

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE SİBER ZORBALIK
VE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ
DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yalçın AVCI

İstanbul
Şubat-2024

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE SİBER ZORBALIK VE
SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ
DEPRESYON İLE İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yalçın AVCI

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ORAL

İstanbul
Şubat-2024

TEZ ONAY SAYFASI

Lisansüstü Enstitüsü Müdürlüğüne

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ORAL

Üye: Prof. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

Üye: Doç. Dr. Ahmet Faruk LEVENT

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.....

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “Ortaokul Öğrencilerinde Siber Zorbalık Ve Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon İle İlişkisi” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Yalçın AVCI

ÖN SÖZ

Bu tez çalışmasında, okul dışında geçirdiği vaktin büyük bir bölümünü internet ve sosyal medyada değerlendiren ortaokul öğrencilerinin karşılaştıkları siber zorbalık durumları ve sosyal medyada geçirdikleri zamanın niteliğine göre bağımlılıkları merak konusu olmuştur. Bu bağlamda ortaokul öğrencilerinde siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılıklarının depresyon durumları arasındaki ilişki bu çalışmanın temel konusu olarak incelenmek istenmiştir. Araştırma, artan sosyal medya bağımlılığı ve siber zorbalıkların günlük hayatı etkilemesi gibi nedenlerle ortaokul öğrencileri üzerindeki depresyon düzeyine farkındalık oluşturulmasına dikkat çekecek niteliktedir.

Bu çalışmanın yürütülmesinde öncelikle desteğini benden esirgemeyen saygıdeğer danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ORAL'a, veri analizi ve istatistiği konusunda yaptığı rehberliklerden dolayı arkadaşım Gizem ÇOBAN'a, hayatının önemli anlarında beni anmayı unutmayan can dostum Mustafa TETİK'e ve canım kızım Nefes'ime sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yalçın AVCI

ÖZET
ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE SİBER ZORBALIK VE
SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ DEPRESYON İLE
İLİŞKİSİ

Yalçın AVCI

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ORAL

Şubat- 2024, 99 Sayfa

Bu çalışmada “Ortaokul Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon ile İlişkisi” araştırılmak istenmiştir. Nicel yöntemlerle gerçekleştirilen araştırma, Tekirdağ ilinde 5., 6., 7. ve 8. sınıfta 2023 yılında öğrenim gören öğrencilerden toplam 443 katılımcı ile yürütülmüştür. Çalışma grubunun 216’sı (%48.8) kız ve 227 (%51.2) erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmada, “Kişisel Bilgi Formu”, “Ergenler İçin Sosyal Medya Ölçeği”, “Siber Zorbalık Ölçeği” ve “Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin analizi sonucunda verilerin normal dağılmadığı tespit edilmiştir. Nonparametrik testlerin daha doğru sonuçlar verebileceği değerlendirilmiştir. Bundan dolayı “U-Mann Whitney U testi”, Kruskal Wallis H testi ve Games-Howell testleri kullanılarak çoklu regresyon analizi ve korelasyon değerleri ile yüzde, frekans, standart sapma, ortalama değerleri de dikkate alınmıştır.

Araştırma bulgularına göre ortaokul düzeyindeki öğrencilerin siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri düşük bulunurken, depresyon seviyelerinin orta düzeyde tespit edilmiştir. Temel probleme bağlı oluşturulan alt problem bulguların da ise, siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon ölçeklerinde anlamlı farklılıkların; cinsiyet, sınıf düzeyleri, günlük sosyal medyada geçirilen süre, sosyal medyaya girildiğinde harcanan süre, kişisel cep telefonu ya da tableti olup olmama ve sosyal medya hesabı olup olmama yönünden karşılaştırılması sonucunda ortaya çıktığı bu araştırmada tespit edilmiştir. Ayrıca siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri arasında orta düzeyde ilişki olduğu ve siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı davranışlarının depresyon düzeyinin pozitif yordayıcıları olduğunu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı, depresyon, ortaokul öğrencileri



ABSTRACT
THE RELATIONSHIP BETWEEN CYBERBULLYING AND
SOCIAL MEDIA ADDICTION AND DEPRESSION IN MIDDLE
SCHOOL STUDENTS

Yalçın AVCI

Master, Guidance and Psychological Counseling

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Ertuğrul ORAL

February - 2024, 99 Pages

In the study, it was aimed to analyze the relation between cyberbullying, social media addiction and depression among middle school students. This quantitative research was conducted with 443 students studying in 5th, 6th, 7th and 8th grades in Tekirdağ Province in 2023. 216 (%48.8) of the participants were female and 227 (%51.2) of them were male. Four different scales, which were named “Personel Information Form”, “Social Media Scale for Teenagers”, “Cyberbullying Scale” and “Depression Scale for Children” were used during the study. As a result of the data analysis gathered by means of the scales, it was figured out that the data was not normally distributed. It was inferred that non-parametric tests were likely to give more realistic results. Hence, by utilizing U-Mann Whitney U Test, Kruskal Wallis H Test and Games-Howell Test, multiple regression analysis, correlation values, percentage, frequency, standard deviation and mean values were also taken into consideration.

According to the results, it was ascertained that middle school students’ level of cyberbullying and social media addiction were low while their depression level was medium. It was determined in this research that the significant differences in cyberbullying, social media addiction and depression tests in sub-problem findings that were formed in accordance with the fundamental problem were based on the comparison of gender, class level, time spent on social media daily, possession of a personal cell phone or tablet and having social media account. Besides, it was concluded that the relation between cyberbullying, social media addiction and

depression was at medium level as cyberbullying and social media addiction were the precursors of depression level.

Key words: Cyberbullying, social media addiction, depression, middle school students



İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xi
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Araştırmanın Önemi.....	4
1.4. Varsayımlar	5
1.5. Sınırlılıklar	5
1.6. Tanımlar	6
İKİNCİ BÖLÜM.....	7
LİTERATÜR TARAMASI	7
2.1. Siber Zorbalık.....	7
2.1.1. Siber Zorbalığın Tanımı, Kapsamı ve Türleri	7
2.1.2. Siber Zorbalık ile İlgili Kuram ve Modeller.....	12
2.1.3. Siber Zorbalığın Yaygınlığı ve Toplumdaki Etkisi	14
2.1.4. Ergenlik Döneminde Siber Zorbalık.....	16
2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı.....	19
2.2.1. Sosyal Medya Kullanımının Yararları ve Zararları	20
2.2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı Tanımı, Tarihçesi ve Nedenleri	22
2.2.3. Sosyal Medya Bağımlılığının Tanı Kriterleri	25

2.3. Depresyon	26
2.3.1. Depresyonun Tanımı	26
2.3.2. Depresyon ve Psikolojik Kuramlar.....	30
2.3.3. Ergenlerde Depresyon	32
2.4. Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Kavramlarının Birbiriyle İlişkisi.....	36
2.4.1. Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar	36
2.4.2. Yurtdışında Yapılan Çalışmalar	37
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	40
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ.....	40
3.1. Araştırmanın Modeli	40
3.2. Evren ve Örneklem	40
3.3. Veri Toplama Araçları	41
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	41
3.3.2. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği.....	42
3.3.3. Siber Zorbalık Ölçeği	42
3.3.4. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği	43
3.4. Verilerin Toplanması	43
3.5. Verilerin Analizi.....	44
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	46
ARAŞTIRMANIN BULGULARI	46
4.1. Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerine İlişkin Bulgular	46
4.2. Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması İle Elde Edilen Bulgular.....	47
4.3. Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular	56

4.4. Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık Davranışları ve Sosyal Medya Bağımlılıkları Depresyon Düzeyini Yordamasına Yönelik Bulgular	56
BEŞİNCİ BÖLÜM	58
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	58
5.1. Sonuç ve Tartışma.....	58
5.2. Öneriler	69
5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler	69
5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	71
KAYNAKLAR	73
EKLER.....	87
ÖZ GEÇMİŞ.....	99

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3.1: Katılımcılara Ait Demografik Değişkenler	41
Tablo 4.1: Ortaokul öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerine İlişkin Ortalamalar ve Standart Sapmalar	46
Tablo 4.2: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre “Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular”	47
Tablo 4.3: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Cep Telefonu veya Tableti Olup Olmama Durumuna Göre Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular	48
Tablo 4.4: Ortaokul Öğrencilerinin “Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve” Depresyon Düzeylerinin Sosyal Medya Hesabı Olup Olmama Durumuna Göre Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular.....	49
Tablo 4.5: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular.....	50
Tablo 4.6: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süreye Göre Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular	52
Tablo 4.7: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Sosyal Medyada Girildiğinde Harcanan Süreye Göre Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular.....	54
Tablo 4.8: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki Korelasyon	56
Tablo 4.9: Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları	57

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Ortaokul öğrencilerinde siber zorbalık seviyesinin ve sosyal medya bağımlılık seviyesinin depresyon ile ilişki seviyesini inceleyen araştırmanın bu bölümünde; araştırmanın problemine, problem cümlesine, amacına, önemine, sınırlılıklarına ve araştırma ile ilgili tanımlara yer verilmiştir.

1.1. Araştırmanın Problem Durumu

Bulgular gençlerde sorunlu genel ağ kullanımının yaygın bir sorun olduğunu ortaya çıkarmaktadır(Eroğlu, 2016: 1095; Messias, Castro, Saini, Umsan ve Peebles, 2011: 310). Türkiye’de internet, telefon ve bilgisayar kullanımı 9-10 yaşa kadar inmiştir (TÜİK, 2021). Bu yaş grubu ele alındığında ilkokul seviyesindeki eğitime denk gelmektedir. Günlük yaşamdaki benzer durumlar internetin ve sosyal medyanın insan yaşamına girmesi ve küçük yaşlara kadar kullanım sıklığının artması nedeniyle sosyal medya platformlarında kendini göstermeye başlamıştır. İnternet ve sosyal medyanın yoğun kullanıldığı bir çağda ergenliğin başında olan ortaokul öğrencilerinin sosyal ağlarda karşılaştıkları ve sebep oldukları durum merak konusudur. Ergenlik, çocukluk ile yetişkinlik arasında hızlı bir büyüme evresini ifade eden bir geçiş dönemidir (Yavuzer, 2013: 767). Bu aşama, sadece fiziksel değişimleri değil, aynı zamanda bireyin psikolojik olarak da dönüşmesini ve gelişmesini içeren karmaşık bir süreçtir. Ortaokullarda öğrenim gören ergenlik çağındaki bireylerin akranlarına, ailelerine ve topluma karşı davranışları içinde bulundukları duruma göre değişiklik gösterebilir. Bu durum günlük yaşamda bazı problemler oluşturmakta ve psikoloji alanındaki uzmanlar bu problemin kaynaklarını ve çözüm yollarını derinlemesine ele almaktadır.

Ergenlik dönemindeki bireylerin birbirlerine karşı olumsuz davranışları zorbalık olarak ele alınmaktadır. Zorbalık, bu bağlamda saldırgan tavırların tamamı olarak düşünülebilir (Beran, 2008: 72). Zorbalık, ergenlik çağındaki bireylerde içinde bulundukları döneme göre de farklı biçimlerde görülmektedir. Daha önceki dönemlerde, akranlar arasındaki zorbalık genellikle itme, çekme, fiziksel şiddet, sözlü bir şekilde alay etme vb. fiziksel ve sözel davranışlarla ortaya çıkarken (Slonje ve

Smith, 2008: 150), sonraki yıllarda bu zorbalık biçimi dedikodu yayma ve dışlama gibi daha duygusal ve psikososyal boyutlara evrilmiştir (Yaman ve Peker, 2012: 3352). Siber zorbalık, internet ve diğer dijital platformlar aracılığıyla gerçekleştirilen bir tür zorbalıktır. Bu tür zorbalık, genellikle sosyal medya ağlarında, mesajlaşma uygulamalarında, çevrimiçi oyunlarda ve cep telefonlarında ortaya çıkar. Hedef alınan kişiyi korkutmak, sinirlendirmek veya utanç duygusuyla karşı karşıya bırakmak amacıyla tekrarlanan bir davranış kalıbıdır (Unicef.org, 2023). Sosyal medyanın yaygınlaşması ve gençlerin dijital platformlara aktif katılımıyla birlikte, siber zorbalık da belirgin bir şekilde artış göstermiştir. Bu bağlamda, sosyal medya zorbalığı terimi, gerçek hayattaki zorbalıkların dijital dünyada yansımaları ifade eder. Her yaş grubundan insan için fikirleri ifade etmek, eğlenmek ve serbest vakit geçirme amaçlı kullanılan sosyal medyanın zaman kontrolü olmadan kullanımı, sosyal medya bağımlılığı olarak tanımlanabilir. Sosyal medya, insanların birbirleriyle etkileşime geçmesini sağlayan ve sosyal sermayeyi artıran sosyal ağlar oluşturan uygulamalardır (Barnes, 2008: 16). Bu devasa fenomen, içerik oluşturma ve kullanma şeklimizi değiştiriyor (Comm, 2010: 88). Sosyal medya iletişim kurma biçimimizi değiştirmiştir. İnsanlarla daha çok iletişim kurma ihtiyacı olan siyasetçi, müzisyen, sanatçı gibi kişiler sosyal medya sayesinde daha fazla kitleye ulaşabilmektedirler. Bu gibi olumlu özellikleri bulunan sosyal medyanın olumsuz yanları da bulunmaktadır. Örneğin gerçek hayattaki benzer durumlar sosyal medya üzerinden de yaşanmaktadır, sosyal medyada sözle taciz, pornografi, linç kültürü, aşağılama, fikirlerin dayatılması gibi birçok zorbalık durumu zaman içinde yoğun gözlenmiştir.

