



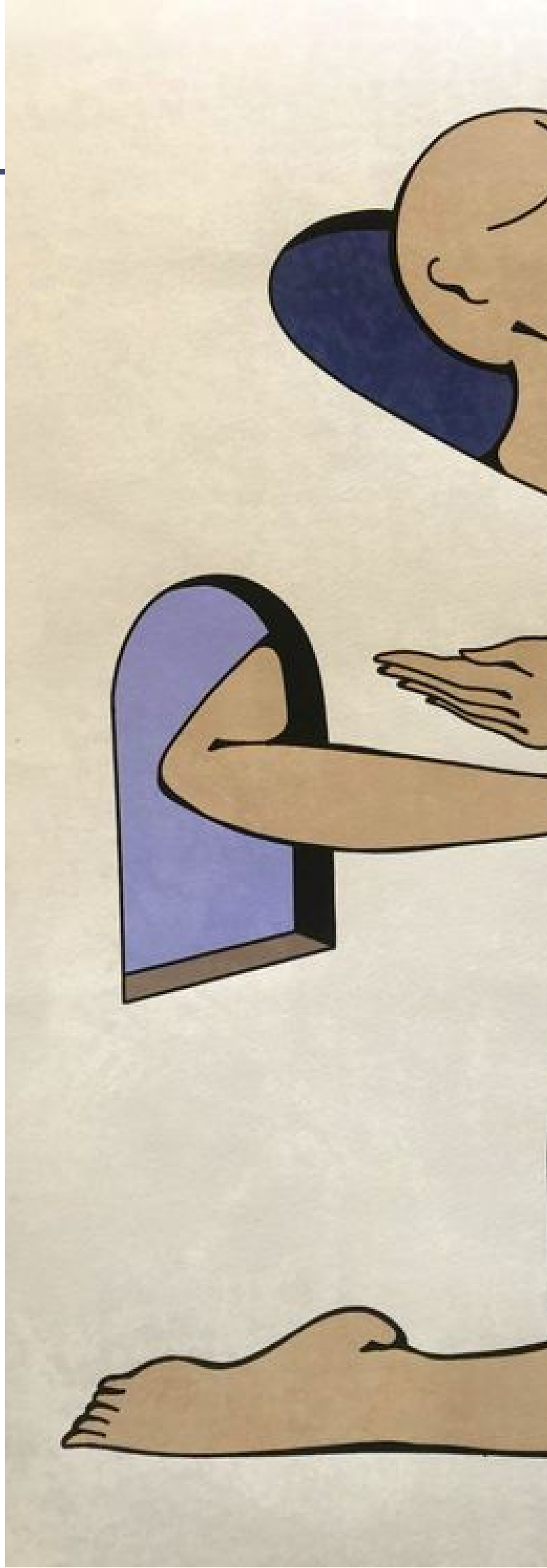
ZORBALIK

4 EDITÖRDEN

5 ZORBALIK NEYDİ?
SİNEM YILMAZ

8 ZORBALIĞIN
GÖLGESİNDE: NEDEN
BAZILARI BU YOLU
SEÇER?
İDİL SERA ERFENEK

11 ZORBALIKTA
BAĞLANMA
ÖRÜNTÜLERİ
BERİVAN ACET



KESİN O YAPMIŞTIR
SÜLEYMAN BAŞ

14

**OKULLARDA AKRAN
ZORBALIĞI!**
SEMİH ÜLKER

17

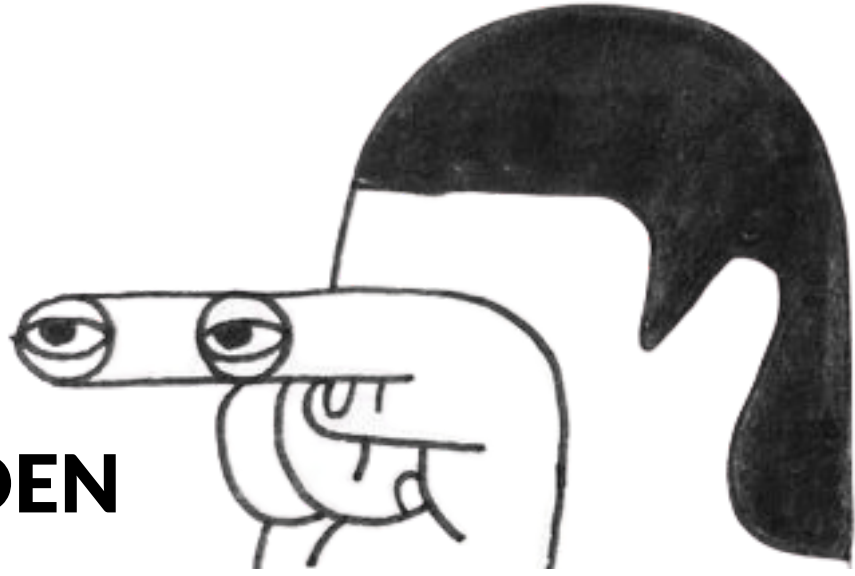
**ZORBALIĞIN
GÖRÜNMEYEN YÜZÜ:
SİBER ZORBALIK!**
MÜCAHİT AKKAYA

20

KAYNAKÇA

23

EDİTÖRDEN



İnsanın var olduğu ve haz duyduğu her şeyin üzerinde bir saldırganlık güdüsünün olduğunu söylemek yanlış olmaz. Geniş bir genelleme olsa da haz odaklı davranışların altındaki birikim ve ortaya çıkışındaki patlamalarda bunu daha net ve somut bir biçimde görebiliriz. Sosyal medyada ortaya çıkan linç kültürünü, toplumsal yaşamdaki bakışlarla bir tutabilir veya bilmediğimiz ve emin olmadığımız bilgileri yayabilir, insanlar üzerinde kolaylıkla baskı oluşturabilir, iş yaşamında, partnerimizle veya arkadaş ilişkimizde kendi bildiklerimizi baskılamak veya onaylatmak için psikolojik oyunlara başvurarak zorbaca davranışlar içinde bulunabiliriz.

Ön plana çıkmak, tatmin edilmek, övülmek, onaylanma hissi ve elde ettiğimiz güçteki hazzın devamını korumak için attığımız ve bireylerin özgürlük alanına müdahale etme, yaşamlarını kısıtlama ve kötü niyetli yaklaşımlarla oluşturduğumuz bir baskı sonucu toplumsal yaşamdan soyutlamaya yönelik birçok davranış zorbalık değil midir?

Eğitici filmlere, bilim kurgu ve fantastik filmlere ve dizilere konu olan zorbalık konusunda, hep bir yarış ve geride bırakma amacı taşıyan davranışlar vardır. Tribünde yaşanan fanatizm, yarışın olduğu her alandaki kazanma ve kaybetme olayları zorbaca davranışlara şahit olabilmekte ve toplumla birlikte ortaya devasa bir zorbalık kültürü ortaya çıkabilmektedir.

Zorbalık olarak görmediğimiz veya yapmak istemediğimiz birçok davranış içinde bulunmuş olabileceğinizi hiç düşündünüz mü? Özellikle ikili ilişkilerdeki davranışlarımızla, iş yaşamındaki davranışlarımızı bir düşsek. Bunu sizden gören çocuklar, yeğenlerinizi de hesaba kattığımızda toplam hesabın hem sosyal çevrede hem de okulda iyice kabarık olduğunu görebildik değil mi?

Tüm bunları düşünüp şapkamızı öne koyarsak eğer kendimize bile yaptığımız zorbalıktan çıkıp eleştirel ebeveyn davranışlarımızı öteleyerek daha güvenli alanlara yönelmemiz şefkatle birlikte içimizdeki linç söküp atabilir. Fevri davranmak yerine, bir adım geriye çekilerek daha uzaktan ve daha bilerek adım atmak, düşünerek konuşmak ve karşımızdakini önce içimizde anlayabilmek...

Önce içimizde, sonra ailemiz, ardından okul ve büyüdüğümüz çevre ile iş çevremizde, en büyük zamanımızı geçirdiğimiz ve kendimizi kaybettiğimiz her birimizin avatarları olan sosyal medya gibi kara bir delikte "Zorbaca davranışlara" bir son vermenin zamanı gelmedi mi?

Bizce geldi. Sizi de buna ortak ederek 24. Sayımız olan bu sayımızda "Zorbalık" temasıyla birbirinden kıymetli yazarlarımızla bu konuyu tüm örüntüleri, neden sonuç ilişkileri ve bundan sonrası için neler yapabiliriz ile bütünleştirerek kapsamlı bir sayı hazırladık.

Keyifli okumalar dileriz.

editörler -

Berk Çeşmeli, Kadriye Ulus

dergi tasarım/düzenleme -

Kadriye Ulus

kapak fotoğrafı -

canva



ZORBALIK NEYDİ?

