zayıf düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; problem çözme envanteri puanı arasında orta düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Problem çözme envanteri puanı ile somatik-Efektif puanı, Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı, Dışlanma ve Şiddet puanı, siber zorbalık envanteri puanı arasında zayıf düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; bilişsel puanı, beck depresyon envanteri puanı arasında orta düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Siber zorbalığın olumsuz etkilerini azaltmak için sıklıkla önerilen bir stratejinin sosyal yardım aramak olduğuna işaret edilmiştir (Machackova, Cerna, Sevcikova, Dedkova, Daneback, 2013; Riebel, Jaeger ve Fischer, 2009). Siber zorbalıkla mücadele için sosyal

destek arayışı literatürde anlatılmaktadır (Cerna vd., 2016; Dehue, Bolman ve Vollink, 2008). Parris ve diğerleri (2012) bir siber zorbalık olayı meydana geldiğinde, arkadaşların ve ebeveynlerin desteğinin siber zorbalıkla mücadelede önemli bir rol oynadığını bulmuşlardır. Topçu (2014), aileden sosyal destek alan ergenlerin gözden geçirme ve işlevsel başa çıkma gibi duygu düzenleme stratejilerini daha fazla kullandıklarını ve daha az içsel rahatsızlık gösterdiklerini bildirmiştir.

Siber zorbalık davranışlarıyla mücadelede sosyal desteğin önemli bir faktör olduğu vurgulanırken, siber mağdurların sosyal yardım aramadıkları vurgulanmıştır. Bazı öğrenciler siber zorbalık olaylarını arkadaşlarına veya ebeveynlerine bildirmesine rağmen, araştırmacılar siber zorbalık mağdurlarının geleneksel şiddet mağdurlarından daha az yardım aradıklarını öne sürmüşlerdir (Stacey, 2009). Bunun nedeni ise teknolojiyi yok etme korkusudur (Stacey, 2009). Sosyal destek aramamanın bir başka nedeni de siber zorbalık mağdurlarının arkadaşlarının siber zorbalığı önemli olarak görme olasılıklarının daha düşük olmasıdır (Slonje ve Smith, 2008).

Bilişsel puanı ile Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ($r=0,562$), Dışlanma ve Şiddet puanı ($r=0,509$), siber zorbalık envanteri puanı ($r=0,561$) arasında orta düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; somatik-Efektif puanı ($r=0,768$) arasında güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; bekk depresyon envanteri puanı ($r=0,954$) arasında çok güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Sosyal yardım aramamanın bir başka olası nedeni de öğrencilerin siber zorbalığı durdurabileceklerinden emin olmamalarıdır (Mishna, Saini ve Solomon, 2009). Bazı araştırmalar, siber zorbalığa maruz kalan yetişkinlerin yardım aradıklarını, güvenilir ve kaynak sağlayabilen yetişkinlerin (Hinduja & Patchin, 2007); Bazı araştırmalar, öğrencilerin ilginç buldukları şeyleri (teknoloji) terk etmek anlamına geldiği için sosyal yardım aramadıklarını ileri sürmektedir (Smith ve diğerleri, 2008). Ayas ve Horzum (2012) insanların istismarı arkadaşlarıyla paylaştıklarını ve çocukların ergenlik döneminde ailelerinden ve başkalarından aldıkları yardımdan çok arkadaşlarından aldıkları sosyal desteği daha önemli bulduklarını paylaşmaktadırlar. Ayrıca siber zorbalık yaşayan çocukların durumu aileleriyle paylaşmamalarının nedeni otoriter aile yapısıyla ilgili olabilir. Otoriter ailelerde çocuklar, cezalandırılacaklarını, şiddete maruz

kalacaklarını veya gelirlerinden mahrum bırakılacağını düşünerek bu tür olumsuz şeyleri aileleriyle paylaşmaktan çekinmektedirler (Özer, 2016).

Somatik-Efektif puanı ile Dışlanma ve Şiddet puanı arasında orta düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı, siber zorbalık envanteri puanı arasında güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu, beck depresyon envanteri puanı arasında çok güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Beck depresyon envanteri puanı ile Dışlanma ve Şiddet puanı arasında orta düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu; Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı, siber zorbalık envanteri puanı arasında güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Duygusal Zarar Görme ve Aşağılanma puanı ile Dışlanma ve Şiddet puanı, siber zorbalık envanteri puanı arasında çok güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Dışlanma ve Şiddet puanı ile siber zorbalık envanteri puanı arasında çok güçlü düzeyde doğru yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

Problem çözme envanteri ve beck depresyon envanterinin siber zorbalık envanteri üzerindeki etkisini incelemek için kurulan regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F=35,70$, $p<0,05$).