Depresyon, derin bir duygusal sıkıntı ve düşük ruh halini ifade eden bir durumdur. Bu durumda, düşünce ve davranışlar genellikle yavaşlar, kişi kendini değersiz hisseder, umutsuzluk yaşar, enerji düşer ve isteksizlik hisseder. Fizyolojik olarak da aktiviteler azalabilir ve intihar düşünceleri ortaya çıkabilir. (Sağduyu, Ögel, Özmen, Boratav, 2000). Çocuklarda ve ergenlerde depresyon, ruh sağlığı uzmanlarına başvurma yaygın nedenleri olan birçok farklı klinik sorunun bir bileşeni olarak ortaya çıkabilir. Depresif çocuklar ve ergenler için ortak olarak ortaya çıkan problemler, akademik başarısızlık, okula devamsızlık, okul başarısızlığı ön plandadır (Neale ve Kendler, 2000). Türkiye’de internet kullanımının okul çağındaki gençlerde artması ile derslerindeki akademik başarının düşeceği yönünde bir algı söz konusudur (Duman, 2008: 96). Ergenlik çağındaki erkekler için büyümek genellikle olumlu bir etki

yaratırken, kızlar arasında, akranlarıyla adaptasyon sorunu düşüncesi ve çeşitli kaygılar, depresyon, anksiyete ve gıda tüketimi sorunlarına neden olabilmektedir (Behrman, Kliegman, ve Jenson, 2004: 154). Bu araştırma literatürde yapılan siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığı araştırmalarına ek olmasının yanı sıra “siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığının depresyon ile ilişkisi”nin araştırılmasına bir ilk olacaktır. Ayrıca belirlenen bu problemin daha kapsamlı olması açısından ortaokul bütün sınıf düzeyleri araştırmaya dahil edilmiştir. Yapılan bu araştırma, ortaokul öğrencilerinin günümüz teknolojisini hayatlarına entegre etme biçimleri olan sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medyanın bir ürünü olan siber zorbalık ile depresyon arasındaki ilişki düzeyinin incelenmesi ihtiyacından ortaya çıkmıştır. Araştırmanın odaklandığı temel sorun, ortaokul öğrencileri arasında siber zorbalık ve sosyal medya kullanımının depresyonla ilişkisi üzerine çeşitli değişkenlerin incelenmesidir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı ortaokul öğrencilerinde siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığının depresyon ile ilişkisinin belirlenebilmesidir. Araştırma kapsamında aşağıdaki sorulara yanıtlar bulunmaya çalışılmıştır:

1. Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık eğilimi ne düzeydedir?
2. Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı eğilimleri ne düzeydedir?
3. Ortaokul öğrencilerinin depresyon eğilimleri ne düzeydedir?
4. Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri cinsiyet, sınıf düzeyi, günlük sosyal medyada geçirilen süre, sosyal medyaya girildiğinde harcanan süre, kişisel cep telefonu ya da tableti olup olmama durumu ve sosyal medya hesabı olup olmama durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık davranışları ve sosyal medya bağımlılıkları depresyon düzeyini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Sosyal medya, bireyin ruh sağlığını ve sosyal ilişkilerini etkileyen bir faktördür. Bu yönüyle madde bağımlılığına benzemektedir. Z kuşağı, dijital çağın yansıması olarak kabul edilir ve internet ile sosyal medya olmadan bir yaşam düşünemeyen bir nesil olarak betimlenir. Bu araştırma, Z kuşağının sosyal medya kullanımının, siber zorbalıkla ilişkisi ve depresyon riski arasındaki ilişkiyi anlamak için gerçekleştirilmiştir. Dijital ağ çağında genel ağın ve sosyal medyanın yaşamın içinde sağladıkları olumlu ve kolaylaştırıcı etkileriyle birlikte; bu ağlarda bağımlılık, siber zorbalık ve depresyon düzeylerinde de önemli yükselişlerin olduğu gözlenmektedir. İnternete ve sosyal medya ağlarına ergenlik döneminde olan bireylerin katılımının yüksek olduğuna dair alanda örnek çalışma da mevcuttur (Sezer Efe, Erdem ve Vural, 2021). Özellikle ergenliğin başlangıcında olan ortaokul öğrencilerinin kendilerini ifade noktasında yaşadıkları sıkıntı, sosyal medyayı iletişim aracı olarak daha çok tercih etmelerine neden olduğu tahmin edilmektedir. Kırılı'nın, (2020) yapmış olduğu çalışma kapsamında öğrencilerin siber zorbalık deneyimlerinin en çok sosyal medya platformlarında yaşandığı ortaya koyulmaktadır. Sosyal medya bağımlılığının yükselmesinin birçok problemle bağlantılı olduğu değerlendirilmektedir. Literatürde yapılan araştırmalarda sosyal medya bağımlılığının yükselmesinin stresi, depresyonu ve kaygı düzeyini artırdığı, ilişkili sorunları beraberinde getirdiği ve bazı zorbalık çeşitlerinin oluşmasına zemin hazırladığının altı çizilmektedir (Balcı ve Baloğlu, 2018). Bayhan (2020) tarafından yapılan araştırmada sosyal medya bağımlılığı ve siber zorbalık arasında anlamlı ilişkiler olduğuna vurgu yapılmıştır. Bu araştırma sonuçları da dikkate alınarak, siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığının ortaokul öğrencilerinde depresyona sebep olup olmadığının araştırılmasının ve bu problemleri azaltmak için gerekli tedbirlerin alınmasının zorunluluğuna dikkat çekilmek istenmiştir. Buradan yola çıkarak yapılan bu araştırma, artan sosyal medya bağımlılığı ve siber zorbalıkların günlük hayatı etkilemesi gibi nedenlerle ortaokul öğrencileri üzerindeki depresyon düzeyine farkındalık oluşturulmasına dikkat çekecek niteliktedir. Ortaokul düzeyindeki öğrencilerin ergenlik döneminin başında olduğu göz önünde bulundurulduğunda, sosyal medya bağımlılığı, siber zorbalık gibi durumların ergenlik döneminde etkisinin daha fazla hissedilmesi açısından ele alınması sebebiyle önemlidir.

Siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığının gençler arasında yol açtığı depresyon durumlarının tespit edilmesiyle birlikte, uygulayıcıların harekete geçmesinin sağlanması için bir rehber niteliğinde olması beklenmektedir. Ayrıca literatürde güncel bilgi sağlaması ve kaynak oluşturması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Siber dünyanın her geçen gün daha önemli hale gelmesi ve hayatın odağında olması bu tip çalışmaların artmasına neden olmaktadır. İnsanların siber dünyada birçok olumlu ve olumsuz etkiye maruz kalması her yaş grubunu yakından ilgilendiren çeşitli problemlere yol açmıştır. Siber dünyanın neden olduğu psikolojik problemler her geçen gün artarken, sosyal medya platformlarının sayısının artması ve bu platformlara yönelik bağımlılıklar kişilerin hayatını etkilemektedir. Bu araştırma bölgesel olması ve belirli yaş gruplarını incelemesiyle sınırlandırılmıştır.

1.4. Varsayımlar

Araştırmada yer alan varsayımlar;

- Çalışmada öğrencilerin, veri toplama amacıyla kullanılan ölçme araçlarını doğru ve kendilerine uygun bir biçimde cevap verdikleri varsayılmaktadır.
- Çalışmanın örnekleminin, popülasyonu yeterli oranda temsil ettiği ve araştırmanın yönteminin amacına uygun olarak planlandığı varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

Araştırmada yer alan sınırlılıklar;

- Araştırma 2023-2024 Eğitim-Öğretim yılında Tekirdağ ilinden alınan örnekleme göre MEB'e bağlı ortaokullarda eğitim gören beşinci, altıncı, yedinci ve sekizinci sınıf öğrencilerinin katılımıyla sınırlıdır.
- Araştırmanın sonuçları nicel veri toplama araçları ile sınırlıdır.
- Araştırma verileri elde edildiği zaman, kullanılan istatistik yöntemi ve teknikler ile sınırlı olarak analiz sonucuna ulaşılmıştır. Uygulama sonuçları tartışma ve öneriler bölümü ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Siber Zorbalık: Dijital teknolojilerin kullanımıyla gerçekleştirilen siber zorbalık, genellikle interaktif dijital ağlar, iletişim kanalları, çevrim içi oyun ağları ve cep telefonları gibi dijital alanlarda ortaya çıkan bir tür zorbalık biçimidir. Bu tür zorbalıklar, belirli kişileri hedef alarak, onları korkutmaya, öfkeliendirmeye ya da mahcup etmeye yönelik tekrarlanan davranışları içerir (UNICEF, 2023).

Sosyal Medya Bağımlılığı: Sosyal medya, farklı yaş gruplarından insanlar tarafından eğlence ve boş zaman geçirme amacıyla sıkça kullanılan bir platformdur. Ancak, aşırı kullanım sonucu ortaya çıkan durum, sosyal medya bağımlılığı olarak ifade edilir.

Depresyon: İçsel bir derin üzüntü durumunu kapsayan bir duygudurum bozukluğudur. Bu durum, düşüncelerde, konuşmada ve fiziksel hareket hızında yavaşlama, hareketsizlik, değersiz hissetme, benlik algısında değersizlik, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık ve hatta intihar düşünceleri gibi bir dizi belirtiliyle karakterizedir. Aynı zamanda, fizyolojik işlevlerde de yavaşlama, depresyonun ortaya çıkardığı belirtiler arasında yer almaktadır (Sağduyu, Ögel, Özmen ve Boratav, 2000: 12).

İKİNCİ BÖLÜM

LİTERATÜR TARAMASI

2.1. Siber Zorbalık

Bu bölümde literatür taraması kapsamında siber zorbalık alanındaki kavramlar ve araştırmalar sonucunda edinilen bilgiler aktarılmıştır.

2.1.1. Siber Zorbalığın Tanımı, Kapsamı ve Türleri

Sürekli gelişen dijital dünya yeni ve farklı iletişim imkanları oluşturmakta ve yeni eklenen dijital teknolojiler beraberinde bazı sorunlu davranışları da doğurmaktadır. Gelişen dijital teknolojiler, ergenlerde tablet, cep telefonu gibi araçları ve bu araçlara bağlı olarak internet kullanımını artırmış; bu durum da beraberinde bu teknolojik araçların sorunlu kullanılmasına yol açmıştır. İnternete bağımlı hale gelen bireylerde rastlanması yüksek olan diğer bir önemli sorun da siber zorbalıktır. Siber zorbalık, hedef seçilen kişi ya da gruplara zarar vermek maksadıyla, bir kişi veya grup tarafından, elektronik posta, kısa mesaj, web siteleri vb. yollar üzerinden teknolojik araçlar kullanılarak; bilinçli ve devamlı bir şekilde kötücül davranışları içeren hareketler dizisi olarak tanımlanmaktadır (Arıcak, 2009; Baker ve Kavşut, 2007)

Zorbalık, kasıtlı olan ve güç veya güç dengesizliğini içeren saldırgan davranıştır (Nansel, vd., 2001: 2096; Olweus, 1993a). Bazen bu dengesizlik, çocuklar arasındaki fiziksel güç farklılıklarını içerir, ancak çoğu zaman sosyal güç veya statüdeki farklılıklarla karakterize edilir. Bu güç veya güç dengesizliği nedeniyle, zorbalığa uğrayan bir çocuk kendini savunmakta zorlanır. Tipik olarak, zorbalık sadece bir veya iki kez meydana gelmez, zamanla tekrarlanır. Kabul etmek gerekir ki, çocuklar çoğu zaman zorbalığı saklamakta iyi olduklarından ve yaşadıkları ya da tanık oldukları zorbalığı bildirmek konusunda isteksiz olduklarından, yetişkinlerin davranışın tekrar tekrar gerçekleşip gerçekleşmediğini bilmesi bazen oldukça zordur. Bununla birlikte, bir davranışın tek seferlik bir olay mı yoksa devam eden bir davranış modelinin parçası mı olduğunu belirlemeye çalışmak önemlidir. Yetişkinler uygunsuz saldırgan

davranışlar gözlemlediklerinde (davranış münferit bir olay gibi görünse bile) müdahale etmeleri gerekmesine rağmen, yetişkinlerin zorbalığa karşı diğer saldırgan davranışlara nasıl tepki verdiği farklı olabilir.

Geleneksel zorbalık biçimleri vurma, tekmeleme, sataşma, kötü niyetli sataşma veya lakap takma gibi doğrudan davranışları içerir, ancak bunlar aynı zamanda dolaylı (ve genellikle daha az belirgin) davranışları da içerir. Söylenti yaymak, sosyal dışlama veya dışlama ve arkadaşlıkları manipüle etmek gibi ("Eğer onun arkadaşısıysan, hiçbirimiz seninle konuşmayacağız"). Zorbalığın en yaygın biçimleri (hem erkekler hem de kızlar için) lakap takma, kötü niyetli alay etme veya birinin görünüşü veya konuşması hakkında sözlü sataşma gibi sözcüklerin kullanılmasını içerir (Nansel, vd., 2001). Zorbalık asırlık bir fenomen olmasına rağmen, araştırmacıların sistematik olarak zorbalığı ölçmeye çalışmaları son 40 yılda olmuştur. İlk zorbalık çalışmaları Dan Olweus tarafından 1980'lerde Norveç ve İsveç'teki çocuklarla yapılmıştır (Olweus, 1993a). 150.000'den fazla çocuk ve gençle yapılan isimsiz bir ankette Olweus, yaklaşık %15'inin düzenli olarak zorbalık sorunlarına karıştığını tespit etti.

Siber zorbalık terimine birçok insan aşina değildir. Ancak, bunu deneyimlemiş olanlar için, hatıralar, geleneksel zorbalıktakiler gibi, bir ömür boyu sürebilir. Elektronik zorbalık veya çevrim içi sosyal zulüm olarak da bilinen siber zorbalık, e-mail, mesajlaşma, sosyal medya mecraları, sohbet odaları, web siteleri veya telefonlara gönderilen anlık iletiler veya görüntüler yoluyla zorbalık olarak tanımlanır. Pek çok yetişkin internette nasıl gezileceğinden emin olmasa da, çocuklar ve gençler bu konuda çok bilgili. O kadar çok çocuk interneti ve onun birçok iletişim mecrasını kullanıyor ki internete "gençlerin günlük yaşamlarının dijital iletişim omurgası" olarak da tanımlanabiliyor (Lenhart, Madden ve Hitlin, 2005). Bir genci cezalandırmak istiyorsanız basitçe bilgisayarlarını almakla tehdit etmeniz yeterli olarak düşünülür. Bir genç için bu, ölümden daha kötü bir ceza (ya da en azından sosyal ölüme eşdeğer bir ceza) gibi görünebilir.

Zorbalığa uğrayan çocuklar tipik olarak iki genel kategoriden birine girer; pasif veya itaatkâr olanlar ve daha az sayıda "kışkırtıcı kurban" veya "zorba/ kurban" olarak kabul edilenler. Araştırma ve müdahale literatüründe çocuklardan sık sık "pasif", "itaatkâr" veya "kışkırtıcı" olarak bahsedilmesine rağmen, bu terimlerin aşağılayıcı etiketler olması amaçlanmamıştır. Hiçbir şekilde çocukları yaşadıkları zorbalıktan dolayı suçlamak için kullanılmamalıdır.

Zorbalığın etkileri üzerine son otuz yılda yapılan araştırmalar, zorbalığın çocukların zihinsel ve fiziksel sağlığını ve akademik çalışmalarını ciddi şekilde etkileyebileceğini doğrulamaktadır. Zorbalığa uğrayan çocuklar endişeli (Craig, 1998: 126; Olweus, 1978), depresif (Craig, 1998: 126; Fekkes, Pijpers ve Verloove-VanHorick, 2004: 18; Olweus, 1978; Rigby ve Slee, 1993: 36) ve düşük benlik saygısından muzdariptir (Eagan ve Perry, 1998: 300). Ayrıca kendi canlarına kıymayı düşünme olasılıkları diğer çocuklara göre daha fazladır. Örneğin, Avustralyalı çocuklar üzerinde yapılan bir çalışmada Ken Rigby, sık sık (yani, haftada en az bir kez) zorbalığa uğrayanların, ölmeyi dileme veya yinelenen intihar düşünceleri olduğunu kabul etme olasılıklarının diğer çocuklara göre iki kat daha fazla olduğunu bulmuştur (Rigby, 1996). İlginç bir şekilde, zorbalığa maruz kalma ile depresyon (ve ayrıca zorbalığa maruz kalma ile intihar düşünceleri arasındaki) doğrudan zorbalığa karşı dolaylı olarak daha güçlüdür (Van der Wal, de Wit, ve Hirasing, 2003: 1316). Başka bir deyişle, akranları tarafından dışlanan (“Beni görmemiş gibi davranıyorlar”) çocukların psikolojik durumları hakkında endişelenmek için, fiziksel olarak zorbalığa uğrayan (“Bana vurdular”) çocuklardan daha fazla neden olabilir. Çocukların ait olma ve akran grupları tarafından kabul edilme ihtiyacı çok güçlü olduğundan, birçoğu akranları tarafından dışlanmayı onlar tarafından hırpalanmaktan çok daha üzücü buluyor. Zorbalığa uğrayan çocuklar, zorbalık sonucunda psikolojik sorunlar yaşayabilecekleri gibi, fiziksel rahatsızlıklar da yaşayabilirler. Zorbalık, zorbalığa uğrayan çocukların akademik çalışmalarını da etkileyebilir. Zorbalığa uğrayan çocukların, zorbalığa uğramayan akranlarına göre okula gitmekten kaçınma olasılıkları daha yüksektir (Kochenderfer ve Ladd, 1996: 1310) ve aslında daha yüksek devamsızlık oranlarına sahiptirler (Rigby, 1996; Smith, Talamelli, Cowie, Naylor ve Chauhan, 2004: 567).