SİNEM YILMAZ

Uzman Sosyal Çalışmacı

Zorbalık, tüm insanların toplumsal yapı içinde etnik kökenine, yaşına, cinsiyetine, sosyoekonomik durumuna ya da dini inancına bağlı olmaksızın her yaş grubunda, her ortamda ve farklı zamanlarda görülebilen bir sorundur. Zorbalık dediğimiz bu sorun, sadece yapıcı ve zorbalığa uğrayan kişiyi ilgilendirmemekle birlikte bu durum bireyi, aileyi hatta tüm toplumu ilgilendirir.

Zorbalık, tüm ulusları ilgilendiren bir sorun olduğundan farklı kültür ve ülkelerde birçok araştırmacı tarafından incelenmiştir. Ama zorbalık olgusunun sistemli ve bilime dayalı bir şekilde ele alınması ise 1970'li yıllarda İskandinavya'daki okullarda gerçekleştirilmiştir. 1970'li yıllardan günümüze kadar geçen zamanda ise bu soruna yönelik bilimsel çalışmalarda da artış olmuştur. Literatür incelendiğinde bilim insanları zorbalığı, farklı şekillerde tanımlamışlardır. Bu durum standart bir zorbalık tanımının bulunmamasına neden olmaktadır. Webb (2011) göre zorbalık; kasten, bilerek ve isteyerek zarar verici olan ve defalarca gerçekleşen bir güç dengesizliği olarak nitelendirilen saldırgan davranışlardan oluşmaktadır. Başka bir tanıma göre zorbalık, birey veya grup tarafından, savunmasız olan başka bir birey ya da gruba karşı yapılan, psikolojik ya da fiziksel sonuçları olan ve süreklilik arz eden bir şiddet durumudur (Olweus,1993; akt; Serin, 2012).

Bu tanımlar dikkate alındığında zorbalığın, kişi veya gruplar arası güç eşitsizliğine dayandığı, süreklilik arz ettiği, sistemli ve tekrarlayıcı olan, bilinçli bir şekilde başkasına yönelik zarar verme davranışları olduğu vurgulanmaktadır.

Zorbalığın tanımlarına bakıldığında ortaya çıkan davranış örüntüleri, sebep veya sonuçları bizi karşılamaktadır. Yani zorbalığı kapsamlı bir biçimde ele almak için zorbaca davranışların nasıl uygulandığı ne şekilde kendini gösterdiğine bakmakta da yarar vardır. Literatüre bakıldığında zorbalık kavramının ilk ele alındığı günden bu zamana çok farklı şekilde sınıflandırıldığı ve tanımlanmaya çalışıldığı görülmüştür. Bu ise, bu alana yönelik araştırma yürüten araştırmacıların farklı fikirlere sahip olduğunu göstermektedir. Standart bir sınıflama olmamakla birlikte genel olarak fiziksel zorbalık, sosyal zorbalık, sözel zorbalık şeklinde ayrıma gidilmiştir.

Fiziksel zorbalıkta; itme, ısırma, tekme atma, vurma, yumruklama, tükürme gibi fiziksel/bedensel hareketlerle yapılan bir zorbalıktan bahsederken, sözel zorbalıkta; küçümseme, lakap takma, hakaret etme, alay etme, aşağılama vb. davranışlar olmaktadır. **Sosyal zorbalıkta ise;** kişiyi ya da grubu görmezden gelme, yok sayma, kötü niyetli söylentiler yayma şeklinde sosyal sonuçları olmaktadır. Zorbalık türlerinin bir tanesi uygulanabileceği gibi bir ya da daha fazla şekilde kombinasyonu şeklinde de görülebilir. Ancak her geçen gün zorbalığa daha karmaşık türlerin de eklendiğini görüyoruz. Bunlar arasında; "cinsel zorbalık, siber zorbalık, ikili ilişkilerde zorbalık, akran zorbalığı" dikkat çekmektedir.

İnsanlar niye zorbalık yapar? Sebebi, belki de zorbalığın, istediklerini elde edebilmenin bir yolu olarak düşünmeleridir. Çünkü toplumsal yaşamda insanoğlunun var olduğu her dönemde zenginlerin yoksullar, güçlülerin zayıflar, erkeklerin kadınlar vb. üzerinde kontrolü sağlaması ve baskın olması toplumsal bir gerçekliği oluşturmaktadır. Tüm bunlar olurken zorbalık durumunda üç kişi ve/veya kavram bizleri karşılamaktadır. Zorbalıkta, zorbaca davranışta bulunanları, başkalarının haklarını dikkate almayanları, zarar veren kişi ya da grupları '**zorba**'; bu tür zorbaca davranışlara maruz kalanları, başkalarının davranışlarından sürekli bir şekilde zarar gören ve zarar verici bu davranışlara karşı koyabilecek statü, beceri ve kaynaklara sahip olmayan kişi ya da grupları '**mağdur**' (Maines ve Robinson, 1992; akt; Seçer, 2014) ve bu tür



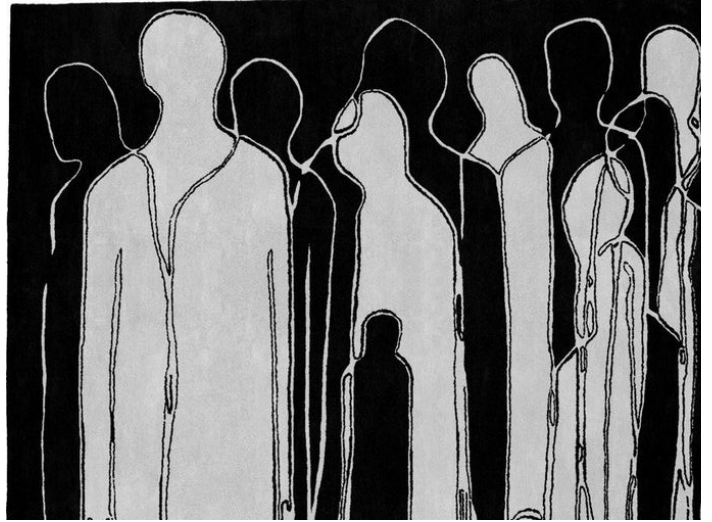
davranışlara karşı koymayan, tepkisiz kalanlar ise 'seyirciler' olarak yer almaktadır.

Zorba kişiler doğuştan gelen bir aktarım etkisinde veya davranış eğilimi göstermese de çok erken yaşlardan itibaren zorba olabilmektedir. Zorbalığın yol açtığı sorunlar düşünüldüğünde her birinin (zorba, mağdur, seyirci) kendi içinde farklı şekillerde etkilendiği anlaşılmaktadır. Örneğin mağdurlarda kendini değersiz hissetme, düşük öz saygı, içe kapanma, sosyal ortamlardan çekilme, depresyon, mutsuz, yalnız ve intihar riski yüksek olması gibi etkileri görülürken (Yelboğa ve Koçak, 2019); seyircilerde, çaresizlik, kaygı, tedirginlik ve suçluluk hissine kapılma vb., zorbalarda ise yaşamının ileriki dönemlerinde de suç işleme eğilimlerinin fazla olması, şiddet, alkol ve madde kullanımı davranışlarının da devam etmesi gibi olumsuz sonuçlar doğurduğu görülmektedir. Yapılan çeşitli araştırmalarda da zorbalığın, hem zorbalara, hem mağdurlara hem de seyirci kalanlara etkileri açısından kısa ve uzun vadede yaşamları için bir sorun olduğu ve bireysel ve sosyal etkileri bakımından bireyleri olumsuz etkilediği yönünde sonuçlara ulaşılması ise önemlidir.

Bu durum çocukluktan yetişkinliğe kadar geçen zaman aralığında da etkilerini göstermektedir. Her ne kadar maruz kalınan zorbaca davranışlar kendi içinde benzersiz olsa da bunun altında yatan nedenleri bilmek yararlı olacaktır. Bunlar;

- Temelde ihmal, istismar ve yok sayılmış bireylerin şiddet eğilimli ve zorbaca davranışlar için risk taşımaları
- Aile büyüklerinin ve ebeveynlerin çocuklar üzerindeki olumsuz tutumları
- Bireylerin sahip oldukları mizaçları onların, dürtüsel ve saldırganca davranma eğilimi ile dünyaya geldiklerini ve bu eğilimin bireyi başkalarına karşı saldırganca davranmaya ittiği (Seçer, 2014)
- Çocukların zorbalık yapan başka bireyleri gözlemlemesi ve örnek alması
- Çocuğun gelişiminin önemli olduğu yaş aralıklarında şiddet içerikli televizyon programları ve bilgisayar oyunlarını izlemesi gibi nedenler ile ifade edilebilir.