Problem çözme envanterinin siber zorbalık envanterini pozitif yönde etkilediği ($\beta = 0,018$) ve beck depresyon envanterinin siber zorbalık envanterini pozitif yönde etkilediği ($\beta = 0,575$) belirlenmiştir. Katsayılar incelendiğinde beck depresyon envanterinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Problem çözme envanteri küçük boyutlu ve küçük boyutlu beck depresyon envanterinin siber zorbalık envanteri üzerindeki etkisini araştırmak için kurulan regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($F = 15.177$, $p < 0.05$). Depresyon belirtileri gösterenlerin kurban olma olasılığı daha yüksektir (Ybarra ve Mitchell, 2004). Siber mağdurlar, mutsuzluk, öfke ve keder gibi duyguların (Beran ve Li, 2005; Ybarra ve diğerleri, 2007; Şahin, Sarı, Özer ve Er, 2010) yanı sıra istisnalar, hayal kırıklığı, kırılabilirlik, depresyon yaşarlar (Patchin ve Hinduja, 2006), internet bağımlılığı

gibi sorunları olduğunu gösteren araştırma sonuçları ve arkadaşları tarafından alınan sosyal destek bu bulguyu desteklemektedir (Eroğlu 2011),

Siber zorbalık envanterinin değişiminin %40'ı problem çözme envanteri alt boyutları ve beck depresyon Envanteri alt boyutları tarafından açıklanmaktadır.



KAYNAKÇA

- Adair, J, (2000), *Karar Verme ve Problem Çözme*, (N. Kalaycı, Çev.), Gazi, Ankara.
- Agatston, P. W., Kowalski, R., Limber, S, (2007), *Students,, Perspectives On Cyber Bullying*, Journal of Adolescent Health, 41(6), 59-60.
- Ağır, M, (2007), *Üniversite Öğrencilerinin Bilişsel Çarpıtma Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki*, Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akça E., Sayımer, İ., (2017), *Siber Zorbalık Kavramı, Türleri ve İlişkili Olduğu Faktörler: Mevcut Araştırmalar Üzerinden Bir Değerlendirme*, AJIT-e: Online Academic Journal of Information Technology, Özel Sayı, 8(30).
- Altun, M, (2013), *Ortaokullarda (5, 6, 7 ve 8. Sınıflarda) Matematik Öğretimi* (9. bs.). Aktüel Yayınları, Bursa.
- Arı, R., Seçer, Z, (2003), *Farklı Ana Baba Tutumlarının Çocukların Psikososyal Temelli Problem Çözme Becerilerine Etkisinin İncelenmesi*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (10), 451-464.
- Ata, B, (1998), *Tarih Öğretimine Bilimsel Problem Çözme Yönteminin Uygulanmasına Yönelik Bir Model*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ayas, T., Horzum, M. B, (2012), *İlköğretim Öğrencilerinin Sanal Zorba ve Mağdur Olma Durumu*, İlköğretim Online, 11(2), 369-380.
- Aydoğan, Y., Ömeroğlu, E, (2003), *Erken Çocukluk Döneminde Genel Problem Çözme Becerilerinin Kazandırılması. OMEP 2003 Dünya Konsey Toplantısı ve Konferansı Bildiri Kitabı 2 içinde* (s. 458-468). Kuşadası: Ya-pa.
- Baker, K, (2010), *Florida Teacher Perceptions Concerning Internet Dangers for Students*, Department of Educational Research, University of Central Florida, Orlando.
- Balcı, Ş., Baloğlu, E, (2018), *Sosyal Medya Bağımlılığı ile Depresyon Arasındaki İlişki: Üniversite Gençliği Üzerine Bir Saha Araştırması*, Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi, 29, 209-233.
- Baştürk-Akca, E., Sayımer, İ., Ergül, S, (2015), *Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medya Kullanımları ve Siber Zorbalık Deneyimleri: Ankara Örneği*, Global Media Journal TR Edition, 5(10)
- Beck, A, (2008), *The Evolution of The Cognitive Model of Depression and its Neurobiological Correlates*, American Journal of Psychiatry, 165/8 (2008), 969–977.
- Beck, A. T., Alford, B. A, (2009), *Depression: Causes and Treatment* (2nd ed.), University of Pennsylvania Pres, Philadelphia.