Siber zorbalığın parametrelerini (örneğin, hangi iletişim teknolojilerinin dahil olduğu, nasıl kötüye kullanıldığı, kime ne söylendiği ve hangi etkiyle söylendiği) tanımlamanın kısmen zor olduğu kanıtlanmıştır, çünkü kısmen siber zorbalık için kullanılan yöntemler çeşitlidir. Siber zorbalığın meydana gelebileceği yaşlarla ilgili de bir kafa karışıklığı söz konusudur. İnternet güvenliği konusunda uzmanlaşmış önemli internet site yöneticilerinden biri olan avukat Parry Aftab'a göre, siber zorbalık reşit olmayanlar arasında gerçekleşmektedir. Olaya bir yetişkin dahil olduğunda, davranış siber taciz veya siber takip olarak etiketlenir.

Siber zorbalıkla ilgili kavramsal kafa karışıklığı, siber zorbalığın daha geleneksel zorbalık biçimleri gibi hem doğrudan hem de dolaylı olabilmesinden kaynaklanmaktadır. Aftab (2006), doğrudan siber zorbalık ile vekaleten siber zorbalık veya dolaylı siber zorbalık arasında ilginç bir ayrım yapmaktadır. Doğrudan saldırıları, diğer çocuklara veya gençlere doğrudan mesaj göndermek olarak tanımlamaktadır. Vekaleten siber zorbalık, "suç ortağının bilgisi olsun ya da olmasın, kurbanı siber zorbalık yapmak için başkalarını kullanmayı" içerir; başka bir deyişle, pis işleri başkasına yaptırmaktır (Aftab, 2006). Aftab, ikincisinin daha tehlikeli olduğunu çünkü yetişkinlerin tacize karşılabileceğini savunmakta. Çoğu zaman farkında olmadan suç ortağı olurlar ve siber zorba tarafından kullanıldıklarının farkında olmazlar.

Siber zorbalık, geleneksel olarak yüz yüze veya dolaylı olarak telefonla veya daktiloyle veya el yazısı ile gerçekleştirilen fiziksel zorbalığın teknolojik bir uzantısıdır. Kullanılan teknolojilerden bağımsız olarak, zorbalık geleneksel olarak, zayıf veya savunmasız olarak algıladıkları kurbanları arayan ve sonra onları zamanla seçen bir veya daha fazla saldırgan insanı içerir. Lakap takmak, itmek, çelme takmak, tekmelemek, tükürmek, bir sınıf arkadaşının elinden kitapları düşürmek, tehditler savurmak, yumruk yumruğa kavgalar, telefonu kapatan telefonlar, tehdit mesajları, kötü sözler söylemek, kötü niyetli dedikodular yaymak ve insanları akran gruplarından dışlamak. Sosyal dışlanmışlar, geleneksel zorbalığın en belirgin biçimleri arasındadır.

Siber zorbalık içerisinde bir dizi davranışlar söz konusudur. Flaming (alevlenme), iki veya daha fazla kişi arasında herhangi bir iletişim teknolojisi aracılığıyla gerçekleşen kısa, hararetli bir alışveriş ifade eder. Bununla birlikte, tipik olarak alevlenme, özel e-posta alışverişleri yerine sohbet odaları veya tartışma grupları gibi "kamuya açık" alanlarda gerçekleşir. Bir dizi aşağılayıcı değiş tokuş başlarsa, o zaman bir alev savaşı başlamıştır (Willard, 2006: 128-130). İlk bakışta, birbiriyle eşit oyun alanında olan iki kişi arasında bir alevlenme yaşanıyor gibi görünebilir. Bununla birlikte, bir kişinin beklenmedik bir saldırgan eylemi, oyun alanında bir dengesizlik yaratabilir ve bu durum hedefin, en azından kısa vadede, failin başka kimi getirebileceğinden emin olmaması gerçeğiyle daha da artar. Dolayısıyla, gözlemciler eşit bir oyun alanı gibi görünen şey, aşağılayıcı mübadeleye doğrudan dahil olan kişiler tarafından bu şekilde algılanmayabilir.

Bazı yazarlar ve araştırmacılar taciz ve siber zorbalık terimlerini birbirinin yerine kullanmıştır. Aftab'ın (2006) yetişkinler arasındaki elektronik zorbalığa atıfta

bulunmak için siber taciz terimini kullanmıştır. Black's Law Dictionary (2004) tacizi “belirli bir kişiye yöneltildiğinde o kişiyi rahatsız eden, alarma geçiren veya önemli duygusal sıkıntıya neden olan (genellikle tekrarlanan veya ısrarcı) sözler, davranışlar veya eylemler olarak tanımlar. Ayrıca taciz türlerinin tümü olmasa da bazılarının dava edilebilir olduğunu not eder (yani, kişiler dava açabilir). Siber zorbalık literatüründe, siber taciz genellikle bir hedefe gönderilen tekrarlayan saldırgan mesajları içeren benzersiz bir siber zorbalık biçimi olarak görülür.

Çoğu zaman taciz, sosyal medya mesaj kutusu gibi kişisel iletişim kanalları aracılığıyla gerçekleşir, ancak taciz edici mesajlar, sohbet odaları, sosyal medya gönderileri ve tartışma grupları gibi halka açık forumlarda da iletilebilir. Metin savaşları olarak adlandırılan bir taciz biçimi, bir veya daha fazla faili ve tek bir hedefi içerir. Çevrim içi oyunlardaki chat ve mesaj kısımlarında taciz edici davranışlar söz konusu olmaktadır (Jantz, 2021).

Aşağılama, bir başkası hakkında aşağılayıcı ve doğru olmayan bilgidir. Kişisel bilgiler bir web sayfasında, sosyal medya mecralarında, anlık mesajlaşma yoluyla başkalarına yayılabilir (Anamur ve Topsakal, 2019).

Kimliğe bürünme ile fail, çoğunlukla kurbanın şifresini hesaplarına erişmek için kullanarak ve ardından hedefin kendisi bu düşünceleri dile getiriyormuş gibi başkalarına olumsuz, zalimce veya uygunsuz bilgiler ileterek kurban gibi davranır (Serin, 2012: 104). Ayrıca fail, hedefin arkadaş listelerindeki veya bir sosyal ağ sitesindeki kişisel profilini uygunsuz veya rahatsız edici bilgiler içerecek şekilde değiştirebilmek için hedefin şifresini çalabilir. Hedefin kendisinden geliyormuş gibi başkalarına taciz edici mesajlar gönderebilmek için şifreyi çalabilirler (Jantz, 2021)

Ortaya çıkarma, kişisel ve genellikle utanç verici bilgilerin, asla paylaşılmasını amaçlanmayan kişilerle paylaşılması anlamına gelir. Hilekarlık, birini kandırarak kendileri hakkındaki kişisel bilgileri ifşa etmesi ve ardından bu bilgileri başkalarıyla paylaşması anlamına gelir. (Willard, 2007).

İster çevrim içi ister çevrim dışı olsun, çocuklar genellikle kendilerinin ya “içeride” ya da “dışarıda” olduklarını algırlarlar. Sosyal psikologlar, insanların diğer insanlar tarafından dahil edilmeye yönelik temel bir insani ihtiyacı olduğunu belirlediler. Çevrim içi dışlama, her türlü parola korumalı ortamda veya bir hedefin arkadaş listelerinden çıkarılmasıyla gerçekleşebilir. Bazı durumlarda, birisi bir anlık iletiye

veya e-postaya sizin istediğiniz kadar hızlı yanıt vermediğinde olduğu gibi, dışlanma gerçek olmaktan çok algılanabilir.

Siber taciz, tekrarlayan taciz ve tehdit iletişimleri yoluyla başka bir kişiyi takip etmek için elektronik iletişimin kullanılması anlamına gelir. Black's Law Dictionary (2004: 1440) “takip etmeyi” şu şekilde tanımlar: “(1) Bir başkasını gizlice takip etme eylemi veya örneği. (2) Bir kişiyi rahatsız etmek veya taciz etmek veya yaralama veya darp gibi başka bir suç işlemek amacıyla çoğu kez gizlice takip etmek veya yanında dolaşmak suçu.” Açıkça tacizle ilgili olmasına rağmen, siber taciz, saf tacizden daha fazla tehdit içerir.

Swinford (2006) tarafından belirtildiği gibi, sosyal ağ siteleri "gençlik kültürü üzerine bir pencere" sağlar. Sosyal ağ siteleri kimin, nerede, kiminle ne yaptığını görmemizi sağlar. Sosyal medyada sürekli bir haber alma ve haber verme durumu söz konusudur. Bu haber akışları aracılığıyla kimin kiminle arkadaş olduğunu, kimin kiminle ilişkisini bitirdiğini, kimin yeni fotoğraflar paylaştığını ve kimin kötü bir gün geçirdiğini birkaç örnekle biliyoruz. Bir bireyin profilinde gerçekleştirilen herhangi bir değişiklik, o bireyin profiline erişimi olan “arkadaşlar” vasıtasıyla kolaylıkla erişilebilir hale getirilir.

2.1.2. Siber Zorbalık ile İlgili Kuram ve Modeller

Birkaç büyük ölçekli araştırma, günümüzde gençler arasında teknoloji kullanımının yaygınlığına ve gençlerin karşı karşıya kaldığı bazı potansiyel tehlikelere ilişkin bir tablo ortaya koydu. Son beş yılda her yıl yayınlanan 2005 Dijital Gelecek Raporu'na (Center for the Digital Future, 2005) göre, Amerikalılar arasında internet kullanımı artmaya devam etti ve genel olarak çevrim içi geçirilen zaman 2005'te Amerikalıların %79'u haftada ortalama 13,3 saat çevrim içi zaman geçirdiğini ortaya çıkardı, bu önceki dört yılda yapılan araştırmalara göre önemli bir artış olduğunu göstermektedir. 2005 raporunda, tüm Amerikalılar arasında e-posta en sık çevrim içi etkinliktir ve anlık mesajlaşma listede dokuzuncu sırada yer almaktadır. Çevrim içi bireylerin daha yüksek yüzdesine ergenler katkıda bulunur ve 12-18 yaş arası ergenlerin %97'sinden fazlası internet kullanmaktadır. Pew Internet & American Life Project raporu, 12 ila 17 yaşları arasındaki 21 milyon ergenin (%87) çevrim içi zaman geçirdiğini göstermiştir. Ankete katılan gençlerin yarısından fazlası, her gün çevrim içi olarak

zaman geçirdiklerini bildirmiştir (Lenhart, vd., 2005). Ergenlerin neredeyse yarısının (%45) kendi cep telefonu vardır; %33'ü kısa mesaj yoluyla iletişim kurmaktadır. Ankete katılan çevrim içi gençlerin %75'i anlık mesajlaşma kullandığını bildirmiş ve bunların %48'i bunu her gün kullandığını söylemiştir. Pew raporuna göre çevrim içi etkinlikteki en büyük sıçrama 6. ve 7. sınıflar arasında gerçekleşir (Lenhart, vd., 2005:28). Aile bilgisayar kullanmak yerine kendi kişisel bilgisayarı olan çocuklar internette iki kat daha fazla zaman geçirmektedir. Pew İnternet Projesi ile bağlantılı daha yakın tarihli bir raporda, 12 ila 17 yaş arasındaki gençlerin %55'inin sosyal ağ sitelerini kullandığını ve bu gençlerin yarısından fazlasının (%55) kendi sosyal ağlarını oluşturduğunu göstermiştir. Özellikle 15 ile 17 yaş arasındaki kızlar, aynı yaş aralığındaki erkeklere göre sosyal ağ sitelerini daha fazla kullandıklarına dair bulguya ulaşılmıştır (Lenhart & Madden, 2007:28).

Güncel alan yazında kuramsal olarak bakış açıları gelişmiştir. Siber zorbalık ile ilgili “Sosyal Ekolojik Kuram, Çevrim içi Umursamazlık Etkisi, Genel Saldırganlık Kuramı, Gerekçelendirilmiş Eylem ve Planlanmış Davranış Kuramları, Barlett ve Gentile’in Siber Zorbalık Modeli, Genel Gerginlik Kuramı ve Rutin Aktiviteler Kuramının siber zorbalık davranışının ortaya çıkmasına ve sürdürülmesine yönelik geliştirilmiştir” (Akgül, 2020: 149-167).

Psikoloji genellikle zihin ve davranış bilimi olarak tanımlanır (Myers, 2007: 240). O halde sosyoekolojik psikoloji, zihin ve davranışın kısmen doğal ve sosyal habitatları tarafından nasıl şekillendiğini ve doğal ve sosyal habitatların kısmen de zihin ve davranış tarafından nasıl şekillendirildiğini araştıran bu bilime bir yaklaşım olarak tanımlanabilir. Bu yaklaşımın temel amacı, bireylerin ve sosyal ekolojilerin birbirlerini nasıl tanımladıklarını betimlemektir. Çevrim içi zaman geçirilen platformlarda, bireylerin içsel sansürü zayıflamakta, normal yaşamda söylemekten çekinecekleri ve yapmayacakları pek çok durumu bu platformlarda rahat bir yapabilmektedir. Bu etkiyi Suler (2004:324) “Çevrim İçi Umursamazlık Etkisi” olarak tanımlamaktadır. Bu etkiyle bireyler gizli duygu ve düşüncelerini daha rahat paylaşabildikleri, normal hayattan daha fazla ince, kibar ya da cömert olabildikleri (iyi huylu umursamazlık) gibi; keskin ve acımasız yargıda bulunma, öfkeli ve tehdit içerikli davranışlarda da (zararlı umursamazlık) bulunabilmektedir. Genel Saldırganlık Kuramı Bushman ve Anderson (2020:8) tarafından zorbalığı açıklamak için kullanılmış olan diğer modelleri içeren bir meta-teoridir. Gerekçelendirilmiş Eylem Kuramı, insan

davranışlarının bir olaya karşı norm ve tutumlar olarak iki farklı nedenle ortaya çıktığını savunmaktadır (Fishbein ve Ajzen, 1975: 314). Barlett ve Gentile'in (2012:127) Siber Zorbalık Modeli kapsamında, kişi, davranışın bilişsel, duygusal, sosyal ve davranışsal sonuçları ile olayları eşleştirmektedir. Siber zorbalıkta deneyimlenen yaşantılar sonucunda maruz kalan kişide oluşturduğu olumsuz sonuçların farkında olunmadığı durumlardır. Genel Gerginlik Kuramının gelişmesinde en büyük etik şiddet davranışlarının açıklanmasına yöneliktir (Agnew, 1992: 50). Kuram kapsamında mağdurun olumlu uyaranlardan uzaklaşması, mağdura olumsuz uyaranların dayatılması, mağdurun hedeflerine ulaşmasının engellenmesi gibi üç farklı gerginlik nedeni ele alınmaktadır. Rutin aktivite kuramı kapsamında suçun açıklanmasında kriminoloji uzmanlarının görüşüyle çevresel etkenler ön plana çıkarılmaktadır (Cohen ve Felson, 1979: 39).