Günümüzde zorbalık, bireylerin ya da grupların sosyal, bilişsel ve benlik gelişimlerini ciddi anlamda olumsuz etkileyen bir sorun olarak



karşımıza çıkmaktadır. Bu sorunu önlemeye yönelik yapılacak çalışmaların da önemi gün geçtikçe artmaktadır. Ama tek bir çözüm yolunun bulunmadığı da bir gerçektir. Zorbalığa karşı en güçlü savunma belki de sosyal anlamda gelişmiş bir birey olabilmektir. Bu sebepten küçük yaştan itibaren çocukların gelişimleri için kendi yeteneklerine güven duymalarını ve sosyal anlamda da becerilerinin öğretilip farkına varmalarına izin vermek önemli bir adım olabilir. Zorbalığa uğrayan bireylere başa çıkma becerisi kazandırmak da etkili olacaktır. Ayrıca zorbalığın önlenmesi noktasında yalnızca mağdurların ele alınması, sorunun çözümü için yetersiz kalacaktır. Bu sebepten zorbalara ve seyirci kalanlara yönelik çözüm önerileri de gerekmektedir. Böylece toplumda daha kalıcı çözümler elde edilmiş olabilir. Zorbalığa karşı verilebilecek bir diğer mücadele de yaşanan ortamdan uzaklaşmak ve karşı koymamak yani sessiz kalmaktır. Çünkü yapılan bazı araştırmalarda zorbayı durdurabilmenin bir yolunun seyirci kalanları harekete geçirmek olduğu yönündedir. Böylece zorba dikkatleri üzerine çekemeyip davranışlarını sonlandırabilir. Bu sebepten tüm bireylere ya da gruplara zorbalığı durdurmada oynayacakları rolün önemli olduğunu öğretmek yararlı olacaktır.

Son olarak, zorbalığın her türü, yaşandığı her toplumda toplumun dinamiklerini derinden ve olumsuz etkileyen önemli bir sorundur. Böyle bir sorunla mücadele etmek zorunda kalan kişi ya da grupların tek başlarına bunun üstesinden gelmeleri oldukça zordur. Yaşanılan bu sorunun en sağlıklı bir şekilde uzmanlar ile iş birliği yapılarak çözülebileceği unutulmamalıdır.



ZORBALIĞIN GÖLGESİNDE: NEDEN BAZILARI BU YOLU SEÇER?

İDİL SERA ERFENEK

Psikolojik Danışman

Şiddet, günümüzde büyük bir sorun haline gelmiştir ve ana nedeni toplumsal sosyal etkileşimler olarak kabul edilmektedir. Şiddetin çeşitli formları mevcut olmakla birlikte bu formlar arasında fiziksel, duygusal, sözel, cinsel, ekonomik ve kültürel şiddet yer almaktadır. Temelde, şiddet bir agresyon türüdür ve bu agresyonun sadece şiddeti değil, aynı zamanda zorbaca davranışları da içerdiği belirtilebilir (Turan, Çubukçu ve Girmen, 2010).

Zorba davranışları tanımlamak için birçok yaklaşım vardır. Rigby (2004), zorba davranışları, içinde saldırganlık barındıran eylemler olarak görüp, bu tür eylemlerin, ya fiziksel ya da dolaylı bir üstünlük ilişkisi içinde olan bireyler arasında meydana geldiğini belirtir. Fiziksel zorbalık; bireyin diğerine vurması, tırmalaması, tükürmesi veya eşyalarını alması gibi eylemleri içerirken; sözel zorbalık; alay, ad takma, tehdit etme ve hakaret gibi eylemlerle tanımlanabilir. Duygusal zorbalık ise birini dışlama, faaliyetlere dahil etmeme, konuşmama ve izolasyon gibi eylemlerle belirginleşir (Çınkır, 2006; Akt. Çankaya, 2011).

Olweus, Limber ve Mihalic (1999), zorbalık davranışlarının tanımlanması için üç temel kriter belirlemiştir. İlk olarak, zorba davranışın bilinçli ve kasıtlı bir zarar verme niyetini taşıması gerekir. İkincisi, bu tür davranışların süreklilik arz etmesi, yani tekrar tekrar gerçekleşmesi gerekir. Son olarak, zorbalık eylemini gerçekleştiren birey ile mağdur arasında, hem psikolojik hem de fiziksel açıdan bir güç dengesizliği bulunmalıdır.

Peki insan psikolojisinin derinliklerinde, bireyin zorba davranışlar sergilemesine sebep olan nedir? Bir bireyin, başka birine bilinçli ve kasıtlı bir şekilde zarar verme eğilimine girmesi, onun iç dünyasında hangi faktörlerin etkili olduğuna işaret eder? Bu sorular, zorbalığın sadece bir eylem değil, aynı zamanda bir refleksiyon olduğunu gösteriyor. Bir bireyin, diğerine üstünlük kurma, onu aşağılama ya da zarar verme eğilimine girmesi, arka planda yer alan birtakım psikolojik, sosyal ve kültürel dinamiklerin bir sonucudur. Peki, bu dinamikler nelerdir ve bir insanı zorbalığa iten temel sebepler nelerdir? Bu soruların yanıtlarını bulabilmek için, zorbalığın kök nedenlerini derinlemesine incelememiz gereklidir.

Zorbalar, kendilerini genellikle fiziksel, sözel veya duygusal anlamda daha avantajlı gördükleri bireylere karşı sürekli saldırgan tutumlar sergileyen kişiler olarak ifade etmektedir. (Olweus, 1991). Tani ve arkadaşlarının (2003) yaptığı bir diğer tanımlamaya göre ise, zorbalar duygusal dengesizlikler yaşayan ve akranlarından saygı ve onay kazanmak amacıyla, kendilerinden daha güçsüz gördükleri kişilere karşı tekrar eden saldırgan davranışlarda bulunan bireylerdir.





Arslan (2008), gerçekleştirdiği çalışmada, aile içerisinde şiddet görmüş, ebeveynleri boşanmış ya da bireyin kendisine doğrudan şiddet uygulanan çocukların zorbalık davranışlarının, bu tür deneyimleri olmayan çocuklara kıyasla belirgin bir şekilde daha fazla olduğu belirlenmiştir. Ögel, Tarı ve Yılmazçetin (2005), araştırmalarında, zorba bireylerin genellikle şiddet görmüş, ihmale uğramış ve özgüveni yüksek fakat kaygı seviyeleri düşük saldırgan karakterlere sahip olduklarını belirtiyorlar. Ayrıca bu zorbaların, mağdur bireylerin zorba davranışları hak ettiğine dair bir inanca sahip olduklarına dikkat çekiyorlar. Baldry ve Farrington (2000) çalışmalarında, zorba bireylerin çocukken ebeveynleri ile güvenli bir bağ oluşturamadıklarını, bu ebeveynlerle sürekli çatışma içerisinde olduklarını ve genç yaşlarda şiddetle karşılaştıklarını belirtiyorlar. Bunun yanında, yaygın inanışların aksine, Olweus (1993) zorba kişiliklerin genellikle benlik algısı ve özsaygı açısından olumsuz bir profil sergilediğini ortaya koymuştur.

Sonuç olarak, zorbalığın arkasında yatan nedenlerin polifonik bir doğası vardır ve bu, bireyden bireye önemli ölçüde değişiklik gösterebilir. Zorbaların eylemleri, sıklıkla içsel ve çevresel faktörlerin bir ürünü olarak karşımıza çıkar ve bu faktörler genellikle kişinin erken yaşam deneyimlerine, ebeveynlik stillerine, özsaygılarına, toplumun normlarına, taklit edilen modellere ve duygusal düzenleme kapasitelerine derinden bağlıdır. Geçmiş travmalar, güvensiz bağlanmalar ve aile içi şiddet, bir bireyin zorbalık eğilimlerini geliştirmede rol oynayan anahtar etkenler arasında yer alabilirken; aynı zamanda, sosyal öğrenme, grup içi baskılar ve olumsuz toplumsal normlar da bu eğilimleri pekiştirebilir veya katalize edebilir. Düşük özsaygı ve duygusal ifade etme yeteneklerindeki eksiklik, bireyin kontrol ve üstünlük hissini kazanmak adına başkalarını incitme yoluna gitmelerine yol açabilir. Zorbalığın bu karmaşık doğası, bize, bu olguyu anlama ve müdahale etme yöntemlerimizi çok yönlü ve kapsamlı bir perspektifle ele almamız gerektiğini öğretir. Engelleri aşmak, zarar görmüş bireyleri iyileştirmek ve sağlıklı topluluklar inşa etmek için bu etkenleri dikkatlice inceleyip anlamak, zorbalıkla mücadelede hayati bir adım teşkil eder.



ZORBALIKTA BAĞLANMA ÖRÜNTÜLERİ

BERİVAN ACET

Psikolojik Danışman

Zorbalık; Uygulama biçimi ve uygulandığı zemine ve alanlara göre farklı biçimlerde tanımlanmaktadır; literatürdeki temel karşılığının İngilizce kökenli “bullying” kelimesiyle ifade edilmeye çalışıldığı görülse de zorbalığın iş zemininde kendisini göstermesi durumunda “mobbing” kavramıyla ifade edildiği görülmektedir. Her iki tanımlama biçiminin ortak noktasına bakıldığında, zorbalık davranışını bir kişinin bir başka kişiye karşı, ona zarar verme amaçlı davranışları olarak özetleyebiliriz.