- Beran, T., Li, Q, (2007), *The Relationship Between Cyberbullying and School Bullying*, Journal of Student Wellbeing, 1(2), 15-33.
- Bingham, A, (1971), *Çocuklarda Problem Çözme Yeteneklerinin Geliştirilmesi*, Milli Eğitim, İstanbul.
- Brewer, G., Kerslake, J, (2015), *Cyberbullying, Self-Esteem, Empathy and Loneliness*, Computers in Human Behavior, 255-260.
- Bruning, R. H., Schraw, G. J., Norby, M. M, (2014), *Bilişsel Psikoloji ve Öğretim*, (Z. N. Ersözlü & R. Ülker, Çev.), Nobel Akademik, Ankara.
- Camodeca, M., Goossens, F. A, (2005), *Aggression, Social Cognitions, Anger and Sadness In Bullies and Victims*. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 46, 186-197.
- Campbell, A. M, (2005), *Cyber Bullying: An Old Problem in a New Guise?*, Australian Journal of Guidance and Counselling, 15(1), 68-76.
- Cerna, A., Machackova, H., Dedkova, L, (2016), *Whom to Trust: The Role of Mediation and Perceived Harm in Support Seeking by Cyberbullying Victims*, Children & Society 30, 265-277.
- Cüceloğlu, D, (1990), *İnsan ve Davranışı*, Remzi, İstanbul.
- Çetinkaya, B, (2010), *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinde Siber Zorbalığın Yaygınlığı*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- De Carlo, L. T, (1997), *On the Meaning and Use of Kurtosis*, Psychological Methods, 2, 292-307.
- Dehue, F., Bollman, C., Völlink, T, (2008), *Cyberbullying: Youngsters' Experiences and Parental Perception*, Cyberpsychology & Behavior: The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society, 11(2), 217- 223.
- Dikmen, M., Çağlar, A, (2017), *Öğretmen Adaylarının Siber Zorbalığa Yönelik Duyarlılıklarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 27(2), 101-111.
- Dinçer, Ç, (1995), *Anaokuluna Devam Eden 5 Yaş Grubu Çocuklarına Kişiler Arası Problem Çözme Becerilerinin Kazandırılmasında Eğitimin Etkisinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Duman, B, (2011), *Problem Çözme ve Problem Çözme Terminolojisi*, G. Ocak (Ed.), *Öğretim İlke ve Yöntemleri* içinde (s. 393-401). Ankara: Pegem Akademi.
- D'Zurilla, T. J., Chang, E. C, (1995), *The Relations Between Social Problem Solving and Coping*, Cognitive Therapy and Research, 19(5), 547-562.

- D'Zurilla, T. J., Goldfried, M. R, (1971), *Problem Solving Behavior Modification*, Journal of abnormal psychology, 78(1), 107.
- Erbiçer, E. S, (2019), *Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyetin Sosyal Uyuma ve Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, doi: 10.9779/pauefd.559831
- Erden, M., Akman, Y, (2014), *Eğitim Psikolojisi*, Arkadaş, Ankara.
- Eroğlu, Y. (2011). *Koşullu Öz-değer, Riskli İnternet Davranışları ve Siber Zorbalık/Mağduriyet Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Filiz, O., Erol, O., Dönmez, F., Kurt, A, (2014), *BÖTE Bölümü Öğrencilerinin Sosyal Ağ Siteleri Kullanım Amaçları ile İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Journal of Instructional Technologies and Teacher Education, 3(2), 27-28.
- Gelbal, S, (1991), *Problem Çözme*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (6), 167-173.
- Gencer, H, (2017), *Ortaokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Siber Zorbalık Davranışları ile İlişkili Değişkenlerin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Gökler, R, (2009), *Okullarda Akran Zorbalığı*, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6(2), 511- 536.
- Groeneveld, R. A., Meeden, G, (1984), *Measuring Skewness and Kurtosis*, The Statistician, 33, 391-399.
- Güleç, H., Köse, S., Güleç, M.Y. ve ark, (2009), *Reliability and factorial validity of the Turkish version of the 20-item Toronto Alexithymia Scale (TAS-20)*, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 19, 214-20.
- Hassan, S., Yocolo, M. I., Nguyen, T., Zambri, S, (2018), *Should I Intervene? The Case of Cyberbullying on Celebrities from the Perspective of the Bystanders*, Knowledge Managment International Conference, 382-387.
- Heppner, P. P., Baker, C. E, (1997), *Applications of the Problem Solving Inventory*, Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 29(4), 229-241.
- Heppner, P. P., Krauskopf, C. J. (1987), *An Information-Processing Approach to Personal Problem Solving*, The Counseling Psychologist, 15(3), 371-447.
- Hinduja, S., Patchin, J, (2007), *Offline Consequences of Online Victimization: School Violence and Delinquency*, Journal of School Violence, 6(3), 89-112.
- Hinduja, S., Patchin, J. W, (2009), *Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyber Bullying*, Corwin Press, Thousand Oaks.