2.1.3. Siber Zorbalığın Yaygınlığı ve Toplumdaki Etkisi

Zorbalığın çocukların okula karşı tutumları, devamları ve eğitim çıktıları üzerindeki etkilerini olabildiğince anlayabilmek için daha çok araştırmaya gerek duyulsa da, zorbalığın neden olduğu stres ve dikkat dağınıklığının çocukları akademik risk altına soktuğuna dair endişeler vardır. Nancy Eisenberg ve meslektaşlarının tahmin ettiği gibi, "Akranları tarafından kötü muameleye maruz kalan gençler okulda olmak istemeyebilirler ve bu nedenle okula bağlılığın ve eğitimde ilerlemenin faydalarını kaçıracaklardır" (Eisenberg, Neumark-Sztainer ve Perry, 2003: 315).

Bazıları için zorbalığın yıkıcı etkileri, zorbalık sona erdikten çok sonra hissedilebilir. Örneğin, genç yetişkinler üzerinde yapılan bir çalışmada Dan Olweus, ortaokulda zorbalığa uğrayan erkek çocukların, zorbalığın sona ermesinden on yıl sonra muhtemelen düşük benlik saygısı ve depresyondan muzdarip olduklarını buldu (Olweus, 1993b). Diğer araştırmacılar, çocukluklarında sık sık dalga geçilen bireylerin yetişkinliklerinde depresyon ve kaygı yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğunu bulmuşlardır (Roth, Coles, ve Heimberg, 2002: 152).

Zorbaların akranlarına olduğu gibi genellikle ebeveynler ve öğretmenlerine karşı da saldırgan oldukları görülmüştür. Saldırganlıkla, zarar vermeyi kontrol edilemeyen fiziksel yaralanmayı öfkeyi, şiddeti içeren, tehditler savurmayı veya başka şekillerde insanları korkutmayı içeren düşmanlığı ve ebeveynlere veya meşru otorite figürlerine

ve onların koyduğu kurallara karşı kavgacı veya husumet içeren davranışlar söz konusudur (McQuade, Colt ve Meyer, 2009). Genel anlamda zorbalar, akranlarına göre saldırgan olma konusunda daha olumlu (yani kayıtsız) bir görüşe sahiptir. Sonuç olarak, diğer insanlara zarar vermeyi caydıran sosyal normlara rağmen, zorbalar başkalarına duygusal veya fiziksel acı verse bile eyleme geçmekten tatmin olurlar. Araştırmacılar, psikologlar ve psikolojik danışmanlar, zorbaların genellikle kurbanları için empatiden yoksun olduklarını uzun zamandır biliyorlar. Bir zorbayı nadiren sinirlenen veya öfkelenen birinden ayıran şey, diğer insanlarda neşeyi, güveni ve umudu aşındıran davranış kalıplarını tekrarlaması ve oluşturmalarıdır. Zorbaların hepsi olmasa da birçoğu duygusal olarak güvensizdir, öfke kontrolü sorunları yaşar ve hayal kırıklıklarını diğer insanlardan çıkarmaya eğilimlidir (McQuade, Colt ve Meyer, 2009). Araştırmalar böyle olduğu için de zorbalık yapanların çevrelerini her an etkileyebildiğini söyleyebiliriz.

Bazı zorbalar çok rahat ortamlarda yaşarlar, iyi okul bölgelerine giderler ve akla gelebilecek her türlü ihtiyacını karşılayan çok sevgi dolu ebeveynleri vardır. Ne de olsa, gençler siber zorbalığı ancak çevrim içi oldukları ölçüde deneyimleyebilirler; bu da onların siber zorba, siber zorbalık kurbanı veya her ikisi olmak için bilgi teknolojisi (IT) cihazlarına ve internet/cep telefonu bağlantılarına ihtiyaç duydukları anlamına gelir. Sosyoekonomik ve okul ortamlarından bağımsız olarak, zorbalık çocuklar büyüdükçe azalma eğilimindedir, ancak ortaokulun başlangıcında, yeni bir okul binasına giren öğrenciler zaten tanıdık olan daha büyük öğrenciler tarafından yakalanmaya karşı savunmasız olduklarından belirgin şekilde artar. Elbette ortaokul yılları aynı zamanda çoğu gencin ergenliğe girdiği ve öfkeli hormonlar deneyimlediği, anne babadan daha fazla bağımsızlık geliştirdiği, arkadaşlarıyla giderek daha etkili ilişkiler kurduğu ve bazen kendilerini içki, sigara ve okuldan kaçma gibi statü suçları konusunda çarpık buldukları dönemlerdir.

Giderek artan bir şekilde, siber taciz ve çevrim içi saldırgan davranışlar, şaşırtıcı derecede genç yaştaki gençleri etkilemekte ve gençlerin de çevrelerindeki etkilemektedir. 14 New York Eyaleti okul bölgesinde 40.000'den fazla K-12. sınıf öğrencisini kapsayan Rochester Teknoloji Enstitüsü "İnternet ve Risk Altındaki Davranışlar Araştırması"ndan elde edilen veriler siber taciz ve saldırgan davranışlar arasındaki önemli ilişkiyi ortaya çıkarmıştır. Rutin olarak çevrim içi platformları kullanan bireyler nefret ve zorbalık ile karşılaşmaktadır.

Gençler olgunlaştıkça ve ergenlikle mücadele ettikçe, kasıtlı veya kasıtsız olarak diğer insanlara zarar verme konusundaki yaratıcı kapasiteleri, maruz kaldıkları insan, koşul, fikir ve teknoloji sırasıyla birleştiğinde daha bağımsız olmaya yönelik doğal dürtüleri de ön plana çıkmaktadır. Bu her zaman böyle olmuştur, ancak günümüzde yaygın ve hızla büyüyen internet bağlantısı ve güçlü kişisel bilgisayarlar ile birlikte, mobil teknoloji cihazları, görece genç ve yaşlı insanlar arasındaki kuşak farklarını da hızlandırmaktadır. Zamanla, nesiller boyunca sosyal hesaplama aktif olarak katılmaya yönelik farklı tutumlar ve yetenekler kuşkusuz azalacaktır, bu bağlamda sosyal medya platformlarında gençler dışında çok yaşlı bir grubun da bulunduğu söylenebilir. Neredeyse herkes yeni teknolojilerle aynı fikirde olsa da, yeni teknolojiler her zaman yeni farklılıklar ve eski problemlerin varyasyonlarını yaratmaktadır. Siber zorbalık olması gereken bir noktadır ve son kırk yılda siber zorbalığın geldiği nokta olasıdır.

Gençler, siber dünyalarının özel olduğuna veya olması gerektiğine, yani ebeveynlerin ve yaşlı yetişkinlerin farkındalığının dışında olduğuna inandıkları için, dijital gençlik kültürünün zararlı ve/veya endişe verici yönlerini anlamak veya önlemek daha da zorlaşmakta. Gençler genellikle ebeveynlerinin çevrim içi ortamda ne yaptıklarını bilmelerini istemezler, çünkü bunun yanlış olduğunu bilirler ve/veya bunun kişisel meseleler olduğuna inanırlar, ebeveynlerin bilmeye hakları yoktur ve daha az müdahale ederler. İster olumlu internet kullanımıyla meşgul olsunlar ister siber zorbalık gibi kabul edilemez davranışlara katılıyor olsunlar, en azından zihinlerinde onların alanıdır. Elbette bu, gençler ve genç yetişkinler büyüyüp kendi ailelerini kurduklarında ne olacağı ve ebeveynlerin veya genç kılığına giren diğer yetişkinlerin çevrim içi forumlara erişmesi, görüntülemesi ve hatta bu forumlara katılacak kadar ileri gitmesi gerekip gerekmediği sorusunu gündeme getirmektedir. Sosyal ağ forumlarının çözülmemiş kontrolü ve Dijital Çağ'da sosyal sapkının ve sorumlu ebeveynliğin nelerden oluştuğuna dair etik kaygılar, ebeveynler, genç yetişkinler ve gençler arasında köprüler, boşluklar yerine kafa karıştırmaktadır.

2.1.4. Ergenlik Döneminde Siber Zorbalık

Araştırmalar, geleneksel zorbalığın yaygınlık oranlarında yaşa bağlı farklılıklar olduğunu kanıtlamıştır. Geleneksel zorbalığa maruz kalma oranları ilkokulda daha

yüksekken, ortaokul ve lisede bu sıklık azalmaktadır (Finkelhor, vd., 2005: 20). Bununla birlikte, geleneksel zorbalık uygulama sıklığı ortaokulun sonlarında ve ortaokulun başlarında zirve yapar. Bu görüş Kowalski ve Limber (2006: 22)' in araştırmasıyla desteklenmiştir. Okulda en az bir kez ("geleneksel" yollarla) başkalarına zorbalık yapan kişiler arasında, 8. sınıfta öğrenim görenler, 6. veya 7. sınıfta öğrenim görenlere göre önemli ölçüde sık zorbalık yapmıştır.

Ortaokul öğrencileri arasında siber zorbalık oranlarında farklılıklar gözlemlenmektedir. Kowalski ve Limber (2006: 22), gençlerin başkalarına siber zorbalık yapma sıklığında sınıfa göre önemli farklılıklar bulmuştur; 8. sınıfta öğrenim görenler 6. veya 7. sınıfta öğrenim görenlere göre daha sık siber zorbalık yapmaktadır (Williams ve Guerra, 2006). 6., 7. ve 8. sınıflar arasında siber zorbalığa hedef olma sıklıklarında bir fark bulunmamıştır. Ancak, siber zorbalığın meydana geldiği yöntemin bir fonksiyonu olarak kurbanlar arasında derece farklılıkları gözlemlendi. Sekizinci sınıf öğrencileri, 6. veya 7. sınıf öğrencilerine göre önemli ölçüde daha yüksek oranda anlık mesajlaşma yoluyla mağdur edildiğini bildirmiştir. Benzer şekilde, 8. sınıf öğrencileri de 6. sınıf öğrencilerine göre kısa mesaj yoluyla daha yüksek oranda mağduriyet bildirmiştir. Altıncı sınıflar, 7. veya 8. sınıf öğrencilerine göre siber zorbalık yapmak için anlık mesajlaşmayı daha az kullanmıştır.

Popüler basında “siber zorbalar” hakkında pek çok spekülasyon olmasına rağmen, aslında bu kişilerin özellikleri veya çeşitli motivasyonları hakkında çok az şey biliyoruz. İncelemeler kapsamında siber zorbalık yapan ergenlerin özelliklerini şu şekilde belirtmiştir;

- Baskın kişilikleri vardır ve bunu kullanarak kendilerini savunmaktan hoşlanırlar.
- Sinirlidirler, fevri davranırlar ve kolayca hüsrana uğrarlar.
- Şiddete karşı diğerlerine göre daha olumlu tutumları vardır.
- Kurallara uymakta zorlanırlar.
- Sert görünürler ve çok az empati veya şefkat gösterirler.
- Genellikle yetişkinlerle agresif bir şekilde ilişki kurarlar.
- Kendilerini zor durumlardan kurtarmakta iyidirler.

- Hem proaktif saldırganlık (yani, bir hedefe ulaşmak için kasıtlı saldırganlık) hem de tepkisel saldırganlık (yani kışkırtılmaya karşı savunmacı tepkiler) içinde bulunurlar (Camodeca ve Goossens, 2005: 188-189).

Siber zorbalık yapan çocukların bu özelliklerin bazılarını (hatta birçoğunu) paylaştığını varsaymak makul olsa da, gelecekteki araştırmalarla keşfedilmesi gereken bazı önemli farklılıkların da olması muhtemeldir.

Erkek ve kız çocukların maruz kaldığı zorbalık türleri arasındaki benzerliklere ve farklılıklara bakıldığında, araştırmalar erkeklerin akranları tarafından fiziksel olarak zorbalığa uğrama olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir (Finkelhor, vd., 2005; Nansel, vd., 2001; Olweus, 1993; Rigby, 2002), kızların söylenti yaymak gibi bazı dolaylı zorbalık biçimleri ve ayrıca cinsel yorumlar veya jestler yoluyla zorbalığa uğrama olasılığı daha yüksektir (Nansel, vd., 2001: 2099). İlginç bir şekilde, kızların siber zorbalığın hem kurbanı hem de faili olduklarını bildirme olasılıkları daha yüksektir. Bununla birlikte, siber zorbalığa karışan bireyler arasında erkekler bunu kızlardan daha sık yapmaktadır.

Siber zorbalık yapan birçok çocuk tarafından paylaşılabilecek bir dizi başka kişilik özelliği olsa da, muhtemelen böyle bir çocuğun tek bir profili yoktur. Bazıları, yaptıkları şeyin aslında siber zorbalık olduğunun farkına varmadan, özellikle de e-posta veya anlık mesajlarla kendilerine gönderilen olumsuz yorumlara aynı şekilde yanıt verirken, bir şekilde istemeden elektronik şiddete başvururlar. Ancak diğer bireyler, kurbanlarını incitmek ve küçük düşürmek amacıyla siber zorbalık yaparlar. Yine başka çocuklar ve gençler, sıkıldıkları ve başka birine tehdit veya aşağılayıcı mesajlar göndermenin eğlenceli olacağını düşündükleri için siber zorbalık yapıyor. Odak noktaları, davranışlarının kurbanları üzerinde yaratabileceği etkileri düşünmek yerine kendi can sıkıntılarını gidermeye odaklanmaktır.

Parry Aftab (2006), siber zorbalık yapan dört tür çocuk tanımlamıştır: (a) intikamcı melek, (b) güce aç, (c) kaba kızlar ve (d) kasıtsız siber zorba veya "çünkü yapabilirim." Bu dört kategori, siber zorbalık yapan çocukların farklı güdülerini dikkate almak için yararlı bir buluşsal yöntem sağlasa da bunları doğrulamak için ampirik kanıtlara ihtiyaç vardır. Aftab'a (2006) göre, "intikam meleği" kendisini, kendisine veya başkalarına yapılan yanlışları düzeltmek için adalet arayan biri olarak görür. Bu siber zorbaların çoğu, okulda zorbalığın kurbanı olan ve şimdi misilleme yapan çocuklar ve

gençlerdir. Okulda geleneksel zorbalığın kurbanı olan dışlanmış kişiler olabilirler (Willard, 2006). Aftab'a (2006) göre "güce aç siber zorba", başkaları üzerinde kontrol, güç ve otorite uygulama arzusu bakımından okul bahçesindeki prototip zorbaya çok benzer. Geleneksel zorba, başkalarında korku uyandırmak için dolaylı stratejilere ek olarak, doğrudan sözlü saldırılar veya fiziksel saldırganlık kullanırken, siber zorba korku yaratmak için tehditler veya küçük düşürücü gönderiler kullanır. Güce aç siber zorbalar kategorisine, okulda zorbalığa maruz kalmayan ancak sadece öfkesini veya düşmanlığını dışa vurmak için çevrim içi zorbalık yapan çocuklar ve gençler dahildir (Levine, 2006). Aftab'ın (2006) "kaba kızlar" kategorisi, can sıkıntısından siber zorbalık yapan çocukları ifade etmek için kullanılmaktadır. "Kasıtsız" siber zorba, aldıkları olumsuz iletişimlere aynı şekilde yanıt vererek siber zorba haline gelen veya vekaleten siber zorbalık yoluyla yanlışlıkla siber zorbalığa sürüklenen bireylerden oluşur.