Literatürde zorbalık davranışının üzerine yapılan araştırmalara bakıldığında ise, yıldırma, alay etme, psikolojik baskı, kurbanlaştırma, akran reddi gibi davranışların da zorbalık içerisinde değerlendirildiği görülmektedir (Yeşil, 2011). Zorbalığın gösterildiği alana ve akran grubuna göre birçok anlamı değişse de özünde karşı tarafı yani kurbanı nitel ve nicel olarak yıpratmayı içermektedir.

Zorba ve kurban ilişkisine batığımızda ise; Zorbalık sistemi içerisinde temelde iki grup yer almaktadır. Bunlar “zorba” olarak adlandırılan ve saldırgan davranışta bulunan kişiler (Newman, Horne ve Bartolomucci, 2000) ve “kurban” olarak adlandırılan ve zorbalığa maruz kalan kişilerdir (Smith, 1991). Bu ilişkide zorba saldırgan bir şekilde ya da psikolojik baskı yaparak kurbanı kendi isteklerini yaptırmaya ya da kişisel eğlencesi haline getirmeyi planlıyordur. Kurban da zorbanın fiziksel baskısından, akran onayından, çevresel etmenlerden dolayı zorbaya karşı gelmekte zorlanmaktadır.

Her ortamda bulunabilecek bu zorbaların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmayacağını anlamak için araştırmalar incelendiğinde; zorbalık sistemi içinde yer almada cinsiyet açısından var olan farklılığın niceliksel değil niteliksel olduğu yönündedir. Buna göre erkekler fiziksel zorbalığa daha fazla maruz kalmakta ve/veya göstermekte iken (Gültekin ve Sayıl, 2005; Wolke, Woods,

Stanford ve Schulz, 2001), kızlar daha fazla ilişkisel ya da dolaylı zorbalığa maruz kalmakta ve/veya göstermektedirler. Araştırmalara bakıldığında cinsiyet açısından belirli bir fark yokken, uygulanan zorbalık türüne göre bir farklılığın olduğu anlaşıyor. Peki zorbalığın cinsiyetle alakalı bir değişimi yoksa zorbalığın temelinde zorbayı zorba yapan nedenler nelerdir? Bunu anlayabilmek için araştırmalar erken çocukluk dönemine bakılmanın önemli bir veri olacağını söylemekte ve buna göre ilk iletişim kurduğumuz kişiler olan bakım verenler arasındaki bağlara bakılması gerekmektedir.

Bowlby (1969)' e göre bebek, yaşamda ona yardımcı olacak birtakım sistemlerle dünyaya gelmektedir. Bu sistemlerden birisi de bağlanma sistemidir. Bartholomew, bu konuda dört bağlanma stili ortaya koymuştur. Bunlar ise güvenli, korkulu, kayıtsız ve saplantılı bağlanma stilleridir (Eroğlu Akın, 2011). Çocuk erken bebeklikten ergenliğe kadarki tüm evrelerinde aileleriyle kurduğu bu bağlanma örüntülerinin birer yansıması olarak karşımıza çıkmaktadır. Güvenli bağlanan kişiler; ebeveynlerinin onlara ihtiyaçları olan tüm şartları sağladığı kişilerdir. Bu kişiler yeterli ilgi, sevgi, fiziksel ve ruhsal ihtiyaçlarının karşılanmasından kaynaklı güvenli bağlanarak dünyaya açıldığında sağlıklı iletişim kurarak problem çözümü sağlarlar. Kayıtsız bağlanma stiline sahip kişiler ise yeterli sevgi ve fiziksel ihtiyaçların da ebeveynler tarafından sağlanmaması sonucunda sağlıklı ilişkiler yürütmekte zorlanan, zorbalık sistemine bir nevi aday olabilecek kişiler olmaktadır. Bu açıklamalar doğrultusunda ilk çocukluk yaşantılarıyla şekillenen bağlanma stilleri bireylerin kişilik özelliklerinin anlaşılmasında önemli katkılar sağlayabilmektedir. Bu nedenle bebeklik ve erken çocukluk dönemindeki ruhsal gelişime yönelik ilgi giderek artmaktadır.

Bağlanma, sadece bebeklik dönemini değil, erken çocukluk, geç çocukluk, ergenlik ve erişkinlik dönemlerini de etkilemektedir. Bağlanmanın; bakım veren ve çocuk arasındaki ilişkilerinin zorbalığa neden olmasına dair yapılan çalışmalarda; Bireysel özelliklerin yanı sıra zorba çocukların aile ve yakın çevresiyle olan ilişkilerine odaklanan Olweus (1987) 7 ile 16 yaşları arasındaki çocuk ve ergenlerle yaptığı çalışmada bireyin hem sevgi ve sıcaklıktan yoksun yetişmesinin, hem de sınırları açıkça belli

olmayan aşırı özgürlüğe sahip olmasının, çocuğun saldırgan davranışlara başvurma olasılığını arttırdığını öne sürmektedir. Söz konusu çalışmada, zorbalık davranışlarını sergilemede etkili olan, çocuğun ailesinde temel bakımını veren kişi ile çocuk arasındaki ilişkiye yönelik bazı özelliklerinden bahsedilmektedir. Bunlar, çocuğa bakım veren kişinin sıcaklık ve yakın ilgiden yoksun olumsuz duygusal tutumu, çocuğun saldırgan davranışlarına karşı net bir sınırlamanın olmayışı veya saldırganlığın hoşgörü ile karşılanması, çocuğu yetiştirirken şiddet içeren duygusal patlamalar ve fiziksel cezaların kullanılması gibi durumlardır. Konuyla alakalı yapılan diğer çalışmalarda ise; zorbaların düşmanca tutumlar sergileyen aile çevresinde büyüdükları, birincil bakım veren tarafından sevilmemeye düşüncesi, ailelerine karşı güvensiz ve kaçınan bağlanma örüntülerine sahip oldukları belirtilmiştir (Bernstein ve Watson, 1997). Kaplan (2012) ise ebeveyne bağlanma ile saldırganlık arasında bir ilişki tespit etmiş ve güvensiz bağlanma stiline sahip öğrencilerin güvenli bağlanma stiline sahip olan öğrencilerden daha fazla saldırganlık yaptıkları sonucuna ulaşmıştır. Ebeveynlerine karşı güvenli bağlanma geliştiren çocukların, ilişkilerinde kendi sınırlarını belirleyebildiklerini ve bu sayede akran zorbalığına hedef olmaktan veya bu tür davranışlar göstermekten kendilerini koruyabildiklerini belirtmektedir (Bowers, Smith ve Binney, 1994; O’Koon, 1997). Kaçınma tipi güvensiz bağlanım geliştiren çocukların ise, başkalarına güven duymadıkları, onlardan düşmanca davranışlar bekledikleri ve bu nedenle akranlarıyla saldırgan ilişki biçimleri geliştirerek zorba olabilecekleri öne sürülmektedir (Monks, Smith ve Swettenham, 2005). Bunun yanı sıra, dirençli tip güvensiz bağlananlar, bakıcılarıyla, tepkilerine ve ihtiyaçlarına yeterince duyarlı olmayan bir etkileşim yaşamakta; bağımlı, kendine güveni az, benlik değeri düşük çocuklar olma olasılıkları daha yüksek olmakta ve bu nedenle akranlarının zorbaca davranışlarına hedef olarak kurban olmaya yatkın hale gelebilmektedirler (May, Vartanian ve Virga, 2002).

Araştırmalar sonucunda, ebeveyne güvensiz bağlanmanın zorbalık sistemi içinde zorba ya da kurban olarak yer almada önemli bir değişken olabileceği görülmektedir. Güvenli bağlanmanın

ise zorbalık sisteminde hem zorba hem de kurban olma değişkenini azaltmaya yönelik bir bağlanma stili olabileceği görülmektedir. Ebeveynin erken çocukluktan itibaren çocuğuyla iyi iletişim kurup, sevgisini göstermesi ve fiziksel ihtiyaçlarını karşılaması çocuğun ileriki dönemlerde zorba ve kurban ilişkisini kesmektedir. Bu sayede sağlıklı iletişim kuran akranlar, iş arkadaşları ve partnerler yetişmektedir. Bu da ebeveynlerimize büyük bir rol alması gerektiğini göstermektedir. Güvenli bağlanan aileler, güvenli bağlanan çocuklarını oluştururlar. Bu da zorbalık sistemini kökten etkileyecek bir değişimin ailedeki ilk adımlarıdır.





KESİN O YAPMIŞTIR

SÜLEYMAN BAŞ

Sosyal Hizmet Uzmanı

Evlilik ve Aile Danışmanı

Bir anne yaşadığı olayı şöyle aktarıyordu: “Çocuğumun okul arkadaşının annesi beni aradı. Çocuğunun okulda darp edildiğini, şikâyet edeceğini ve kesin benim çocuğumun yaptığını söyledi.” Anne şoktaydı çünkü o gün çocuğu hasta olmuş ve okula gitmemiştir!