- Hinduja, S., Patchin, J. W, (2008), *Cyberbullying: An Exploratory Analysis of Factors Elated to Offending and Victimization*, Deviant Behavior, 29,129-156.
- Hines, H, (2011), *Traditional Bullying and Cyber-Bullying: Are the Impacts on Selfconcept the Same?*, Western Carolina University, North Carolina.
- Hopkins, K. D., Weeks, D. L, (1990), *Tests for Normality and Measures of Skewness and Kurtosis: Their Place in Research Reporting*, Educational and Psychological Measurement, 50, 717-729.
- İnselöz Türkileri, N., Uçanok, Z, (2013), *Ergenlerde Sanal Zorbalık: Nedenler, Duygular ve Baş Etme Yollarının Niteliksel Analizi*, Türk Psikoloji Yazıları Dergisi, 16(32), 20-44.
- Kalaycı, N, (2001), *Sosyal Bilgilerde Problem Çözme ve Uygulamalar*, Gazi, Ankara.
- Karaca, H, (2019). *Ortaokul Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Mağduriyetle, İnternet Bağımlılığı, Aile İşlevleri ve Ebeveynlerin İnternet Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.
- Karayağız, Ş, (2013), *Bipolar ve Unipolar Depresyonda Aleksitimi Düzeylerinin Karşılaştırılması ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi*, Uzmanlık Tezi, Erciyes Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Kayseri.
- Kavuk, M, (2016), *Ortaokul ve Liselerin Siber Zorbalık Farkındalık Profillerinin Oluşturulması ve Okul Paydaşlarına Yönelik Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Etkililiğinin Değerlendirilmesi*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Kaya, Z., Gelbal, S, (2012), Eğitim Bilimlerinde Yöntem, Ö. Demirel & Z. Kaya (Ed.), *Eğitim Bilimine Giriş* içinde (s. 237-279). Ankara: Pegem Akademi.
- Kesicioğlu, O. S., Güven, G, (2014), *Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Özyeterlik Düzeyleri ile Problem Çözme, Empati ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Electronic Turkish Studies, 9(5), 1371-1383.
- Kneeland, S, (2001), *Problem Çözme*, (M. T. Atay, Ed.), (N. Kalaycı, Çev.), Gazi, Ankara.
- Korkut, F, (2002), *Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerileri*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22, 177-184.
- Kowalski, R. M., Limber, S., Agatston, P. W, (2012), *Cyberbullying: Bullying in the Digital Age* (2nd ed.), Wiley-Blackwell, Malden, MA.
- Kowalski, R., Limber, S., Agatston, W, (2008), *Cyberbullying: Bullying in the Digital Age*, Blackwell Publishing, Malden.
- Kowalski, M. R., Limber, S, (2007), *Electronic Bullying Among Middle School Students*, Journal of Adolescent Health, 41(6), 22-30.

- Kozan, M, (2018), *Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü Öğretmen Adaylarının Dijital Okuryazarlık Düzeyleri ve Siber Zorbalığa İlişkin Duyarlılıklarının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Elâzığ.
- Köknel, Ö, (2005), *Ruhsal Çöküntü Depresyon*, Altın Kitaplar, İstanbul.
- Lovett, M. C, (2002), *Problem Solving*, Stevens' Handbook of Experimental Psychology.
- Machackova, H., Cerna, A., Sevcikova, A., Dedkova, L., Daneback, K, (2013), *Effectiveness of Coping Strategies for Victims of Cyberbullying*, Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 7(3), 5. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2013-3-5>
- Metin, K. E, (2017), *Ortaokullarda Görev Yapan Öğretmenlerin Siber Zorbalık Yaşama Düzeyleri ve Siber Zorbalıkla Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Metli, G, (2017), *Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Siber Mağduriyet ve İnsani Değerleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Mishna, F., Saini, M., Solomon, S, (2009), *Ongoing and Online: Children and Youth's Perceptions of Cyber Bullying*, Children and Youth Services Review, 31, 1222- 1228.
- Moors, J. J. A, (1986), *The Meaning of Kurtosis: Darlington Reexamined*, The American Statistician, 40, 283-284.
- Morgan, C. T, (2011), *Psikolojiye Giriş*, (S. Karakaş & R. Eski, Ed.), Eğitim, Konya.
- Nansel, T., Overpeck, M., Pilla, R., Ruan, W., Simons-Morton, B., Scheidt, P, (2001), *Bullying Behaviors Among US Youth: Prevalence and Association With Psychosocial Adjustment*, Journal of the American Medical Association, 285(16), 2094-2100.
- Navarro, R., Santiago Y., Larranaga, E, (2017), *Cyberbullying Among Children and Adolescents: A Quantitative and A Qualitative Approach to Gender Differences*, C. Mc. Guckin & L. Corcoran, Ed., *Bullying and Cyberbullying*, Nova Science Publishers, Inc.
- Nunnally, J. C, (1967), *Psychometric Theory*, 1. Baskı, McGraw-Hill, Inc., New York.
- Olweus, D, (1994), *Bullying at School*, Blackwell Publishing, Malden.
- Olweus, D, (1999), *Bullying Prevention Program*, Center for the Study and Prevention of Violence, Institute of Behavioral Science, 45-122.
- Olweus, D, (2002), *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*, MA Blackwell Publishers, Madlen.
- Ornstein, A. C, (1989), *Problem Solving: What is it? How can we teach it?*, NASSP Bulletin, (73), 113-121.