Çevrim içi nezaketsizlik, rastgele cinsel ilişki, taciz ve suç yaygındır, beklenebilir ve tolere edilebilir. Yaş, görünüm ve diğer kişisel konularda yalan söylemek gibi, kaba veya çirkin mesajlar göndermek ve almak, hepsi olmasa da çoğu genç tarafından çevrim içi olarak rutin olarak yapılır (Platin, 2020). Sonunda, birçok genç gerçek arkadaşlıklar, ilişkiler ve güvenmenin ne anlama geldiği konusunda yanlış bir duygu geliştirmeye başlar. Güven kavramının kendisi, gerçek değeri ve arkadaşlıkları, dernekleri ve işleyen bir toplumun unsurlarını sürdürme gerekliliği açısından çarpıtılabilir ve hatta sorgulanabilir. Toplumlar içinde ve toplumlar arasında nezaketi teşvik etmek yerine aşındıran çevrim içi faaliyetler daha az sapkın ve daha yaygın hale gelmektedir. Siber zorbalık, artık bu konuda meydana gelenlerin bariz bir örneğidir (Jantz, 2021).

2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı

Bu bölümde literatür taraması kapsamında sosyal medya bağımlılığı alanındaki kavramlar ve araştırmalar sonucunda edinilen bilgiler aktarılmıştır.

2.2.1. Sosyal Medya Kullanımının Yararları ve Zararları

Sosyal medya, insanların birbirleriyle etkileşime geçmesini sağlayan ve sosyal sermayeyi artıran sosyal ağlar oluşturan uygulamalardır (Barnes, 2008: 16). Bu devasa fenomen, içerik oluşturma ve kullanma şeklimizi değiştiriyor (Comm, 2010: 88). Comm'un (2010) öne sürdüğü gibi, sosyal medyanın tanımı belirsizdir. Castells (2000: 842), ağ toplumunu "yaygın, birbirine bağlı ve çeşitlendirilmiş medya sistemleri" tarafından sanal olarak inşa edilen bir kültür olarak tanımlar. Sosyal medyayı yeterince kullananlar sadece içerik değil, aynı zamanda konuşmalar da yaratırlar ve bu konuşmalar daha da birleşerek topluluklar oluşturur (Comm, 2010: 90). Kaplan ve Haenlein (2010: 60), sosyal medyayı Web 2.0'in temelinde yatan fikirler ve teknolojik altyapıyla ilişkilendirerek, kullanıcılar tarafından oluşturulan içeriğin paylaşılmasını ve etkileşimini sağlayan bir dizi internet tabanlı uygulama olarak tanımlamıştır. "Sosyal medya" terimi belki yeni olabilir, ancak medya araçlarını sosyalleşme amaçları için kullanma fikri, telgraf ve telefon çağlarına kadar uzanmaktadır (Barnes, 2008: 17). Günümüzde popüler sosyal medya, örneğin anlık mesajlaşma (IM), sosyal ağ siteleri (SNS), bloglar, Twitter gibi mikrobloglar, bülten panosu sistemleri (BBS), YouTube ve Wikipedia'yı içerir.

Ergenlik çağındaki sosyal medya kullanıcılarının, kişilerarası iletişim kanallarına yönelik çeşitli ihtiyaçlarını karşılamak için sosyal medya türlerini aktif olarak seçtikleri düşünülmektedir. Ergenler, sosyal medyayı kullanma nedenlerinin farkındadır ve kendi güdülerini ifade edebilirler. Sosyal medya, ergenler için belirli ihtiyaçları karşılayan tatminler sağlar. 21. yüzyılın başında, yeni teknolojilerin gelişimi, odağı kitle iletişim araçlarından aracılı kişilerarası iletişim teknolojisine kaydırmıştır. İnternet ve birçok aracılı kişilerarası iletişim araçları çok popüler hale geldi. Sonuç olarak, internet kullanımı (Leung, 2003: 108; Stafford ve Stafford, 2004: 261), web kullanımı (Ferguson ve Perse, 2000: 165), e-posta (Dimmick ve diğerleri 2000), kısa mesaj servisi (SMS) (Leung, 2007: 161), cep telefonu (Auter, 2007: 142) ve kişisel dijital asistan (PDA) (Peters ve Allouch, 2005: 252) gün geçtikçe daha fazla kullanıcı kazandı. İnsanların sosyal medya kullanımından aldıkları doyum, büyük ölçüde sosyal medya kullanım sürecinde elde edilebilmesi ve kullanıcıya sunulan işlevsel alternatiflerin sınırlı olması bağımlılığa yol açabilmektedir.

Sosyal medya kullanımına yönelik yapılan araştırmalar (Ruggiero, 2000: 30), insanların sosyal medyayı kullanma nedenlerini ihtiyaçlar ve motivasyon olarak belirlemiştir. Kullanım ve tatmin için en önemli motivasyonlardan biri, sosyal ihtiyaçlarını ve başkaları tarafından onaylanma ihtiyaını karşılamak için başkalarıyla çevrim içi olarak verimli, seçici ve anlamlı bir şekilde bağlantı kurmaktır (Urista, vd., 2009: 216). Bireylerin sosyal sermayelerini oluşturmalarına yardımcı olan çok sayıda sosyal medya platformu vardır ve sosyal medya kullanımları büyük ölçüde bu süreç tarafından belirlenir. İnsanların hayatta kalmasında sosyal bağlantının önemi göz önüne alındığında (Holt-Lunstad, vd., 2010: 21), sosyal medyanın sosyal bağlar ve ağ oluşturma için önemli bir araç olduğu belirtilmiştir. Örneğin araştırmalar, çevrim içi aracılı sosyal bağlantıların siber kurbanlar arasında faydaları ve esenliğini desteklediğini (McLouglin, vd., 2018: 7) ve COVID-19 salgını nedeniyle kaygı ve izolasyonu tamponladığını (Stuart, vd., 2021: 522) bulmuştur.

Sosyal medyayı bağlantı kurmak için kullananlar, sosyal medya kullanımının önemli bir motivasyon kaynağı olmakla birlikte, sosyal izolasyon ve karşılaştırma yaşayabilirler, bu da yalnızlık ve öz-negatiflik gibi zararlı sonuçlara yol açabilir (Primack, vd., 2017: 6). Literatürün kapsamlı incelemeleri, sosyal medya kullanımı ile çeşitli psikolojik sağlık ölçümleri arasındaki olumsuz ilişkileri belgelemiştir (Frost ve Rickwood, 2017: 578; Verduyn, vd., 2017: 275).

Aydın ve elik (2019) tarafından yapılan nitel araştırma kapsamında velilerin sosyal medyanın yararları ve riskleri üzerine görüşler elde edilmiştir. Araştırmaya göre sosyal medyanın yararları;

- İletişim,
- Hayatı kolaylaştırmak,
- Bilgi almak ve varlık alanı sağlamak,
- Eğitime katkı,
- Eğlence ve sosyalleşmek,
- Hayatı tanımak ve duyarlılık

gibi temalarla ele alınırken, araştırmanın sosyal medyanın riskleri velilerin gözünden,

- Psikolojik,
- Hayatı zorlaştırma,
- Kontrolsüz sosyalleşme,
- Suça maruz kalma- yönelme,
- Şiddete maruz kalma,
- Sağlık-fiziksel,
- Değer yozlaştırma

gibi temalarla ele alınmıştır.

Bu temalar kapsamında incelendiğinde özellikle sosyal medyanın hayatı kolaylaştırma, iletişim, kişisel gelişim için kullanılması, gündemin takip edilmesi için kullanılması, özgürlük hissinin verilmesi gibi birçok olumlu yönü ön plana çıkarken, zararları açısından da en fazla öne çıkan durum bağımlılık yapmasından yaşanan korkudur. Bu sebeple günümüzde sosyal medya bağımlılığı yetişkinlerde ve farklı yaş gruplarında derinlemesine incelenmesi ve çözümler üretilmesi gereken bir konudur.

2.2.2. Sosyal Medya Bağımlılığı Tanımı, Tarihçesi ve Nedenleri

İnsanlar interneti iletişim, alışveriş, bankacılık ve eğlence gibi çeşitli nedenlerle kullanıyor. Çevrim içi etkinlik, hayatın birçok bölümünün ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. 2013 ve 2014'te ABD'de bulunan Pew Araştırma Merkezi iki binden fazla teknoloji uzmanıyla görüşmeler yapmıştır ve çoğunun internetin sonunda kişisel ve sosyal hayatın neredeyse her alanına entegre olacağına inandığını ortaya çıkarmıştır (Nakaya, 2014). Birçok kişi internet bağımlılığının mümkün olduğuna inanmakta. İnternet bağımlılığını tam olarak neyin oluşturduğuna ilişkin tanımlar büyük ölçüde farklılık göstermektedir, ancak uzmanlar genel olarak bağımlıların internette çok fazla zaman geçirdikleri ve interneti kullanmanın hayatlarındaki en önemli şeylerden biri haline geldiği konusunda hemfikirdir.

Bağımlılık oranlarını belirlemek zordur ve tahminler, incelenen ülkeye ve araştırmacıların bağımlılığı tanımlama biçimine bağlı olarak büyük ölçüde değişir. Bazı analistler, oranların son derece yüksek olduğuna inanmaktadır. Pek çok kişi internet kullanımlarını kontrol etmede sorun yaşasa ve bağımlı olmaktan bahsetmek

yaygın olsa da, internet bağımlılığının gerçek bir tıbbi bozukluk olup olmadığı konusunda yaygın bir anlaşmazlık hala mevcuttur.

En yaygın çevrim içi etkinliklerden biri sosyal ağlardır. İnsanlar sosyal ağ sitelerini birçok farklı nedenden dolayı birbirleriyle bağlantı kurmak için kullanırlar. Facebook gibi siteler arkadaşlarla bağlantı kurmayı kolaylaştırır. Araştırmacılar, bağımlılık kavramının kapsamını alacak şekilde genişletilmesi gerektiğini savunmuştur (Lemon, 2002: 45; Orford, 2001). Griffiths (1996: 245), "teknolojik bağımlılık" kavramını önermiştir. Teknolojiye bağımlı olma, televizyon seyretmek gibi pasif veya bilgisayar ile oyun oynayarak veya çevrim içi iletişimde olmak gibi aktif olabilir ve genelde bağımlılık yönelimlerinin teşvik edilmesine katkı sağlayabilecek teşvik edici ve pekiştirici özellikler içermektedir (Griffiths, 1996: 245). Aynı zamanda belirginlik, ruh halinde değişiklik, tolerans, geri çekilme hali, çatışma durumu ve nüksetme gibi bağımlılığın temel bileşenlerini de içerir (Griffiths, 2000: 246). Griffiths (2000: 246), bu kriterleri karşılayan herhangi bir davranışın işlevsel olarak bağımlılık olarak tanımlanabileceğini savunmuştur. Bazı araştırmalar, teknolojinin aşırı kullanımının sorunlu olarak kabul edilebileceği fikrini de desteklemiştir (Griffiths ve Hunt, 1998: 486).

İnternet bağımlılığı bozukluğu (IAD) ilk olarak 1995 yılında Ivan Goldberg tarafından önerilmiştir. Mental Bozuklukların Teşhis ve İstatistik El Kitabı'nın (4. Baskı) (DSM-IV) (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994) madde bağımlılığı kriterlerinden türetilen IAD, İnternetle ilişkili ilk listelenen bozukluktur. Altı temel bileşenden oluşan davranışsal bir bağımlılık olarak tanımlanır: belirginlik, ruh hali değişikliği, tolerans, yoksunluk belirtileri, çatışma ve nüksetme (Griffiths, 2000: 248). Young (2009: 243), patolojik kumarı bir model olarak kullanarak, internet bağımlılığının sarhoş edici madde içermeyen bir dürtü kontrol bozukluğu olarak tanımlanabileceğini öne sürmüştür. Young (2009: 244), internet bağımlılığını, çoğunlukla sohbet odalarında, haftada ortalama 38 saat veya daha fazla zevk için çevrim içi kalmak olarak tanımladı ve İnternet bağımlılığının aileleri, ilişkileri ve kariyerleri paramparça edebileceği sonucuna varmıştır.

DSM-IV tarafından tanımlanan patolojik kumar bağımlılığı kriterlerinin uyarlanmış bir versiyonundan yararlanan Young (2009: 241), bağımlılık yapıcı internet kullanımı için bir tarama aracı sağlamak üzere sekiz kriter geliştirmiştir. İnternet bağımlılığı için sekiz ölçütten beşini karşılayan kişiler bağımlı olarak nitelendirilir: (1) İnternet

kullanımıyla meşgul olma; (2) daha uzun süre çevrim içi olma ihtiyacı; (3) İnternet kullanımını azaltmak için tekrarlanan girişimler; (4) İnternet kullanımında ruh hali değişikliği; (5) amaçlanandan daha uzun süre çevrim içi kalmak; (6) önemli ilişki, iş ve eğitim veya kariyer fırsatlarının kaybı; (7) çevrim içi geçirilen süre etrafında aldatma; ve (8) problemlerden kaçmanın bir yolu olarak internet kullanımı. Son on yılda internet bağımlılığı üzerine başka birçok çalışma yapılmıştır (Beard, 2002; Griffiths, 2000; Leung, 2004).

Huang ve Leung (2009: 676) tarafından Çin'deki ergenler arasında IM bağımlılığı üzerine yapılan bir araştırma, yanıt verenlerin %9,7'sinin bağımlı olduğunu buldu. Dört bağımlılık belirtisi bulmuştur:

1. Anlık ileti ile meşgul olma, yani çevrim içi bir sohbet sırasında kesintiye uğradığında sinirlenmiş gibi davranma, çevrim içi sohbetle meşgul olma ve çevrimdışıyken çevrim içi sohbet etme fantezileri kurma, çevrim içi sohbet edemediğinde depresif ve huysuz hissetme, çevrim içi sohbet için uykudan fedakârlık etme ve memnuniyet elde etmek için sosyal medya süresini artırma ihtiyacı.
2. Sosyal medyanın aşırı kullanımı nedeniyle ilişkilerin kaybı, bağımlı ergenlerin çevrim içi sohbet ederek geçirdikleri süreyi gizlediklerini, Sosyal medya kullanımlarını azaltmaya çalıştıklarını ancak başarısız olduklarını, arkadaşlarla dışarı çıkmaktansa çevrim içi sohbet ederek daha fazla zaman geçirmeyi seçtiklerini ve arkadaşlıklarını tehlikeye attıklarını ortaya çıkarmıştır.
3. Sosyal medyada geçirdikleri zamanı kontrol edemeyen ergenler tarafından gösterilen kontrol kaybı; bağımlılar her zaman sosyal medyada amaçladıklarından daha fazla zaman harcarlar, diğer sorumluluk ve yükümlülükleri ihmal ederler, bu da aile ve arkadaşların şikayetlerine neden olur.
4. Kaçış, ergenlerin sosyal medyayı sorumluluklardan kaçmak için alternatif bir yol olarak kullandıklarını göstermiştir; moralleri bozukken çevrim içi sohbet ederler ve her zaman yeniden çevrim içi sohbet etmeyi beklerler.