Çocuklar sosyalleşmeye, aile ortamında, mahallede, okul öncesi dönemde ve okulda başlamaktadır. Çocukların okula başlamasıyla birlikte zorbalığa uğrayan çocukların ve ebeveynlerinin genellikle en sık duyduğu cümledir: “Kesin O Yapmıştır.” Bu ve buna benzer ifadeler etiketlenmeyi arttırmakta ve belki de zorbalığa maruz kalan çocuğu zorba olma noktasında teşvik etmektedir.

Akran ilişkileri, paylaşım ve işbirliği içinde çocukların bir arada olmalarını desteklemekte, sorun çözümünde, problemle başa çıkmada ve kişiler arası ilişkilerde bilgi ve beceri kazanmalarında önemli bir rol üstlenmektedir (Beyazkürk, Anliak, Dinçer, 2007). Bilgi ve beceri kazanma, problemlerle başa çıkma ve çözüm bulma noktasında katkı sunan akran ilişkileri, kimi zaman da problemlerin temelini oluşturabilmektedir.



Okul ortamında ortaya çıkan ve öğrenciler arasında yaşanan çıkar çatışmaları, kavgalar, tartışmalar, anlık gelişen olaylar sebebiyle veya duruma özgü ortaya çıkmaktadır. Ancak duruma özgü yaşanan bu sorunlar dışında kalan ve yıkıcı etkileri olduğu görülmüş bazı davranışlar, şiddetten farklı bir durum olarak ele alınmakta ve “akran zorbalığı” kavramıyla tanımlanmaktadır (Gökkaya, Sütcü, 2020).

Akran zorbalığı konusundaki ilk sistematik çalışmalar 1970’lerde Olweus tarafından Norveç’te başlatılmıştır. Olweus, şiddetin bir türü olarak ele aldığı akran zorbalığının görülme sıklığını, türlerini ve nedenlerini inceleyerek bundan sonraki çalışmalara ışık tutmuştur (Doğan, 2010).

Olweus’a (1993) göre akran zorbalığının temelde 3 özelliği vardır. Bunlar: Bilinçli ve kasıtlı olarak karşı tarafı incitmeye ve zarar vermeye yönelik olması, tekrarlayıcı ve sürekli olması, gücün dengesiz olarak kullanılması olarak karşımıza çıkmaktadır.

Akran zorbalığına yönelik yapılan araştırmalar zorbalığın içinde bulunan kişileri, zorba, kurban ve seyirci olarak tanımlamıştır. Araştırmacılar zorba, kurban ve bu duruma seyirci olanların özelliklerini ayrı ayrı incelemişlerdir.

Zorbaların Özellikleri

Akranları içinden hedef seçtikleri kişiye sistematik olarak saldıran kişilere zorba denilmekte ve bu kişilerin belirgin şekilde gösterdiği fiziksel ve duyuşsal özellikleri ise; fiziksel olarak akranlarından güçlü, empati yeteneği zayıf, atılgan, benlik düzeyleri ve anksiyete düzeyleri düşük olarak ortaya çıkmaktadır (Uysal, Dinçer, 2012).

Zorba-Kurbanların Özellikleri

Zorbalara göre daha riskli grupta olan zorba kurbanların; arkadaş ilişkilerinin zayıf olduğu, zorba tarafından zorbalığa maruz kaldıkları için benlik saygılarının düşük olduğu, düşük benlik saygılarını yükseltmek için kendinden daha güçsüz çocuklara karşı saldırgan, sürekli problem yaşatan, iletişim gücü zayıf, depresyon ve anksiyetelerinin yüksek olduğu görülmüştür (Uysal, Dinçer, 2012).

Yazının girişinde bahsedilen “Kesin O Yapmıştır” etiketine maruz çocuklar bu tanıma daha uygun yapıda olup bu çocuklar hem zorba hem de kurban olma konusunda diğerlerinden daha fazla istismara açıktır.

Kurbanların Özellikleri

Akran grup içinde veya zorba tarafından zorbalığa maruz kalan bu gruptaki çocukların yani kurbanların, diğer bireylere göre daha pasif, içine kapanık, benlik saygısı düşük, dışardan gelen fiziksel şiddete boyun eğici yapıda oldukları, kendine güveni düşük, itaat eden, fiziksel olarak güçsüz, engel durumu olan veya azınlık gruba mensup oldukları görülmektedir (Doğan, 2010).

Seyircilerin Özellikleri

Zorba veya kurban grubunda yer almayan duruma göre zorbayı destekleyen veya kurbanın yanında olup zorbanın karşısında duran ama doğal olarak zorbalık sürecini görüp gözlemleyen ve bu sürecin doğal üyesi olan çocuklar, yani seyirciler ise zorbalık sürecinin çözümünde anahtar rol oynayabilecek özelliklere sahiptirler(Uysal, Dinçer, 2012).

Kurtça vd. (2019) tarafından yapılan çalışmada; zorbalık ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişki gözden geçirilmiş ve travma sonrası stres bozukluğunda zorbalık olgusunun etkisine değinilmiştir. İlgili semptomların zorbalık, kurbanlar ve zorba/kurbanlar arasında görülme sıklığına dikkat çekilmiştir. Bu ilişki, travma sonrası stres bozukluğunun ortaya çıkmasının önlenmesine vurgu yapmakta olup zorbalığın doğuracağı sonuçların büyüklüğünü işaret etmektedir.

Topçu (2018) tarafından yapılan başka bir araştırmada; akran zorbalığı konusunda yurt dışında ve Türkiye’de yapılan çalışmalar incelenmiş olup bu olgunun çoğu kültürde var olup yaygınlaştığı, hem zorbalık yapan hem de maruz kalan için psikolojik, sosyal ve fiziksel etkilerinin olduğuna değinilmiştir. Zorbalığa maruz kalanların benlik saygısının düşük, depresyon düzeylerinin yüksek olduğu ilerleyen yaşamlarında bu çocukların desteklenmedikleri takdirde ve yeterli sosyal desteği alamadıklarında daha ciddi sorunlar yaşadıkları, zorbalığı önleme noktasında yapılan müdahalelerden bütüncül odaklı uygulamaların daha etkili olduğu görülmüştür.

Bütüncül odaklı uygulamaların etkili olduğuna ışık tutan bu araştırmadan hareketle akran zorbalığı sürecine müdahale ederken bu alanda yapılacak multidisipliner çalışmalara ihtiyaç olduğu aşikârdır. Bu kapsamda ekolojik yaklaşım temelli çalışan meslek gruplarının da okul sistemine entegre edilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Okul sisteminde görülen ve fiziksel yaralanma, duygusal şiddet gibi istenmeyen davranışlar, birtakım bireysel veya kişilerarası çatışmalara sebebiyet vermektedir. Bu istenmeyen davranışlar, daha kolay ele alınabilecek güçlüklerden, çözümü güç ve çok boyutlu problemlere dek geniş bir yelpazede kendini göstermektedir.

Sosyal hizmet mesleğinin bir uygulama alanı olan okul sosyal hizmeti, okullarda öğrencilerin maruz kaldıkları problemlerin ele alınması ve bunlarla baş edilmesi noktasında bir misyon sahibidir. Sosyal hizmet, ontolojisi gereği bireyi çevresi içinde ele alan ‘ekolojik bir yaklaşım’ sergiler. Sorunların doğası göz önüne alındığında, okul sosyal hizmeti bu yönüyle “yaraya merhem” niteliğindedir. Ancak okul sosyal hizmetinin ülkemizde halihazırda uygulanmadığı göz önüne alındığında, sosyal hizmetin ‘iyileştirici’ etkisinden bahsetmek mümkün değildir. Ayrıca sosyal hizmetin multidisipliner bir bilim olması, diğer bilim dalları ve meslekler ile işbirliği fırsatı sunmaktadır. Yani, okul sosyal hizmeti, okulda ekip çalışmasını öngörmektedir. Benzer şekilde okul sorunlarının ele alınması ve bunlarla baş edilebilmesi için birden fazla disipline gereksinim duyulması da okul sosyal hizmetinin önemini ve gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır (Aktan, 2015).

Okuldan önce başlayan, aile ortamında ve erken çocukluk döneminde gelişme gösteren sosyalleşme olgusu, okul hayatı ile birlikte ivme kazanmakta, insan doğasının ihtiyaç duyduğu ve destek aldığı önemli bir parçası haline gelmektedir. Ancak akranlar ile kurulan olumsuz ve yaralayıcı iletişim beraberinde birçok sorun getirmekte ve bu sorunların başını çeken “akran zorbalığı” ile mücadele etmek bir gereklilik halini almaktadır.