- Özer, G, (2016), *Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık Yaşama Düzeyleri İle Siber Zorbalığın Öğrenciler Üzerindeki Etkileri Ve Öğrencilerin Siber Zorbalıkla Baş Etme Stratejileri*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Özer, H, (2016), *Ortaokul ve Lise Öğrencilerinin Siber Zorbalık Tutum ve Duyarlılıklarının Drama Metoduyla İncelenmesi*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Öztürk, M, (2001), *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, 8. Basım, Feryal Matbaası, Ankara.
- Öztürk, M. O., Uluşahin, A, (2016), *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, 14. Baskı, Nobel Tıp Kitabevleri, Ankara.
- Parris, L., Varjas, K., Meyers, J., Cutts, H, (2012), *High School Students' Perceptions of Coping With Cyberbullying*, Youth & Society, 44(2), 284-306.
- Patchin, J. W., Hinduja, S, (2010), *Cyberbullying and Self-Esteem*, Journal of School Health, 614-612.
- Patchin, J. W., Hinduja, S, (2006), *Bullies Move Beyond the Schoolyard*, Youth Violence and Juvenile Justice, 4 (2), 148-169.
- Postorino, L. (2014). *Cyberbullying: The Role of Empathy and Moral Disengagement in High School Students*. Pennsylvania: Marywood University.
- Pretz, J. E., Naples, A. J., Sternberg, R. J, (2003), *Recognizing, Defining, and Representing Problems*, The psychology of problem solving, 30(3).
- Price, M., Dalglish, J, (2010). *Cyberbullying Experiences, Impacts and Coping Strategies as Described by Australian Young People*, Youth Studies Australia, University of Tasmania. Australia, 29(2), 51-59.
- Riebel, J., Jaeger, R. S., Fischer, U. C, (2009), *Cyberbullying in Germany—an Exploration of Prevalence, Overlapping with Real Life Bullying and Coping Strategies*, Psychology Science Quarterly, 51, 298-314.
- Rigby, K, (2011), *What Can Schools do About Cases of Bullying?*, Pastoral Care in Education, 29(4), 273-285.
- Rogers, V, (2010), *Cyberbullying: Activities to Help Children and Teens to Stay Safe in a Texting, Twittering, Social Networking World*, Jessica Kingsley Publishers, London and Philadelphia.
- Sarak, Ö, (2012), *Lise Öğrencilerinde Sanal Zorbalık*, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Seçkin, Z, (2017), *Örgütlerde Mobbing ve Siber Zorbalık*, Çizgi Kitapevi, İstanbul.
- Senemoğlu, N, (2012), *Gelişim Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya*, Pegem Akademi, Ankara.