2.2.3. Sosyal Medya Bağımlılığının Tanı Kriterleri

Dopamin, beyin tarafından üretilen bir nörotransmitterdir ve bağımlılıkta önemli rol oynar. Araştırmacılar, internet kullanımı da dahil olmak üzere belirli davranışların dopamin salınımını uyardığını ve bu salınımın bir zevk duygusu yarattığını bulmuşlardır. Bir kişi, zevk duygusunu yeniden yaşamak için tekrar tekrar bu davranışta bulunarak, dopamin salınımına neden olan şeye bağımlı hale gelebilir. Alkolizm ve uyuşturucu bağımlılığı da dahil olmak üzere çok sayıda bağımlılık dopamin salınımıyla ilişkilidir. Bazı insanlar için dopaminden duydukları yüksek arzu o kadar güçlüdür ki, buna karşı bir istek duyarlar ve onu elde edemediklerinde endişeli ve mutsuz olurlar. Bu nedenle bağımlılığın nesnesi, bağımlılar için hayatlarındaki her şeyden daha önemli hale gelir.

Araştırmalar, internet kullanımının görsel uyarım, ödül vaadi ve öngörülemezliği dahil olmak üzere beyni dopamin salgılaması için uyarabildiğini gösteriyor. İnternet ödülleri, yeni bir oyun düzeyine ulaşmak, ilginç içeriğe erişmek veya keyifli bir e-posta almak veya kişinin sosyal medya sayfasında gönderi paylaşmak gibi çeşitli şekillerde olabilir. Bu ödülleri bu kadar bağımlılık yaratan ve kullanıcıları meşgul eden şeylerden biri, tahmin edilemez olmalarıdır; kullanıcılar ödülleri ne zaman alacaklarından asla emin olamazlar. Bir İnternet bağımlılığı kurtarma merkezi olan Restart'ın kurucu ortağı Hilarie Cash'in açıkladığı gibi, "Bir sonraki tweet'in ne olacağını asla bilmiyorum. Bana kim e-posta gönderdi? Bir sonraki fare tıklamasıyla ne bulacağım? Beni ne bekliyor?" Sonuç olarak, insanlar internette bu ödülleri bekleyerek çok fazla zaman harcıyorlar (Nakaya, 2014).

Yakınlık kurma ihtiyacı, "insanlarla duygusal ilişkiler arama ve sürdürme eğilimidir" (Veroff, vd., 1984). Terim, bir bireyin kişilerarası ilişkiler arama ve sürdürme arzusunu tanımlar (Murray, 1938). Sosyal bağımlılık ve aidiyet arayışı yaygın insan davranışlarıdır (Bell ve Daly, 1984: 96). Bağlılık ihtiyacı, insan etkileşiminin temelidir; bağlantı ve onay aramaya yönelik güçlü bir eğilimle karakterize edilir (Boyatzis, 1973: 255). Bu anlamda, Murray (1938), aidiyet ihtiyacını, uyumlu ilişkilerden ve başkalarıyla iletişim duygusundan sosyal tatmin alma eğilimi olarak tanımladı. İnsanlar başkalarından takdir ve sevgi kazanmak için büyük miktarda enerji harcadıkları için bağlılık ihtiyacı insan etkileşimi için çok önemli bir sosyal

motivasyondur (Bell ve Daly, 1984: 96). Daha olumlu sosyal etkileşime ve sosyal ilişkilerin karşılıklılığına ilham verebilir (Gable, 2006: 180).

İnternet veya sosyal medya bağımlılığına dair çalışan araştırmacılar nedenlerinin ne olabileceği konusunda hemfikir olmamak mümkündür. Bazıları, bağımlılığın beyin kimyasındaki varyasyonlar veya gelişim veya cinsiyet farklılıkları gibi genetiğin sonucu olduğuna inanmakta Diğerleri, bağımlılığın, uzak durulması zor, son derece ilgi çekici ve teşvik edici bir ortam olan internetin doğasından kaynaklandığını iddia etmektedir. İnternete neredeyse her yerden kolayca erişilmesini sağlayan akıllı telefonların yayılması da bu anlamda suçlanmaktadır. Bazı eleştirmenler, internet bağımlılığının aslında gerçek bir tıbbi durum olmadığı, yalnızca çeşitli kişisel sorunların ve kaygı veya depresyon gibi zihinsel sağlık bozukluklarının bir belirtisi olduğu konusunda ısrar etmektedir.

Amerika Birleşik Devletleri'nde İnternet bağımlılığı için ilk yatarak tedavi programlarından birini kuran Bradford Regional Medical Center yetkilisi, “İnternet bağımlıları davranışlarını kontrol etmekte zorlanırlar ve bunu sürekli başaramadıkları için çaresizlik yaşarlar. Benlik saygısı kayıpları büyür ve bağımlılık yapıcı davranışlarından daha da fazla kaçma ihtiyacını körükler. Bağımlıların hayatlarına bir güçsüzlük duygusu hakimdir.” görüşünü bildirmiştir (Nakaya, 2014).

2.3. Depresyon

Bu bölümde literatür taraması kapsamında depresyon alanındaki kavramlar ve araştırmalar sonucunda edinilen bilgiler aktarılmıştır.

2.3.1. Depresyonun Tanımı

Depresyon nadir görülen bir durum değildir ve ergenler arasında çocuklardan daha yaygındır (Harrington, 1993: 45). Topluluk örneklerinde, ergenlik öncesi depresyon yaygınlık oranları yüzde 0,5 ila yüzde 2,5 ve ergenlerde yüzde 2 ila yüzde 8 arasında değişmektedir. Depresyon kliniğe sevk edilenler arasında çok yaygındır: çocuklar ve ergenler üzerinde yapılan klinik çalışmalarda sevk edilenlerin yaklaşık yüzde 25'i depresyondadır (Carr, 2002). Depresyon, özellikle tedavi için sevk edilen çocuklarda oldukça yaygın olarak diğer bozukluklarla birlikte ortaya çıkar. Çocukluk depresyonu

ile ilgili toplum çalışmalarında, davranış bozukluğu, anksiyete bozuklukları ve dikkat eksikliği bozukluğu için yüzde 10-17'lik eştanı oranları bulunmuştur (Carr, 1999).

Depresyon, uzun süreli klinik tedavi gerektiren, tekrarlayan, sıklıkla kronik bir durumdur (Hardeveld, vd., 2013: 42). Genel popülasyondaki prevalansı %10'dan az ve %25'e kadar değişmektedir, kadınlarda erkeklerden daha yüksektir (Bromet, vd., 2011: 20) ve 2030 yılına kadar hastalık yükü sıralamasında st sıralarda yer alacağı tahmin edilmektedir. Engelliliğe ayarlanmış yaşam yıllarında ölçüldüğü gibi (WHO, 2008). Hem genetik hem de çevresel faktörler, depresyona giden gelişimsel yollarda rol oynamaktadır (Saveanu ve Nemeroff, 2012: 51). Tanı ile ilgili olarak, araştırılan popülasyona ve tanıdan sorumlu profesyonellere bağlı olarak, depresyonun yalnızca yanlış teşhis edilmediği, aynı zamanda sıklıkla fazla teşhis edildiği ve hatta eksik teşhis edildiği görülmüştür (Cepoiu, vd., 2008: 28).

Depresif bozukluğun biyolojik temelleri ve etiyopatogenezinin anlaşılmasındaki tartışılmaz ilerlemeye rağmen (Krishnan ve Nestler, 2010: 1306), mevcut tedavilerin yeterince etkili olduğu kanıtlanmamıştır (Insel, 2006: 5). Uzun vadeli koruyucu sonuçlar hem nks hem de nks için daha etkili gibi görünse de, psikoterapi hafif ve orta dereceli vakalarda ilaca kıyasla kısa vadede benzer sonuçlar vermiştir (Moras, 2006: 520). Dünya Biyolojik Psikiyatri Dernekleri Federasyonu'na göre, psikopatolojinin geleceği, psikiyatrik fenomenlerin incelenmesiyle ilgili diğer bilim dallarıyla yakın işbirliğine dayanan ve böylece teorik ve kavramsal bilgiyi birbirine bağlayan bütünleştirici psikopatolojide yatmaktadır. Bu yaklaşımın izlediği ana görevler şunlardır: deneysel ve davranışsal anormallikleri özneler arası bağlamda kaydetmek ve tanımlamak, bunların kökenini nesnel bilimsel bir bakış açısıyla açıklamak ve bu anormallikleri öznel deneyime dayalı olarak anlamak için çaba sarf etmek (Musalek, vd., 2010: 138).

Depresyon dağılımındaki cinsiyet farklılıkları tutarlı bir şekilde bulunmuştur. Depresyon, ergenlik öncesi erkek ve kızlarda eşit derecede yaygındır, ancak ergen kızlarda erkeklerden daha yaygındır (Cohen, vd., 2010). Erkeklere kıyasla genç kızlar arasında depresyonun bu daha fazla baskınlığı, yetişkinler arasında depresyonun cinsiyete göre dağılımına benzer. Prevalanstaki bu cinsiyet farklılığına biyolojik faktörlerin ve psikososyal faktörlerin nispi katkısı şu anda belirsizdir. Ergenlik dönemindeki hormonal değişikliklerin kız ve erkek çocuklar üzerindeki farklı etkisinin

ve erkek ve kız ergenler üzerindeki farklı rol taleplerinin, daha fazla ergen kız çocuğunun depresyon geliştirmesine katkıda bulunması olasıdır.

Majör depresyon ve bipolar bozukluk epizodik duygudurum bozukluklarıdır. İlki, düşük ruh hali, olumsuz biliş ve uyku ve iştah bozukluğu dönemleri ile karakterize edilirken, ikincisi, ek olarak, coşku, büyüklük, fikir uçuşması ve taşkın davranışların meydana geldiği mani dönemleri ile karakterize edilir. Distimi ve siklotimi epizodik olmayan kronik durumlardır. Distimi, depresif semptomlarla karakterize edilir ve siklotimi, bipolar bozukluktan benzer ancak daha az aşırı ruh hali dalgalanmaları ile karakterize edilir. Tek kutuplu ve iki kutuplu durumlar ile tekrarlayan ve kalıcı bozukluklar arasındaki ayrımlar, daha önceki sınıflandırma sistemlerinde kullanılan ayrımların yerini almıştır. Bu nedenle kaçınılması gereken terminoloji ve ayrımlar şunları içerir; nevrotik ve psikotik depresyon; içsel ve tepkisel ruh hali bozuklukları; aşıkar ve maskelenmiş depresyon (Carr, 2002).

Majör depresyon, savunmasız popölasyonlarda stres tarafından hızlandırılabilen bozukluklar arasında en önemli adaylardan biridir. Gençlerde büyüyen bir sorun olarak tanımlanan, çoğu zaman intihar davranışının eşlik ettiği, çocuklarda ve ergenlerde depresyonun mümkün olduğu kadar erken teşhis edilmesi özellikle önemlidir. Hem risk altındakilerde bozukluğu önlenmesini hem de halihazırda semptomatik depresyon yaşayanların etkili tedaviye yönlendirilmesini kolaylaştırmak için okul temelli tarama hizmetlerinin yaygınlaştırılması gerekmektedir. Hem psikoterapi hem de farmakoterapi, bu durum için etkili tedaviler olarak iyice yerleşmiştir ve varlığının tanınmasını daha da önemli hale getirir (Akkaya, 2006; 17(2):139-146; Dwivedi ve Varma, 2008).

Berrios (2011) her disiplinin, çalışma alanıyla ilgili olarak doğru kalması için tanımlayıcı dilin uyarlanması olarak anlaşılan periyodik kalibrasyon gerektirdiğini belirtmektedir. Sonuç olarak, bilimsel bilginin mevcut gelişimi göz önüne alındığında ve indirgemecilikten kaçınmak için depresif bozuklukları anlamak, depresyonu karmaşık zihin/beyin sistemi bağlamında inceleyen multidisipliner bir yaklaşımı gerektirir (akt. Kendler, 2020: 1785).

Bilişsel depresyon teorileri, bir bireyde kişinin kendisi, dünyası veya geleceği hakkında kötümser bir bakış açısı veya kişinin hayatındaki olumsuz olayların içsel (kendilik) sonucu olarak kavramsallaştırıldığı olumsuz yükleme tarzı dahil olmak

üzere işlevsiz tutumların varlığını varsayar. İlişkili, sabit (geçiciye karşı) ve genel (belirliye karşı) nedenler, depresif bozuklukların gelişiminden önce gelir. Bu bilişsel faktörlerin gençlerde ve yetişkinlerde depresyon için bir yatkınlık yarattığı düşünülmektedir. Depresyon hastalarında bu "depresojenik" bilişsel anormalliklerin varlığını destekleyen araştırmalar, bilişsel terapilerin gençlerde ve yetişkinlerde kullanımının teorik temelini oluşturur (Gotlib ve Abramson 1999).

Olumsuz yaşam olaylarının deneyimi, depresyonun çoğu stres yatkınlığı modelinde genellikle tetikleyici bir faktör veya stres etkeni olarak düşünülür. Depresif semptomların başlamasıyla özellikle ilişkili olan olumsuz yaşam olayları, kayıp olaylarını ve hedefe yönelik davranışlardaki başarısızlığı içerir. Yakın bir aile üyesinin ölümü veya romantik bir ilişkinin sona ermesi gibi kayıp olayları, çocuk ve ergenlerde majör depresyonun başlamasıyla ilişkilendirilmiştir (Monroe, vd., 1999). Bir arkadaşın, kardeşin veya ebeveynin intihar nedeniyle ölümü, intiharı takip eden 6 ay içinde majör depresyon ve intihar düşüncesi geliştirme riskini artırır (Cerel, vd., 1999: 675).

Çocukluk yıllarında fiziksel ve cinsel istismar deneyimi, artan depresyon riski ile ilişkilendirilmiştir. Bu, ergenler ve yetişkinlerden çocukluk yıllarına ait anıları geriye dönük olarak bildirmelerini isteyen araştırmaların yanı sıra istismar mağduru olduğu bilinen gençlerde psikiyatrik belirtileri ve tanıları değerlendiren araştırmaların sonuçlarıyla öne sürülmüştür. Çocukların devam eden duygusal ve fiziksel istismarının, depresyon riski taşıyan bireylerde gelişen olumsuz yükleme biçimlerinin bir kaynağı olduğu ve maruz kalan çocuklarda öğrenilmiş çaresizlik durumuna neden olan insani bir bağıntı olabileceği öne sürülmüştür.