Bu nedenle çocukların etiketlendiği “Kesin O Yapmıştır” kalıbını yetişkinler, ebeveynler ve karar vericiler tek bir meslek grubuna atfetmemeliyiz. Akran zorbalığının çözümü noktasında “Kesin okul müdürü halleder”, “Kesin sınıf öğretmeni halleder”, “Kesin psikolojik danışman ve rehber öğretmen halleder”, “Kesin sosyal hizmet uzmanı halleder”, “Kesin doktor halleder” gibi bu sorunu tek bir disiplinin kucağına atmamalıyız. Multidisipliner bir bakış açısıyla aileyi, toplumu ve gerekli tüm perspektifleri işin içine almalıyız. Eğer amacımız psikolojik ve sosyal açıdan sağlıklı kuşaklar yetiştirmek ise soruna çözüm odaklı yaklaşmalıyız.



OKULLARDA AKRAN ZORBALIĞI

SEMİH ÜLKER

Psikolojik Danışman

Akran zorbalığı, özellikle eğitim öğretim kurumlarında yaygın ve üzücü bir sorun olarak ortaya çıkmakta ve bu durumla eğitimcilerin, politikacıların ve ebeveynlerin özellikle ilgilenmesini gerektirmektedir. Bu bölümdeki yazımızda ise , okullardaki akran zorbalığının doğasını ve sonuçlarını vurgularken; nedenleri, biçimleri ve potansiyel çözümlerinden bahsedeceğiz. Çünkü zorbalığın psikolojik ve sosyal sonuçlarını incelemenin, önleyici tedbirlerin uygulanması açısından faydalı olabileceği düşünülmektedir.



Akran zorbalığı, bir çocuğun başka bir çocuğa fiziksel ve sözel olarak ya da sanal bir ortamda zarar verecek davranışlar sergilemesi olarak tanımlanmaktadır (Olweus, 2005). Okulların açılmasıyla birlikte sosyal medyada akran zorbalığına dair birçok örnek karşılaştık. Bu durum da özellikle eğitimcileri ve ebeveynleri düşündürür hale geldi demek çok da yanlış olmayacaktır. Bu davranışlara bir çözüm bulabilmek için öncelikle hangi davranışların zorbalık olduğunu bilmemiz gerekmektedir. Griffin ve ark. 2004 yılında yapmış oldukları çalışmada beş özelliği barındıran davranışları akran zorbalığı olarak tanımlamışlardır.

- Zorba, kurbanı zarar verme niyeti ile zorbalığı yapar.
- Kurbanı yönelik saldırı, tekrarlayıcı özelliktedir.
- Kurban, zorbayı tahrik etmeden sözel ve fiziksel saldırganlığa uğrar.
- Zorbalık, kurbanın da yer aldığı sosyal grup içerisinde meydana gelir.
- Zorba ile kurban arasında güç dengesizliği vardır.

Bununla birlikte zorbalığa uğrayan mağdur/kurban çocukların okulda mutsuzluk ve güvensizlik hisleri, okul fobisi, depresyon, kaygı, uyku güçlükleri, gece yatak ıslatması gibi

linik yardım gerektiren sorunlar yaşadıkları rapor edilmiştir (Cole vd., 2016; Östberg, Modin ve Låftman, 2018). Ülkemizde yapılan araştırmalarda ise zorbalığa maruz kalan çocukların kaygı, içe yönelen öfke, çaresizlik, değersizlik, yalnızlık gibi olumsuz duyguları yoğun olarak yaşadıkları belirlenmiştir (Atik ve Kemer, 2008). Yapılan çalışmalar incelendiğinde akran zorbalığının bireyler üzerinde psikolojik etkilerinin olduğu da görülmektedir.

Akran zorbalığı ile ilgili birçok tanım ve sınıflama yapılmıştır. Elliot (2010)'e göre fiziksel, duygusal, sözel ve sosyal olmak üzere dört ayrı grupta sınıflandırırken; teknolojinin de hayatımıza girmesiyle birlikte tüm bu kategorilere ek olarak bir de siber zorbalıktan bahsedilmektedir. Belsey (2006), siber zorbalığı, "bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanarak bir birey ya da grup tarafından diğerlerine zarar vermek için tasarlanan kasıtlı, tekrarlanan ve düşmanca davranış içeren zorbalık türü" olarak tanımlamıştır. Gürhan (2017) ise "Siber zorbalığa herkes maruz kalabilmesine rağmen özellikle akran zorbalığı içinde yer almaktadır. Yapılan çalışmalarda göstermektedir ki siber zorbalığa en çok gençler özellikle de ergenler maruz kalmaktadır. Teknoloji geliştikçe her geçen gün artan tehditler kişilerin korku içinde yaşamaları insan yaşamını olumsuz yönde etkilemekte ve yaşam kalitelerini düşürmektedir." (s.180) şeklinde ifade etmiştir. Fiziksel zorbalık, vurma veya itme gibi saldırganlık eylemlerini içerirken, sözel zorbalık lakap takma, hakaret veya kötü niyetli söylentileri içerebilir. Sosyal anlamdaki zorbalık, korku ortamı yaratarak gözdağı verme, dışlama ve tehditleri kapsayabilirken; siber zorbalık ise sözel zorbalık türündeki davranışları teknolojinin ve özellikle sosyal medyanın imkanlarını kullanarak yapma, aşağılama, taciz etme veya kişi hakkında zarar verici bilgiler yaymak şeklinde gerçekleşebilir.

Akran zorbalığının birçok farklı alanda tanımlanıyor olmasının özellikle eğitim sistemi içerisindeki önemini gözler önüne sermektedir. Tüm bu çalışmalara rağmen günümüzde benzer çalışmaların yapılmaya devam etmesi ise akran zorbalığının halen devam ettiğinin bir göstergesidir diyebiliriz. Bu noktada ise eğitim sisteminin paydaşlarının ortak bir çalışma çerçevesinde bazı önlemler almasının faydalı olacağı düşünülmektedir.



Neler Yapılabilir?

İlk olarak okulların mevcutlarının azaltılmasının her bir öğrenciye ayrılacak zamanı arttıracığından hem eğitimin kalitesinin artması hem de davranış sorunlarının azaltılması açısından faydalı olacağı düşünülmektedir.

Akran zorbalığı ile mücadele edebilme ve sorunları önleyici çalışmalar yapabilme açısından rehberlik servislerinin veriminin artırılması faydalı olabilir. Bunun yanı sıra okullardaki psikolojik danışmanların sayısının da artırılmasının özellikle bireysel ve grup çalışmalarının verimini arttıracığından akran zorbalığını önleme açısından faydalı olacağı düşünülmektedir. Bu noktada geçtiğimiz dönem norm düzenlemesi yapılması ile ilgili çalışmalar olacağı söylene de Milli Eğitim Bakanlığı bünyesinde yaşanan değişimlerin ardından bu düzenleme henüz hayata geçirilmemiştir.

Andreou, (2001)'e göre sorunla ilgili sadece zorba ve kurban rollerindeki bireyler üzerine değil, zorbalık sürecinde yer alan diğer rollerdeki bireyler üzerine de odaklanılmalıdır. Bu bakış açısının olası diğer sorunları gözden kaçırma ihtimalini de ortadan kaldıracığı düşünülmektedir. Bir zorbalığa şahit olanların nasıl davranmaları gerektiği konusunda sınıf etkinlikleri ya da psikoeğitimlerin düzenlenmesi öğrencileri bu duruma karşı bilgilendirme noktasında oldukça faydalı olacağına inanılmaktadır.

Düzenli eğitim programlarının yanı sıra zorbalık karşıtı politikaların uygulamaya konulması, zorbalığın sonuçları hakkında farkındalığı artırabilir ve görgü tanıklarının müdahale etmesini sağlayabilir. Ayrıca, etkili raporlama mekanizmalarının uygulanması ve gizliliğin sağlanması, mağdurları desteklemenin ve potansiyel zorbalı caydırmanın hayati unsurları olduğu düşünülmektedir. Ayrıca tüm öğrencilerin ruh sağlığına ve duygusal refahına öncelik verilebilir hem mağdurlar hem de failer için danışmanlık desteği sağlanarak amaçlı müdahaleler yapılabilir.

Etkili iletişim yollarının öğrenciler tarafından kavranmasının yanı sıra veli ve öğretmenler arasında da bu konuda bilgilendirici seminerler düzenlenebilir. Problem ve çatışma çözme becerilerine yönelik kazanımları okul-aile-öğrenci üçgeni içerisinde ortak bir anlayış oluşturarak, okuldaki kazanımın evde de sürekliliğinin sağlanması açısından faydalı olabilir.

Sonuç olarak akran zorbalığı konusu eğitim ve öğretim süreçlerinin önemli bir problemi olmasına karşın aile, okul yönetimi, öğretmenler, psikolojik danışmanlar ve tüm okul içi ve okul dışı paydaşlarla birlikte ortak bir dil geliştirilerek yönetilebilecek bir durumdur. Tüm bu paydaşların görev tanımlarının iyi belirlenmesi ve taviz verilmeden ilerlenilmesi gereklidir.