- Slonje, R., Smith, P. K, (2008), *Cyberbullying: Another Main Type of Bullying*, Scandinavian Journal of Psychology, 49, 147-154.
- Smith, P., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., Tippett, N, (2008), *Cyberbullying: Its Nature and Impact in Secondary School Pupils*, Journal of Child Psychology and Psychiatry, 49(4), 376-385.
- Sönmez, V, (2011), *Öğretim İlke Yöntemleri*, Anı, Ankara.
- Sönmezay, H, (2010), *Lise öğrencilerinde zorbalığın iletişim becerileri ve algılanan sosyal destek ile ilişkisinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Stacey, E, (2009), *Research into cyberbullying: Student perspectives on cybersafe learning Environments*, Informatics in Education-An International Journal, 8, 115-130.
- Sticca, F., Ruggieri, S., Alsaker, F., Perren, S, (2013), *Longitudinal Risk Factors for Cyberbullying in Adolescence*, Journal of Community & Applied Social Psychology, 52-67.
- Sungur, N, (1992), *Yaratıcı Düşünce*, Özgür, İstanbul.
- Süslü Pekşen, D, (2016), *Lise Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyetin Benlik Saygısı, Anne, Baba ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi*, Doktora Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şahin, M., Sarı, S. V., Özer, Ö., Er, S. H, (2010), *Lise Öğrencilerinin Siber Zorba Davranışlarda Bulunma ve Maruz Kalma Durumlarına İlişkin Görüşleri*, SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21, 257-270.
- Tallman, I., Leik, R. K., Gray, L. N., Stafford, M. C, (1993), *A Theory of Problem-Solving Behavior*, Social Psychology Quarterly, 157-177.
- Tallman, I., Leik, R. K., Gray, L. N., Stafford, M. C. (1993). *A Theory of Problem-Solving Behavior*, Social Psychology Quarterly, 157-177.
- Tamer, N, (2014), *Ergenlerin Teknolojik Zorbalık Algıları ve Buna Yönelik Teknolojik Zorbalık Farkındalığı Eğitimi: Pilot Uygulama*, Bahçeşehir Üniversitesi, Ankara.
- Tarhan, N, (2013), *Kendinizle Barışık Olmak. Duyguların Eğitimi*, 20. Baskı, Timaş Yayınları, İstanbul.
- Taylan, S, (1990), *Heppner'in Problem Çözme Envanterinin Uyarlama. Güvenirlik ve Geçerlik Çalışmaları*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Terzi, Ş. I, (2000), *İlköğretim Okulu Altıncı Sınıf Öğrencilerinin Kişilerarası Problem Çözme Beceri Algılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Topçu, Ç., (2014), *Modeling the Relationships Among Coping Strategies, Emotion Regulation, Rumination, and Perceived Social Support in Victims of Cyber and Traditional Bullying*, Doktora Tezi, Middle East Technical University The Graduate School of Social Sciences, Ankara.
- Topçu, Ç., Yıldırım, A., Erdur-Baker, Ö., (2013), *Cyber Bullying @ Schools: What do Turkish Adolescents Think?*, International Journal for the Advancement of Counselling, 139-151.
- Ümmetler İlhan, A., (2016), *Ortaöğretim Öğrencilerinin Siber Zorbalık ve İnternet Saldırganlık Düzeyleri ile Sosyal Medyaya İlişkin Tutumlarının İncelenmesi (Çekmeköy Örneği)*, Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Üstündağ, T., (2006), *Yaratıcılığa Yolculuk*, Pegem A, Ankara.
- Willard N., M.S., J. D., (2007), *Cyberbullying and Cyberthreats Effectively Managing Internet Use Risks in Schools*, Center for Safe and Responsible Use of the Internet Web sites: <http://csriu.org> and <http://cyberbully.org>. S
- Willard, E., (2006), *Educator's Guide to Cyberbullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats and Distress*, CSRIU, 22- 45.
- Yaman, E., Eroğlu, Y., Peker, A., (2011), *Okul Zorbalığı ve Siber Zorbalık*, Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Yaman, E., Peker, A., (2012), *Ergenlerin Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyete İlişkin Algıları*, Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 11(3), 819-833.
- Ybarra, M. L., Mitchell, K. J., (2004), *Youth Engaging in Online Harassment, Internet Use and Personal Characteristics*, Association for Professionals in Social Services Journal for Adolescents, 27(3), 319-336.
- Ybarra, M. L., Espelage, D. L., Mitchell, K. J., (2007), *The Co-occurrence of Internet Harassment and Unwanted Sexual Solicitation Victimization and Perpetration: Associations With Psychosocial Indicators*, Journal of Adolescent Health, 41, 31-41.
- Yelboğa N., Koçak, O., (2019), *Ergenlerde Akran Zorbalığını Yordayan Bazı Faktörlerin Zorba ve Mağdur Bireyler Açısından Değerlendirilmesi*, OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 2289-2320.
- Yıldırım, A., (2016), *Okul Öncesi Dönemde Çocuklarda Problem Çözme*. B. Akman (Ed.), *Okul Öncesi Matematik Eğitimi* içinde (s. 159-171). Ankara: Pegem Akademi
- Zadnik, M. G., Loss, R. D., (1995), *Developing numerical problem-solving skills through estimations of quantities in familiar contexts*, Australian Science Teachers Journal, 41(1), 15-18.

EKLER

EK- 1 KİŞİSEL BİLGİLER

1. Cinsiyetiniz	1.()Erkek 2.()Kadın
2. Yaşınız	
3. Medeni durumuz	1. ()Evli 2. ()Bekar
4. Eğitim düzeyiniz	1.()İlköğretim 2.()Lise 3.()Yüksekokul 4.()Lisans ve üstü
5. Aylık geliriniz	1.() 3000 TL ve altı 2.() 3001-4500 TL 3.() 4501-6000 TL 4.() 6501-8000 TL 5.() 8501-10.000 TL 6.() 10.000 TL üstü
6. Çalışma durumunuz	1.() Öğrenci 2.() Kamu çalışanı 3.() Özel sektör çalışanı 4.() Serbest meslek sahibi 5.() İş yeri sahibi 6.() Emekli 7.() Ev hanımı 8.() İşsiz
7. Günde internete bağlanma süreniz (çalışma haricinde gezinti, haber ve sosyal medya vb. için)	1.() 1 saat ya da daha az 2.() 1-2 saat 3.()2-3 saat 4.() 3-4 saat 5.() 4 saatten fazla
8. Çalışmak dışında internete en çok girme amacınız	1.() Haberleri takip etmek 2.() Film/dizi izlemek 3.() Sosyal medya 4.() Youtube vb. platformlardan video izlemek 5.() Araştırma yapmak, içerik okumak
9. Arkadaşlarınızla hangi sıklıkla etkinlikler yaparsınız? (Cafe, sinema, AVM gibi yerlere gitmek, spor etkinlikleri yapmak vb.)	1. () Her gün 2. () Haftada birkaç gün 3. () Haftada 1 gün 4. () Ayda birkaç gün 5. () Ayda bir ya da daha az

EK-2 PROBLEM ÇÖZME ANKETİ (PÇE)

1. Her zaman böyle davranırım 4. Arada sırada böyle davranırım
2. Çoğunlukla böyle davranırım 5. Ender olarak böyle davranırım
3. Sık sık böyle davranırım 6. Hiçbir zaman böyle davranmam

Ne kadar sıklıkla böyle davranırsınız?

1. Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.	1	2	3	4	5	6
2. Zor bir sorunla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı uzun boylu düşünmem.	1	2	3	4	5	6
3. Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.	1	2	3	4	5	6
4. Bir sorunumu çözdükten sonra bu sorunu çözerken çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.	1	2	3	4	5	6
5. Sorunlarımı çözme konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.	1	2	3	4	5	6
6. Bir sorunumu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.	1	2	3	4	5	6
7. Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
8. Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.	1	2	3	4	5	6
9. Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açıkseçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.	1	2	3	4	5	6
10. Başlangıçta çözümünü farketmesemde sorunlarımın çoğunu çözme yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6
11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.	1	2	3	4	5	6
12. Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.	1	2	3	4	5	6
13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim.	1	2	3	4	5	6
14. Bazen durup sorunlarım üzerinde düşünmek yerine gelişigüzel sürüklenip giderim.	1	2	3	4	5	6

15. Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek değerlendirmem.	1	2	3	4	5	6
16. Bir sorunla karşılaştığımda, başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
17. Genellikle aklıma il gelen fikir doğrultusunda hareket ederim.	1	2	3	4	5	6
18. Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tarar, birbirleriyle karşılaştırır, sonra karar veririm.	1	2	3	4	5	6
19. Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.	1	2	3	4	5	6
20. Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
21. Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.	1	2	3	4	5	6
22. Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir.	1	2	3	4	5	6
23. Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.	1	2	3	4	5	6
24. Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.	1	2	3	4	5	6
25. Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.	1	2	3	4	5	6
26. Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.	1	2	3	4	5	6
27. Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğine güveniyorum.	1	2	3	4	5	6
28. Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	1	2	3	4	5	6
29. Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.	1	2	3	4	5	6
30. Bir sorunla karşılaştığımda bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışındaki etmenleri genellikle dikkate almam.	1	2	3	4	5	6
31. Bir konuyla karşılaştığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.	1	2	3	4	5	6
32. Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.	1	2	3	4	5	6
33. Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.	1	2	3	4	5	6
34. Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.	1	2	3	4	5	6
35. Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.	1	2	3	4	5	6

EK- 3 BECK DEPRESYON ANKETİ (BDÖ)

1. (0) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.

(1) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.

(2) Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım.

(3) O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.

2. (0) Gelecek hakkında umutsuz ve karamsar değilim.

(1) Gelecek hakkında karamsarım.

(2) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.

(3) Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.

3. (0) Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.

(1) Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.

(2) Geçmişime baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.

(3) Kendimi tümüyle başarısız bir kişi olarak görüyorum.

4. (0) Birçok şeyden eskisi kadar zevk almıyorum.

(1) Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.

(2) Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.

(3) Her şeyden sıkılıyorum.

5. (0) Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.

(1) Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.

(2) Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.

(3) Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.

6. (0) Kendimden memnunum.

(1) Kendi kendimden pek memnun değilim.

(2) Kendime çok kızıyorum.

(3) Kendimden nefret ediyorum.

7. (0) Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.

(1) Zayıf yanlarım veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.

(2) Hatalarımdan dolayı her zaman kendimi kabahatli bulurum.

(3) Her aksilik karşısında kendimi kabahatli bulurum

8. (0) Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.

(1) Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm oluyor fakat yapmıyorum.

(2) Kendimi öldürmek isterdim.

(3) Fırsatını bulsam kendimi öldürürüm.

9. (0) Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.

(1) Zaman zaman içimden ağlamak geliyor.

(2) Çoğu zaman ağlıyorum.

(3) Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum.

10. (0) Şimdi her zaman olduğundan daha sinirli değilim.

(1) Eskisine kıyasla kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.

(2) Şimdi hep sinirliyim.

(3) Bir zamanlar

11. (0) Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.

(1) Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.

(2) Başkalarıyla konuşma ve görüşme isteğimi kaybettim.

(3) Hiç kimseyle görüşüp konuşmak istemiyorum.

12. (0) Eskiden olduğu kadar kolay karar verebiliyorum.

(1) Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.

(2) Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.

(3) Artık hiç karar veremiyorum.

13. (0) Aynada kendime baktığımda bir değişiklik görmüyorum.

(1) Daha yaşlanmışım ve çirkinleşmiş gibi geliyor.

(2) Görünüşümün çok değiştiğini ve daha çirkinleştiğimi hissediyorum.

(3) Kendimi çok çirkin buluyorum.

16. (0) Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.

(1) Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.

(2) Yaptığım hemen her şey beni yoruyor.

(3) Kendimi hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.

14. (0) Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.

(1) Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermek gerekir.

(2) Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.

(3) Hiçbir şey yapamıyorum.

17. (0) İştahım her zamanki gibi.

(1) İştahım eskisi kadar iyi değil.

(2) İştahım çok azaldı.

(3) Artık hiç iştahım yok.

15. (0) Her zamanki gibi uyuyabiliyorum.