Çocuklarda ve ergenlerde duygusal durumları düzenleme yeteneğinin gelişimi üzerine çok az araştırma yapılmıştır. Muhtemelen, kişinin duygulanımını etkili bir şekilde düzenleme kapasitesinin geliştirilmesine yönelik araştırmalar, beyin gelişiminin yanı sıra bilişsel ve duygusal sinirbilimi de hesaba katmalıdır. Modeller, yalnızca kişinin olumsuz duygulanım durumlarının doğru tanımını değil, aynı zamanda bireyin olumlu duygulanım durumlarını başlatma ve sürdürme becerisini de hesaba katacaktır. Bir ön çalışma, depresif gençlerin, depresif olmayan karşılaştırma gruplarına göre, olumsuz duygulanım durumlarını zamanında sonlandırabilmelerinin daha az mümkün görüldüğünü öne sürdü (Sheeber, vd., 2000).

Çeşitli araştırma grupları, heteroseksüel olmayan bir eroseksüel cinsel kimlik geliştirmenin, depresyon ve intihar eğilimi dahil olmak üzere çeşitli olumsuz ruh sağlığı sorunlarıyla ilişkili olduğunu göstermiştir. Cinsel yönelimleri ya kendi tanımlarıyla ya da cinsel ilgileri ya da davranışlarıyla ilgili bildirimlere göre belirlenen gey, lezbiyen ve biseksüel gençlerin, bu ilişkinin kesin mekanizmasına rağmen, giderek artan bir şekilde psikiyatrik sıkıntı riski altında oldukları kabul edilmektedir. Psikiyatrik semptomların, kişinin ailesindeki veya akran kültüründeki bir azınlık cinsel yönelimiyle uzlaşmaya ilişkin stresin bir sonucu olarak mı yoksa başka bir mekanizmayla mı geliştiği açık değildir (Dwivedi ve Varma, 2008).

Ailelerdeki yoksulluk ve düşük sosyoekonomik durum, ciddi duygusal rahatsızlıklar da dahil olmak üzere çeşitli ruh sağlığı sorunları için artan bir riskle ilişkilendirilmiştir. Bununla birlikte, yoksulluğun akıl hastalığı için oldukça spesifik olmayan bir risk faktörü olduğu genel olarak kabul edilmektedir ve şu anda mevcut kaynakların eksikliğini herhangi bir özel tür akıl sağlığı sorunuyla ilişkilendiren hiçbir çalışma yoktur (Costello ve diğerleri 1996).

Ebeveynlik davranışı, gençlerde depresyon gelişimini birçok farklı yoldan etkileyebilir. Bu bölümde daha önce belirtildiği gibi, depresyon ailesel gibi görünmektedir ve depresif gençlerin ebeveynlerinin kendilerinin de depresyon yaşama açısından nispeten yüksek risk altında olduğu görülmektedir (Ferro, vd., 2000).

Depresif çocuklar ve ergenler genellikle aynı yaştaki akranlarıyla etkileşim kurmakta güçlük çekerler. Depresif çocuklar ve ergenler, etkili sosyal problem çözme becerilerini geliştirmekte daha fazla güçlük çekebilirler, bu da akranları tarafından çeşitli alanlarda reddedilme veya daha az yetkin olarak algılanma şanslarının artmasına yol açar (Dwivedi ve Varma, 2008).

2.3.2. Depresyon ve Psikolojik Kuramlar

Mısır uygarlığından bu yana, Eski Ahit pasajlarında ve Platon'un Timaeus'unda ruh hali bozukluklarına dair kayıtlar olmasına rağmen, bu rahatsızlıklar 25 asır önce Hipokrat okulunun ilk tanımlarından itibaren olası “tıbbi” hastalıklar olarak kabul edilmeye başlandı. Yaşamın ilkelerinin sağlıkta mükemmel bir şekilde dengelenmiş “mizah” olduğu düşünülüyordu. Fazlalık, kusur, doğal konumundan farklı vücut bölgelerine göç, hastalıkları üretti. Melankoli, etimolojik olarak "kara safra" anlamına gelir, dolayısıyla temel sıvılardan birinin, atrabilis'in değişimine işaret eder. Areteo de

Cappadocia (MS 150), aynı kişide duygudurum coşkunluğu ve melankoli değişimini gözlemleyen ilk kişi olarak kabul edilir. Bu tür fuktüasyonları erkeklerin, ergenlerin ve gençlerin hastalığı olarak tanımladı.

Yunan hekim Galen (MS 130-200) melankoliyi kronik ve tekrarlayan bir hastalık olarak tanımladı. Ona göre mani (kesinlikle "öfke" anlamına gelen ruh halinin yüceltilmesi) birincil beyin hastalığına karşılık gelebilir veya diğer hastalıklara ikincil olabilir. Gözlemleri, Orta Çağ'ın büyük bir bölümünde etkili olmaya devam etti. Yakın tarihli bir makalesinde Kendler (2020), 1780 ile 1880 yılları arasında Avrupa Psikiyatrisinin, melankoli kavramını, üzüntü olsun ya da olmasın, öncelikle bir akıl bozukluğu olarak değiştirerek, bir duygudurum bozukluğu olarak tasarlandığı bir süreç olarak özetlemektedir. Kendler'in anlatışında, bilişsel paradigmadan uzaklaşan ilk kararlı hareket, on dokuzuncu yüzyılın ortalarından hemen sonra yazan ve temel melankoliyi bir ruh hali bozukluğu olarak tanımlayan ve ardından ihmal edilen melankoliye odaklanan Belçikalı psikiyatr Joseph Guislain (1852) tarafından yapılmıştır. Bu tür hastalar, zekâ veya muhakemede herhangi bir anormallik göstermedi. Bu melankoli biçiminin, esas olarak bir ruh hali bozukluğu olduğunu öne sürdü. On dokuzuncu yüzyılın sonunda, pek çok yazar (Griesinger, Sankey, Maudsley, Krafft-Ebing ve Kraepelin) melankoli nedeninde ruh halinin önceliğini kabul ettiler.

Emil Kraepelin (1856–1926), psikiyatri ders kitabında (Lehrbuch der Psychiatrie) birçok çağdaş psikiyatrik bilgiyi sistematize etmiştir. Orada, periyodik ve döngüsel ruh hali bozuklukları, basit mani, melankoli, bazı unutkanlık vakaları ve temel durumlar olarak adlandırdığı mizahın patolojik eğilimleri olarak kabul edilen bazı kişisel yapılar olarak nitelendirdiği manik-depresif hastalık (MDI) ifadesini kullanmıştır (Kraepelin, 2012). Alman psikopatologun katkısı üç temel gözlemde özetlenebilir: (1) tepki yok, yani bazı dış tetikleyicilerle bağlantı eksikliği (dolayısıyla "içsel" karakteri); (2) hiçbir zaman psişik bozulmaya yol açmayan benzer bir prognoz (daha sonra Eugen Bleuler tarafından şizofreni olarak adlandırılan grup dementia praecox'ta olduğu gibi); ve (3) belirgin bir aile topluluğu, yani kalıtsal bir model. Düşünülebileceğinin aksine, Kraepelin tarafından önerilen sınıflandırma, mevcut teşhis kriterleri altında kesin olarak bilinen bipolar hastalıktan çok uzak olan bir dizi klinik tabloyu dikkate almıştır.

Depresyon, psikanalitik açıdan en iyi araştırılan bozukluklardan biri olarak görülebilse de, çeşitli biçimleri arasındaki ayrım hiçbir şekilde kolay değildir ve henüz yeterince

anlaşılmamıştır. Narsistik ve psikotik depresyonda psikanalitik yazarlar, depresif hastalarda egonun özellikle savunmasız olduğu ve hüsrana ve hayal kırıklığına karşı tahammülsüz olduğu gerçeğine defalarca değindiler. Ayrıca benlik temsilleri ile nesne temsilleri henüz birbirinden yeterince farklılaşmamış görünmektedir. Daha 1927'de Sándor Radó, depresif hastaların pasif-bağımlı nesne ilişkilerine olan özel eğilimini fark etti, çünkü özgüvenlerini korumanın tek yolu buydu. Şimdi bundan, depresif temel çatışmalara dair biraz farklı bir temel anlayış geliyor. Temel bozukluğu narsistik düzenleyici sisteme yerleştirir ve bunu, bir yanda güçlü bir şekilde dile getirilen narsist beklentiler ve idealler ile bu idealleri karşılayamama ya da onlar için nesneden narsist destek alamama arasındaki gerilim olarak tanımlar (Dwivedi ve Varma, 2008).

Bütünleştirici depresyon modelleri incelendiğinde farklı çalışma gruplarının ve araştırmacıların etkisi görülmektedir. Mentzos (2011), olgun bir öz düzenlemede olgun bir ideal benlik, ideal nesne ve süperegö tarafından taşınan narsistik öz düzenlemeden yola çıkmaktadır. Öz-düzenlemenin bu faktörlerinden birinin engellenmesi veya patolojik gelişimi, farklı klinik depresyon tablolarına yol açmaktadır. Herbert Will (1994), önde gelen duygular temelinde farklı depresyon türlerini sıralar: suçluluk ve kendini suçlama ile süperegö veya suçluluk depresyonu, endişeli özlem ve hayal kırıklığı ile oral bağımlı depresyon, çaresizlik ve umutsuzluk ile ego depresyonu ve utanç ile narsistik depresyon ve kendini aşağılama. Sidney J. Blatt (2004) birçok ampirik araştırmaya dayanarak, iki farklı depresyon örgütlenmesini tanımlamıştır: bağımlılık, çaresizlik, kayıp duyguları ve terk edilmişlik gibi kişilerarası faktörlerin etrafında dönen anaklitik tip. Bleichmar (1996) çaresizlik ve umutsuzluk hissine depresyonun patlak vermesinde önemli bir rol atfeder. Depresyon öncesi bireyde, öznenin libidinal ekonomisinde merkezi bir konum işgal eden ve başka herhangi bir şeyle değiştirilemeyecek bir arzuya sabitlenme vardır. Bu arzu ulaşılamaz gibi görünür ve derin bir çaresizlik duygusuna ve güçsüzlüğün kendi kendini temsil etmesine yol açmaktadır (akt. Keck, 2010) .

2.3.3. Ergenlerde Depresyon

Çocuklarda ve ergenlerde depresyon, ruh sağlığı uzmanlarına başvurma'nın yaygın nedenleri olan birçok farklı klinik sorunun bir bileşeni olarak ortaya çıkabilir. Tanımlanan sorunlarla başvuran hastaları değerlendiren klinisyenler tarafından çocukluktaki diğer ruh sağlığı bozukluklarının varlığının göz önünde bulundurulması

gerekebilir. Değerlendirme için sevk edilen çocuklar ve ergenler, öncelikle fark edilebilir bir sıkıntı verici veya bozucu ruh hali semptomları başlangıcı gösterebilir (Li, 2006: 159). Belirli bir çocukla sık sık temas halinde olan ebeveynler ve diğer yetişkinler, çocuğun ruh halinde veya durumunda genel bir değişiklik fark edebilir. Disfori ve/veya sinirlilik, çocuğun baskın ruh hali olarak memnuniyetin yerini alabilir.

Ebeveynler, çocuklarında minimal veya küçük provokasyonların yol açtığı artan düzeyde mutsuzluk, ağlamaklılık, öfke tepkileri veya açık öfke fark edebilirler. Bir çocuğun duygusal tonunda ve duygusal düzenleme kapasitesinde, sonunda klinik depresyon belirtileri olarak teşhis edilebilecek değişiklikler, genellikle çocukluk veya ergenlik huysuzluğunun ötesine geçer. Birkaç günden daha uzun süren farklı ruh hali değişimleri, bir veya iki gün süren moral bozukluğu veya sinirlilik hissinden daha önemlidir. Ebeveynler, özellikle kişisel veya ailesel depresyon öyküsü olanlar, gelişmekte olan bir duygudurum bozukluğunun erken belirtilerini fark edebilirler. Çocuklar veya ergenler, gelişmekte olan duygudurum semptomlarını değerlendirmek için kendi başlarına nadiren ruh sağlığı uzmanlarıyla iletişime geçerler, ancak okul ortamlarında mevcut profesyonellerle veya hizmetlerle daha sık iletişim kurabilirler. Bu nedenle, duygudurum bozukluğu olan gençlerde erken teşhis ve uygun müdahale olasılığını artırmak için okuldaki profesyonellere depresif hastalığın belirti ve semptomları hakkında eğitim vermenin önemi giderek daha fazla olabilir (Başoğlu ve Buldukluoğlu, 2015; Dwivedi ve Varma, 2008).

Depresif çocuklar ve ergenler için ortak olarak ortaya çıkan problemler, akademik başarısızlık, okula devamsızlık, okul başarısızlığı ön plandadır (Neale ve Kendler, 2000). Sıklıkla birlikte ortaya çıkan sorunların gençlerde depresyonun sonucu olduğu varsayılsa da, bazı çocuklar için okul sorunları bir dizi depresif semptomdan önce gelebilir. Depresif sendromların bilişsel bileşenlerinin, çocukların, ergenlerin ve yetişkinlerin normal akademik ve mesleki işlevsellik düzeylerini tam olarak korumalarını son derece zorlaştırdığı genel olarak kabul edilmektedir. Depresyonu olan gençler sıklıkla akademik ilerlemeye yönelik öznel ilgi düzeylerinin azalması, derste ve ödev dönemlerinde konsantre olma ve dikkati toplamada güçlük ve akademik başarı için gerekli olan enerji ve motivasyon düzeylerinin kaybı, hastalık öncesi düzeylerde kaygılanma gibi sorunlar yaşarlar. Bazen, bazı bireyler o kadar zayıflar ki, herhangi bir akademik başarıya veya başarıya ulaşma umutlarını terk edebilir ve hatta okula gitmekten tamamen vazgeçebilir, bu da klinik depresyonu okulu reddeden

popölasyonlarda tanımlanabilen en yaygın psikiyatrik teşhislerden biri haline getirir (Strom ve Strom, 2004).

Artan aile içi çatışma seviyeleri, depresif gençlerin aileleri için yaygın bir başvuru nedenidir (Neale ve Kendler, 2000). Çocukta sinirlilik, ebeveynler veya kardeşler ile sık sık hoş olmayan etkileşimlere yol açabilir. Çocuğun artan akademik sorunları üzerine anlaşmazlıklar ortaya çıkabilir ve ebeveynler, kötüleşen okul performansı konusunda paniğe kapılabilir, endişelenebilir veya sıklıkla kızabilir. Ailevi rol anlaşmazlıkları, şiddetli depresyon nedeniyle engellenen bir çocuk, daha önce çocuğa verilen veya onun tarafından üstlenilen belirli rollerde işlevselliğini sürdüremediğinde ortaya çıkabilir.

Özellikle ergenlerde, depresif bir küçüğü bir sağlık uzmanıyla temasa geçiren ilk problemin intihar krizine dönüşmesi alışılmadık bir durum değildir. Kriz, gencin intihara meyilli düşüncelerini veya fikirlerini doğrudan veya dolaylı olarak ifade etmesi veya intihar dışı kendine zarar verme söz konusudur. İntihar krizi yaşayan tüm çocuk ve ergenlerde duygudurum bozukluğu olmasa da, depresyon intihar düşüncesi ve girişimleri (Keck, 2010) ve tamamlanmış intihar (Carr, 2002) için önde gelen bir risk faktörüdür. Bu nedenle, duygudurum bozukluğunun varlığının değerlendirilmesi, intihara meyilli tüm gençler için bir kriz değerlendirmesinin temel bir bileşenidir.