ZORBALIĞIN GÖRÜNMEYEN YÜZÜ: SİBER ZORBALIK

MÜCAHİT AKKAYA

Psikolojik Danışman / Doktorant

Bilgi ve iletişim teknolojilerinin bir kişi ya da grup tarafından başkalarına zarar vermek amaçlı kasıtlı ve tekrarlanan bir şekilde kullanılması (Belsey, 2006) olarak tanımlanabilecek siber zorbalık, son yıllarda dikkat çekmeye başlanan bir durumdur. Siber zorbalık aşağılama, hakaret etme, zarar verme, başkalarına ait bilgileri izinsiz bir şekilde kullanma ve yayma, özel hayatın gizliliğinin ihlal edilmesi gibi birçok şekilde kendini gösterebilmektedir (Aşantıoğlu ve Karabacak-Çelik, 2023). Bu durum siber zorbalığa maruz kalan kişilerin maddi ve manevi zorluklar yaşayabilmelerine yol açmaktadır.

Siber zorbalık ile ilişkili sözcüklere bakıldığında ise “siber mağduriyet” kavramının ön plana çıktığı görülmektedir. Siber mağduriyet, en basit haliyle, bir birey veya grubun, bir başka birey ya da grup tarafından siber zorbalığa maruz bırakılması olarak tanımlanmaktadır (Haylı ve Çırak, 2023). Diğer kavramlar ise “siber zorba- siber mağdur” ile “siber izleyici”dir. Siber zorba-siber mağdur, hem zorbalık yapan hem de zorbalığa maruz kalan olarak tanımlanabilirken; siber zorbalık olaylarına zorba ya da mağdur olarak dahil olmayan ise siber izleyici olarak tanımlanabilir (Asıcı, 2020).

Siber zorbalığın yaygınlığına bakıldığında ise farklı yaş gruplarına göre farklı yaygınlık oranlarının olduğu söylenebilir. Yapılan araştırma sonuçlarından yola çıkılarak elde edilen bulgulara göre ilkökul çocukları söz konusu olduğunda siber zorbalığın %18 ve %15 (zorba-mağdur) olarak raporlandığı, ergenler arasında siber zorbalık davranışlarının görülme sıklığının ise yurt dışında yapılmış bir araştırma sonucuna göre %25.7, ortaokul öğrencilerinde %11.6 ve lise öğrencilerinde bu oranın %10 ile %14 arasında değiştiği, son olarak üniversite öğrencilerinde ise %17'nin mağdur, %46.7'sinin zorba-mağdur olduğu raporlanmıştır (Haylı ve Çırak, 2023, Özdemir ve Akar, 2011; Tanrıku, 2020). Bununla birlikte lise öğrencileriyle yapılan bir araştırma bulgularına göre, internet kullanım süresi arttıkça siber zorbalığı gerçekleştirme ve siber zorbalığa maruz kalma puanlarında artış da beraberinde gelmektedir (Pekşen-Süslü ve Oktay, 2018). Cinsiyete göre bakıldığında ise erkeklerin, kadınlara göre siber zorbalık puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Erdur-Baker, 2010).

Siber zorbalıktaki risk faktörlerine bakıldığında, internette geçirilen sürenin fazlalığı , riskli internet kullanımları (şifre paylaşımı , sosyal medya platformlarında kimliği belirsiz kişilerle iletişimde olma, yapısı bilinmeyen çevrimiçi sosyal gruplara dahil olma gibi), düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelme gibi durumların siber mağdur olma riskini artırdığı bilinmektedir. Siber zorba olma açısından ise okul aidiyetinin düşük olması, yüksek sosyo-ekonomik düzeyden gelmenin siber zorba olma riskini artırdığı söylenebilir (Karacan-Özdemir, 2020). Son olarak siber zorbalığı azaltmak ve önlemek için neler yapılabileceğine bakıldığında, ekolojik sistem yaklaşımının ön plana çıktığı görülmektedir (Atik, 2020).





Öğrencilerin, ebeveynlerin, okul psikolojik danışmanlarının, eğitimcilerin, toplum, medya ve politika yapımcıların neler yapabileceğine odaklanan ekolojik sistem yaklaşımında, her bir grubun yapabileceklerine dair önerilere aşağıda kısaca yer verilmiştir:

Öğrenciler ne yapabilir?

Telefon numarası, kişisel bilgiler gibi kişiye özgü içerikleri başkalarıyla paylaşmama
Kişiliğine yönelik saldırı içeren, tehdit mesajlarına yanıt verilmemesi, bu mesajların kanıt olarak saklanması
Şifrelerin üçüncü kişilerle paylaşılmaması
Tanımadığı kişilerle sosyal medyada iletişim kurulmaması

Ebeveynler ne yapabilir?

Çocuklarına baskıcı ve otoriter bir tutumla yaklaşmak yerine, onların yanında olduklarını, sorunlarıyla, yaşantılarıyla yakından ilgilendiklerini hissettirmeli
Çocuklarının siber zorbalık yaptıklarını öğrendiklerinde, siber mağdurun yaşadıklarına ilişkin empati duygusunu geliştirici bir konuşma yapmalı, zorbalığa maruz kalan kişiden özür dilenmesini, zorbalık davranışını ortadan kaldırmasını istemeli

Okul psikolojik danışmanları ne yapabilir?

Siber zorbalığın okuldaki yaygınlığını öğrenmeli, siber zorbalığa müdahale etmeye yönelik programlara, kapsamlı gelişimsel rehberlik programında yer vermeli
Siber zorbalığa dahil olan öğrencilere gerektiğinde psikolojik danışma hizmeti sunmalı
Siber zorbalığı azaltma ve önlemeye yönelik konsültasyon ve eğitim programları hazırlamalı

Eğitimciler ne yapabilir?

Eğitim ortamlarında siber zorbalığa yönelik açık ve net kurallar belirlenmeli

Eğitim ortamlarında olumlu okul ikliminin sağlanması konusunda çaba gösterilmeli

Toplum medya ve politika yapımcılar ne yapabilir?

Dijital vatandaşlık algısının güçlendirilmesi sağlanmalı

Siber zorbalığa yönelik medya yoluyla farkındalık oluşturan içeriklerin hazırlanıp paylaşılması

Politika yapımcılar siber suçlara yönelik yasal düzenlemeleri hayata geçirebilmeli

Sonuç olarak siber zorbalığın çok boyutlu bir sorun olduğu ve dijitalleşen dünyada ele alınması gereken önemli bir başlık olduğu aşikardır. Siber zorbalığın bütüncül bir yaklaşımla, iş birliği içinde azaltılması ise mümkündür. Zorbalığın her türünün önlenmesinde ise başta psikolojik danışmanlar olmak üzere ruh sağlığı uzmanlarının rolü büyüktür. Daha fazla ruh sağlığı çalışanı istihdamı ile zorbalığın azaltılmasının ve önlenmesinin mümkün kılınması dileğiyle.



KAYNAKÇA

5 - Zorbalık Neydi? - Sinem Yılmaz

- Maines, B. ve Robinson, B. (1992). "The No Blame Approach To Bullying In Schools," ISPA. İstanbul Kolokyumu'nda Sunulan Bildiri Metni.
- Olweus, D. (1993). *Bullying At School: What We Know And What We Can Do?*. Oxford: Blackwell.
- Seçer, İ. (2014). Akran Zorbalığına Uğrayan Ergenlerin Mağduriyet Algılamaları ve Kullandıkları Başa Çıkma Stratejilerine Grupla Psikolojik Danışmanın Etkisinin İncelenmesi [Doktora tezi]. Erişim adresi: https://acikbilim.yok.gov.tr/bitstream/handle/20.500.12812/56869/yokAcikBilim_10039547.pdf?sequence=-1&isAllowed=y
- Serin, H. (2012). Ergenlerde Siber Zorbalık/Siber Mağduriyet Yaşantıları ve Bu Davranışlara İlişkin Öğretmen ve Eğitim Yöneticilerinin Görüşleri. [Yayınlanmamış doktora tezi]. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yelboğa, N., ve Koçak, O. (2019). Ergenlerde Akran Zorbalığını Yordayan Bazı Faktörlerin Zorba ve Mağdur Bireyler Açısından Değerlendirilmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 13(19), 2286-2320.
- Webb, N. B. (2011). *Çocuklarla Sosyal Hizmet Uygulaması*. Ankara: Nika Yayınevi.

Görsel kaynakça

- marthaverschaffel.com
- james-steinberg.com
- <https://tr.pinterest.com/pin/24206916743593645/>

8- Zorbalığın Gölgesinde: Neden Bazıları Bu Yolu Seçer? - İdil Sera Erfenek

- Arslan, S. (2008). Lise öğrencilerinde öz-kavram ve aile ilişkisinin akran zorbalığına etkisi (Yayınlanmamış doktora tezi). İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Baldry, A. C. ve Farrington, D.P. (2000). Bullies and delinquents: Personal characteristics and parental styles. *Journal of community and applied social psychology*, 1, 17-18.
- Çankaya, İ. (2011). İlköğretimde akran zorbalığı. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(1), 81-92.
- Olweus, D. (1991). Bully/victim problems among school children: Basic facts and effects of a school based intervention program. *The development and treatment of childhood aggression*, 17, 41-48.