(1) Eskiden olduğu gibi uyuyamıyorum.

(2) Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.

(3) Her zamankinden çok daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.

18. (0) Son zamanlarda kilo vermedim.

(1) İki kilodan fazla kilo verdim.

(2) Dört kilodan fazla kilo verdim.

(3) Altı kilodan fazla kilo verdim.

19. (0) Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.

(1) Ağrı, sancı, mide bozukluğu ve kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendiriyor.

(2) Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.

(3) Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünemiyorum.

20. (0) Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değışme fark etmedim.

(1) Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.

(2) Cinsel konularla şimdi çok daha az ilgiliyim.

(4) Cinsel konulara olan ilgimi tamamen kaybettim.

21. (0) Bana cezalandırılmışım gibi gelmiyor.

(1) Cezalandırılabilceğimi seziyorum.

(2) Cezalandırılmayı bekliyorum.

(3) Cezalandırıldığımı hissediyorum

EK- 4 SİBER ZORBALIK ANKETİ

Aşağıda SON BİRKAÇ AY içerisindeki yaşantınızla ilgili sorular sorulmaktadır. Lütfen en uygun cevabı işaretleyiniz.

1.Başka çocuklar aşağıdakilerin herhangi birini sanal ortamda sizi rahatsız etmek amacıyla kullanıyor mu? (Başınıza gelenleri işaretleriniz, birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

Elektronik posta ile ()

Kişisel videolarınız ile ()

Yazılı mesaj ile (SMS vb gibi) ()

Sosyal iletişim ağları ile ()

Resimli mesaj ile ()

Sohbet odaları ile (Chat) ()

Anında karşılıklı mesaj ile ()
esnasında ()

Sanal ortamdaki oyunlar

Sizinle ilgili geliştirilen küçük düşürücü bir site ya da forum sitesi ile ()

2.Aşağıdakilerden herhangi birini siz başka çocukları rahatsız etmek amacıyla kullanıyor musunuz? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

Elektronik posta ile ()

Kişisel videolarınız ile ()

Yazılı mesaj ile (SMS vb gibi) ()

Sosyal iletişim ağları ile ()

Resimli mesaj ile ()

Sohbet odaları ile (Chat) ()

Anında karşılıklı mesaj ile ()
esnasında ()

Sanal ortamdaki oyunlar

Sizinle ilgili geliştirilen küçük düşürücü bir site ya da forum sitesi ile ()

1: Hiç 2: Neredeyse Hiç 3: Bazen 4: Hemen hemen her zaman 5: Her zaman

3. Başka bir çocuktan sizi fiziksel olarak incitmekle ilgili (çevrimiçi) ya da yazılı mesaj alır mısınız?	1	2	3	4	5
4. Başka çocuklar sizi kasıtlı olarak online (çevrimiçi) gruplardan çıkarır mı?	1	2	3	4	5
5. Başka bir çocuk yazılı mesaj ya da online (çevrimiçi) ortamda size kaba bir şey söyler mi?	1	2	3	4	5
6. Size kızgın olan bir çocuk sizi online gruplardan çıkararak intikam alır mı?	1	2	3	4	5
7. Güvenliğinizi tehdit eden yazılı ya da online (çevrimiçi) mesaj alır mısınız?	1	2	3	4	5
8. Bir çocuk diğer çocukların sizden artık hoşlanmaması için yazılı ya da online (çevrimiçi) mesajlarla sizin hakkınızda yalan söyler mi?	1	2	3	4	5
9. Başka bir çocuk tarafından isteklerini gerçekleştiremediğiniz takdirde sevilmeyeceğinizi belirten yazılı ya da online (çevrimiçi) mesajlar alır mısınız?	1	2	3	4	5
10. Herhangi bir arkadaşın diğer arkadaşlarını sizden uzak tutacak, sizi aşağılayıcı mesajlar atar mı?	1	2	3	4	5
11. İstediklerini yapmadığın takdirde, başka bir çocuktan fiziksel olarak incitici mesajlar alır mısın?	1	2	3	4	5

12. Online (çevrimiçi) kavgalarda bulunur musunuz?	1	2	3	4	5
13. Başka bir çocuk online (çevrimiçi) ortamda acımasız dedikodu, söylenti veya başka kırıcı bir şey göndererek ya da paylaşarak sizi küçümser mi?	1	2	3	4	5
14. Başka bir çocuk sizin yerinize geçerek, itibarınızı zedeleyecek ve arkadaşlık ilişkilerinize zarar verecek mesajlar gönderir mi?	1	2	3	4	5
15. Başka bir çocuğun, izniniz olmadan, sırlarınızı ve fotoğraflarınızı online (çevrimiçi) olarak paylaşması başınıza gelir mi?	1	2	3	4	5
16. Online (çevrimiçi) ortamda başınıza gelen kötü bir şey için bir yetişkinden yardım istemek zorunda kaldınız mı?	1	2	3	4	5