- Olweus, D. (1993). *Bullying at school. What we know and what we can do*. Oxford, UK: Blackwell.
- Olweus, D., Limber, S., & Mihalic, S. (1999). *Blueprints for violence prevention: Vol. 9. The Bullying Prevention Program*. Institute of Behavioral Science, University of Colorado.
- Ögel, K., Tarı I. ve Yılmazçetin, E. C. (2005) Okullarda suç ve şiddeti önleme. *Yeniden Sağlık ve Eğitim Özel Sayısı*.
- Rigby, K. (2004). Addressing bullying in schools: Theoretical perspectives and their implications. *School Psychology International*, 25(3), 287-300.
- Tani, F., Greenman, P. S., Schneider, B. H. ve Fregoso, M. (2003). Bullying and the big five: A study of childhood personality and participant roles in bullying incidents. *School Psychology International*, 24 (2), 131-146.
- Turan, S., Çubukçu, Z. ve Girmen, P. (2010). Patterns and forms of violent behaviors encountered among pupils in Turkish public schools. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi/Teori ve Uygulama*, 1, 53-74.

Görsel kaynakça

- <https://unsplash.com/photos/WdNTHwtGjv0>
- <https://unsplash.com/photos/xb2DaEeX8jk>
- <https://unsplash.com/photos/AMmCE5ciZO0>

11- Zorbalıkta Bağlanma Örüntüleri - Berivan Acet

- Bernstein, J.Y. ve Watson, M.W. (1997). Children Who Are Targets of Bullying: A Victim Pattern. *Journal of Interpersonal Violence*, 12, 483-489.
- Bowlby, J. (1969). Bağlanma. (T. V. Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan.
- Çakır, N. (2017). Lise öğrencilerinde akran zorbalığı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Eroğlu Akın, R. S. (2011). Ergenlerde bağlanma stilleri, internet ve sosyal iletişim ağlarının kullanımı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Gültekin, Z. ve Sayıl, M. (2005). Akran Zorbalığını Belirleme Ölçeği geliştirme çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 15, 47-61.
- Kaplan, B. (2012). Ergenlerde bağlanma ve saldırganlık davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Karademir, A. (2016). Algılanan anne tutumları ile zorbalık mağduriyet ilişkisinde ontolojik iyi oluşun aracılık rolü [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Monks, C. P., Smith, P. K. ve Swettenham, J. (2005). "Psychological correlates of peer victimization in preschool: Social cognitive skills, executive function and attachment profiles". *Aggressive Behavior*, 31: 571-588.
- Newman, D., Horne, A. ve Bartolomucci, C. (2000). *Bully Busters: A teacher's manual*. Champaign, IL: Research Press.
- Şirvanlı, D. ve Aktan Ö. T., (2010, Haziran). Bağlanma ve zorbalık sisteminde yer alma: başa çıkma stratejilerinin aracı rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25 (65), 101-113.
- Smith, P. K. (1991). The silent nightmare: Bullying and victimization in school peer groups. *Psychologist: Bulletin of the British Psychological Society*, 4, 243-248.
- Williams, K. (2011). Bullying behaviors and attachment styles. [Master of science] Georgia Southern University.

Görsel kaynakça

- <https://tr.pinterest.com/pin/509329039122154282/>

14- Kesin O Yapmıştır - Süleyman Baş

- Beyazkürk, D., Anliak, Ş., & Dinçer, Ç. (2007). Çocuklukta akran ilişkileri ve arkadaşlık. *Eğitim Araştırmaları*, 26, 13-26.
- Gökkaya, F., & Sütçü, S. T. (2020). Akran zorbalığının ortaokul öğrencileri arasındaki yaygınlığının incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(1), 40-54.
- Doğan, A. (2010). Ekolojik sistemler kuramı çerçevesinde akran zorbalığının incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(3), 149-162.
- Olweus, D. (1993) *Bullying at School*. Blackwell Publishers, Cambridge.
- Uysal, H., & Dinçer, Ç. (2012). Okul öncesi dönemde akran zorbalığı. *Journal of Theoretical Educational Science*, 5(4), 468-483.

- Kurtça, T. T., Çağlar, E. E., & Özcan, Y. S. (2020). Akran zorbalığı ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkinin gözden geçirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(2), 584-595.
- Topçu, A. E. (2018). Okullarda akran zorbalığının yaygınlığı ve doğası üzerine bir derleme.
- Aktan, M. C. (2016). Türkiye’de okullarda öğrencilerin karşılaştıkları problemler ve okul sosyal hizmeti. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 2(1), 298-310.

Görsel kaynakça

- <https://tr.pinterest.com/pin/713609503476189002/>
- prevention.com

17- Okullarda Akran Zorbalığı - Semih Ülker

- Andreou, E. (2001). Bully/victim problems and their association with coping behavior in conflictual peer interactions among school-age children. *Educational Psychology*, 21(1), 59-66.
- Atik, G., & Kemer, G. (2008). İlköğretim ikinci kademe öğrencileri arasındaki zorbalığı yordamada problem çözme becerisi, sürekli öfke-öfke ifade tarzları ve fiziksel öz yeterliğin rolü. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 198-206.
- Belsey, D. (2006). Cyberbullying: An Emerging Threat to the Always On Generation. Retrieved from <http://www.cyberbullying.ca>.
- Cole, D. A., Sinclair-McBride, K. R., Zelkowitz, R., Bilsch, S. A., Roeder, K., & Spinelli, T. (2016). Peer victimization and harsh parenting predict cognitive diatheses for depression in children and adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 45, 668-680.
- Eliot, M., Cornell, D., Gregory, A., & Fan, X. (2010). Supportive school climate and student willingness to seek help for bullying and threats of violence. *Journal of School Psychology*, 48(6), 533-553.
- Griffin, R. S., & Gross, A. M. (2004). Childhood bullying: Current empirical findings and future directions for research. *Aggression and Violent Behavior*, 9(4), 379-400.

- Gürhan, N. (2017). Her yönü ile akran zorbalığı. *Türkiye Klinikleri J Psikiyatri Nurs-Special Topics*, 3(2), 175-181.
- Östberg, V., Modin, B., & Låftman, S. B. (2018). Exposure to school bullying and psychological health in young adulthood: A prospective 10-year follow-up study. *Journal of School Violence*, 17(2), 194-209.
- Olweus, D. (2005). *Bullying at School*. Australia, Oxford: Blackwell

Görsel kaynakça

- freepik.com
- nytimes.com
- es.vecteezy.com

20- Zorbalığın Görünmeyen Yüzü: Siber Zorbalık - Mücahit Akkaya

- Asıcı, E. (2020). Siber Zorbalık ve Kişilik Özellikleri. *İçinde Siber Zorbalık* (İ. Tanrıkulu, Ed.). Anı Yayıncılık.
- Atik, G. (2020). Siber Zorbalığı Azaltmak ve Önlemek İçin Neler Yapılabilir? *İçinde Siber Zorbalık* (İ. Tanrıkulu, Ed.). Anı Yayıncılık.
- Aşantugrul, N. ve Karabacak Çelik, A. (2023). Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sanal zorba ve mağdur olma arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 10(1), 1-16. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ojtac/issue/79984/1221167>
- Belsey, B. (2006). Cyberbullying: an emerging threat to the "always on" generation. 2 Ekim 2023 tarihinde <https://billbelsey.com/?cat=13> adresinden erişildi.
- Erdur-Baker, Ö. (2010). Cyberbullying and its correlation to traditional bullying, gender and frequent and risky usage of internet-mediated communication tools. *New media & society*, 12(1), 109-125. <https://doi.org/10.1177/1461444809341>
- Haylı, R. G. ve Çırak, Y. (2023). The role of cyber victimization, peer bullying and the dark triad in predicting cyberbully and non-cyberbully adolescents. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 24(1), 420-448. DOI: 10.17679/inuefd.1224522
- Karacan-Özdemir, N. (2020). Demografik Değişkenlerin, Risk Faktörlerinin ve Sosyal/Çevresel Faktörlerin Siber Zorbalık Deneyimindeki Rollerini. *İçinde Siber Zorbalık* (İ. Tanrıkulu, Ed.). Anı Yayıncılık.

- Pekşen Süslü, D. ve Oktay, A. (2018). Lise Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyetle İlişkili Bazı Değişkenlerin İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 17(4), 1877-1894. DOI: 10.17051/ilkonline.2019.506884
- Tanrıkulu, İ. (2020). Siber Zorbalık ve Kavramsal Konular. *İçinde Siber Zorbalık* (İ. Tanrıkulu, Ed.). Anı Yayıncılık.

Görsel kaynakça

- <https://tr.pinterest.com/pin/128352658126695374/>
- <https://tr.pinterest.com/pin/15410823718956251/>

İçindekiler

- image.jimcdn.com

Kaynakça

- helveticablanc.com

Arka kapak

- lenamacka.com



PSIKOLEKTİF
DERGİSİ

SAYI 24 - KASIM 2023