Çocuklarda ve ergenlerde ruh hali belirtileri, yasa dışı madde kullanımı veya kötüye kullanımı dönemlerinden önce, bunlarla birlikte veya sonra ortaya çıkabilir (Costello, vd., 1999). Depresif gençler genellikle yasa dışı maddelerle deneyler yaparak veya kendilerini düzenli olarak sarhoş ederek artan disfori seviyelerini hafifletmenin yollarını ararlar. Depresif ergenler arasında esrar kullanımı ve istismarı yaygındır ve yetişkin yetkililer veya ebeveyn figürleri tarafından esrar kullanımının keşfedilmesi, ilgili çocuğu bir tür ruh sağlığı değerlendirmesi veya müdahalesine yönlendirebilir. Pek çok vaka serisinde, madde bağımlılığı tedavi merkezlerine başvuran gençlerin çoğunda birincil duygudurum bozuklukları olmadığı görülse de, hastaların önemli bir azınlığı aslında klinik düzeyde depresyon bildirmektedir (Dwivedi ve Varma, 2008).

Depresif çocuk ve ergenler sağlık uzmanlarına genellikle fiziksel belirtilerle başvururlar (Sağbaş, vd., 2016), baş ağrısı, kronik yorgunluk, gastrointestinal semptomlar ve kasiskelet ağrıları gibi. Okul hemşireleri ve birinci basamak hekimleri, gençlerde depresif hastalıkla ilişkili olabilecek somatik semptomları değerlendirmek

için çağrılabilir. Ek olarak, depresyon, gençlerde tıbbi hastalık veya tıbbi tedavinin eşlik eden bir durumu veya komplikasyonu olabilir. Depresyon genellikle diabetes mellitus ve diğer tıbbi hastalıkları olan çocuk ve ergenlerde bulunur. Depresyon bazen, epilepsinin fenobarbital tedavisi (Brent, vd., 1990) veya akne için izotretinoin kullanımı (Sagduyu, vd., 2000) gibi belirli tıbbi terapi türleri ile ilişkilendirilebilir.

Çocuklarda ve ergenlerde bir duygudurum bozukluğunun veya herhangi bir ruh sağlığı sendromunun doğru teşhisini yapmak, önemli ölçüde eğitim ve deneyim gerektirebilecek karmaşık bir iştir. Yıllarca, çocukların ve ergenlerin duygudurum bozukluklarına sahip olamayacağına ve klinik depresyonun, bir kişiye gerçekten bozukluk teşhisi konmadan önce asgari düzeyde gelişimsel başarı gerektiren bir sendrom olduğuna inanıldı ve öğretilirdi (Bilaç vd.; Dwivedi ve Varma, 2008).

Depresif gençlerin semptomatik sunumunu yetişkinlerle karşılaştıran araştırmacılar, çoğunlukla, depresyon için semptom modellerinin hem klinik hem de toplum örneklemelerinde gelişimsel spektrum boyunca büyük ölçüde benzer olduğu sonucuna varmışlardır (Kovacs 1996; akt. Kochenderfer ve Ladd, 1996). Çocuklarda depresif dönemler sırasında nadiren hipersomni görülür ve çocuklar ve ergenler, yetişkinler ve yaşlılarla karşılaştırıldığında bir depresif dönem sırasında sanrılar gibi psikotik semptomlara daha az duyarlı olabilir; bununla birlikte genel olarak, semptomatik sunum gençler ve yetişkinler arasında kolayca ayırt edilemez (Kochenderfer ve Ladd, 1996: 186).

Klinik uygulamada, gençlerde ve yetişkinlerde depresif bozukluk tanısı koymak için işlevselleştirilmiş kriterler çok benzer olsa da, tanısal değerlendirme süreci biraz farklıdır. Yetişkin bir hastanın tanısal değerlendirmesi için, genellikle tanımlanan hastayla yapılan görüşmeye birincil önem verilir. Çocuklar ve ergenler söz konusu olduğunda, tamamlayıcı bilgi kaynaklarına çok daha fazla önem verilmelidir (Dwivedi ve Varma, 2008).

Çocuklarda ve ergenlerde psikiyatrik tanı konulu araştırmalarda devam eden bir sorun, tanı ölçütlerinin değerlendirilmesi sırasında ebeveyn-çocuk anlaşmazlığının sık görülmesidir ve bu sorun pediatrik duygudurum bozuklukları araştırma literatüründe kesinlikle belirgindir (Öy, 1991: 133). Duygudurum bozukluğu yaygınlığını değerlendiren araştırmalar, tanının genç muhbire mi, ebeveyn muhbire mi yoksa iki muhbiri birleştiren bir algoritmaya mı dayanılarak konulduğuna bağlı olarak çok farklı

yaygınlık oranları verebilir. Bazı araştırma grupları, özellikle birincil araştırma soruları depresyon gibi içselleştirme bozukluklarına odaklandığında, daha yaşlı ergen örneklerini değerlendirirken ebeveyn bilgilerini esasen göz ardı etmiştir. Bazı araştırmalar, diğer psikiyatrik semptomlarla eşzamanlı olarak ortaya çıkan depresif bozuklukları olan gençlerin, daha “saf” tek kutuplu depresyonları olan gençlerden daha fazla bozukluğa sahip olabileceğini öne sürmüştür (Park, 2009: 238).

2.4. Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Kavramlarının Birbiriyle İlişkisi

2.4.1. Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar

Bolat ve Korkmaz (2021) tarafından yapılan araştırma kapsamında nicel araştırma yöntemlerinden faydalanılmıştır. Ortaokul öğrencilerindeki sosyal medya bağımlılığı, sosyal medya bozuklukları ve siber zorbalık düzeylerinin incelendiği araştırmada bu üç değişken de düşük çıkmıştır. Bu araştırma, çalışmanın tartışma kısmında kullanılması için özellikle önemlidir.

Ekşi ve Ümmet (2013) tarafından yapılan araştırmada internet bağımlılığı ve siber zorbalık ilişkisi incelenmiştir. Araştırmanın psikolojik danışma açısından değerlendirilmesi çalışmaya farklı bir bakış açısı kazandırması açısından önemlidir. İnternet bağımlılığı çocuklar ve gençler arasında yaygınlığı açısından problem oluşturacak boyutlara ulaşmıştır. İnternet bağımlılığının ve siber zorbalığın çocuklar ve gençler arasındaki yaygınlığının nedenleri, psikolojik yaklaşımlar ve yapılması gerekenler farklı boyutlarla ele alınmıştır. Psikolojik danışmaların uygulamalarında bilişsel-davranışçı yaklaşım söz konusu iken, bu değişkenlerin önlenmesinde aile ve okulun görevinin fazla olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Bayhan (2020), tarafından yapılan makale kapsamında 2017-2018 eğitim ve öğretim yılında Malatya merkezinde 336 lise öğrencisinden elde edilen veriler kapsamında sosyal medya bağımlılığı, siber zorbalık ve siber mağduriyet deneyimleri değişken olarak ele alınmıştır. Bu değişkenler arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Bu araştırma, yapılan çalışmaya benzer değişkenler kullanılması sebebiyle benzerlik göstermektedir. Bu sebeple araştırmanın sonuçlarına tartışma kısmında yer verilmesi hedeflenmektedir.

Sezer Efe, Erdem ve Vural (2021), tarafından yapılan makale kapsamında liselerde öğrenim gören 546 öğrenciye yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda lise öğrencilerinde siber zorbalığın ve internet bağımlılığının yüksek oranda olduğu ve bu doğrultuda ailelere ve öğretmenlere bilinçlendirme çalışmalarıyla birlikte önemli görevler düştüğü gibi, akran eğitime de önem verilmesi gerekmektedir.

Kırlı (2020), tarafından yapılan makale kapsamında amaç, sosyal medya kullanımı ve siber zorbalık ilişkisini farklı faktörler açısından incelemektir. Yaş ve cinsiyet faktörünün yanında akademik başarı, aile ve arkadaş ilişkileri, duygusal ve psikolojik boyutları ile ilgili sonuçlara ulaşılmıştır. Elde edilen veriler, sosyal medyanın ve siber zorbalığın gençler üzerinde birden fazla etkileri olduğunu göstermektedir.

Güney ve Taştepe (2020) tarafından yapılan makale kapsamında araştırmanın örnekleminde 12.sınıflar dışında eğitim alan 500 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Bu çalışmada ortaya çıkan sonuçlara göre; kız öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının düzeyleri erkek öğrencilere göre daha fazla olduğu bulgulara tespit olunmuştur. Sınıf kademeleri arasında yapılan karşılaştırmada bağımlılık düzeylerini tespit etmede anlamlı bir fark olmadığı ortaya konulmuştur.

2.4.2. Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Cao ve Su (2007), Changsha'da 2.620 Çinli lise öğrencisiyle anket yaptı ve yanıt verenlerin %2.4'ünün internet bağımlısı olduğunu buldu. İnternet bağımlısı olan ergenler, zaman üzerinde kontrol, zamanın değeri ve zaman etkinliği anlamında normal gruba göre önemli ölçüde daha düşük zaman yönetimi becerileri gösterdiler. İnternet bağımlısı ergenler ayrıca normal gruba göre önemli ölçüde daha fazla duygusal semptom, davranış sorunları, hiperaktivite ve daha az toplum yanlısı davranışlar göstermiştir.

Guangzhou'da 1560 lise öğrencisi arasında %10,2'si orta derecede internet bağımlısı, %0,6'sı ciddi derecede bağımlı bulundu ve erkeklerin bağımlı olma olasılığı kızlardan daha fazlaydı. Çalışma aynı zamanda içme davranışı, aile memnuniyetsizliği ve yakın zamandaki stresli olaylar deneyiminin ergenler arasında internet bağımlılığı ile ilişkili olduğunu bulmuştur (Lam, vd., 2009).

Birçok çalışma, Hong Kong ve Tayvan da dahil olmak üzere ergenlik döneminde internet bağımlılığına odaklanmıştır. 2004 gibi erken bir tarihte, Chak ve Leung (2004), çoğu ergen olan Hong Kong'daki internet kuşağı arasında bir araştırma yapmıştır. Sonuçlar, bunların %14,7'sinin internet bağımlısı olduğunu ve kişi ne kadar utangaçsa internet bağımlısı olma olasılığının o kadar yüksek olduğunu gösterdi. Çalışma ayrıca, internet bağımlısı olan ergenlerin, özellikle ICQ ve sohbet odası aracılığıyla çevrim içi kişiler arası iletişim için haftada daha fazla gün ve her oturumda daha uzun süre olmak üzere interneti yoğun ve sık kullandıklarını gösterdi. 719 Hong Konglu ergen arasında yakın zamanda yapılan bir araştırma, %17.2'sinin internet bağımlısı olduğunu ve internet bağımlılığının ergenlerin depresyonu ve uykusuzluğuyla önemli ölçüde ilişkili olduğunu buldu (Cheung ve Wong, 2011).

Yang ve Tung (2007), 1.708 Tayvanlı lise öğrencisini incelenmiş ve %13.8'ini İnternet bağımlısı olarak tanımlamıştır. Sonuçlar, ortalama olarak, İnternet bağımlılarının, bağımlı olmayanlara göre neredeyse iki kat daha fazla çevrim içi zaman geçirdiklerini ve sosyal ve eğlence motivasyonlarıyla gezinmenin İnternet bağımlılığı ile olumlu bir şekilde ilişkili olduğunu gösterdi. İnternet bağımlısı ergenlerin, internetin günlük rutinler üzerinde bağımlı olmayanlara göre okul performansı ve öğretmen ve ebeveyn ilişkileri gibi önemli ölçüde daha olumsuz etkileri olduğunu algılamaları ilginçtir.

Ko, vd., (2008) tarafından Tayvan'daki 2.114 lise öğrencisi arasında yapılan bir araştırma, internet bağımlılığının sorunlu alkol kullanımıyla ilişkili olduğunu gösterdi. Ko, vd., (2007) ayrıca Tayvan'da ortaokuldan 517 genç ergen arasında 1 yıllık takip süresi boyunca İnternet bağımlılığı üzerine boylamsal bir çalışma yaptı. Sonuçlar, 1 yıl içinde bağımlı olmayanların %7,5'inin bağımlı hale geldiğini, bağımlıların %49,5'inin ise remisyona girdiğini ortaya koymuştur.

İnternet bağımlılığı dünyanın her yerindeki ebeveynler ve öğretmenler için önemli bir problemdir. İtalya'da yapılan çevrim içi bir ankette, Young'ın İnternet Bağımlılık Testi cinsiyet, yaş ve meslek açısından farklılık gösteren insan gruplarına uygulanmıştır (Ferraro, vd., 2007). Sonuçlar, ergenlerin İnternet bağımlılığı açısından yetişkinlerden daha fazla risk altında olduğunu ortaya çıkardı, “yaşamlarının sosyal ve bireysel kalitesinden ödün verildiğini algılayarak onları interneti telafi edici bir şekilde kullanmaya yöneltti” (s. 174). Ayrıca, gece kullanıcıları, yaşam kalitelerini düşürdüğü ve zaman kontrollerini devre dışı bıraktığı için İnternet bağımlılığı bozukluğu geliştirme açısından daha fazla risk altındaydı (Ferraro, vd., 2007).

Yunanistan'da, Siomos, vd., (2008) 2.200 Yunan ergen öğrenciyle anket yaptı ve bunların %8.2'sinin, çoğunlukla çevrim içi oyunlar oynayan ve İnternet kafeleri ziyaret eden erkek öğrenciler olmak üzere İnternet bağımlısı olduğunu gösterdi. İran'da İran liselerinde yürütülen bir araştırma, 1.968 lise öğrencisi arasında 977 öğrencinin İnternet kullanıcısı olduğunu ortaya çıkardı: 37 öğrenci İnternet bağımlısı, 304 olası İnternet bağımlısı ve 636 öğrenci orta düzeyde kullanıcı olarak sınıflandırıldı. Araştırmacılar, internet bağımlılarının ölçülü kullanıcılara göre daha yalnız olduklarını ve daha düşük benlik saygısına ve daha zayıf sosyal becerilere sahip olduklarını bulmuşlardır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

3.1. Araştırmanın Modeli

Nicel araştırmada iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişki ve bu ilişkinin seviyesini tespit etmek için ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. İlişkisel tarama modelinde iki ya da daha fazla değişkenlerin arasında birlikte değişimin olup olmadığını ya da değişim mevcutsa seviyesini belirlemeyi hedefler (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2010: 226; Karasar, 2013: 81).

3.2. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini, 2023 yılında Tekirdağ ilinde MEB'e bağlı ortaokullarda eğitim gören beşinci, altıncı, yedinci ve sekizinci sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Tekirdağ ilinde 15.380 tane 5. sınıf, 15.467 tane 6. Sınıf, 14.752 tane 7. sınıf ve 14.229 tane 8. sınıf öğrencisi bulunmaktadır (Tekirdağ İl MEM, 2023). Basit tesadüfi örnekleme kullanılarak araştırmanın örnekleme %95 güven aralığı, %5 hata payıyla 382 olarak belirlenmiştir (Miran, 2002). Araştırma kapsamında 443 veri analiz sürecine dahil edilmiştir. Basit rastgele örneklemede, popülasyonu oluşturan her öğenin örneklem içerisinde seçilme olasılığı benzerdir. Popülasyon N, örneklem hacmi n olarak oluşturulduğunda popülasyondaki her bir öğenin seçilme şansı n/N olarak ortaya çıkacaktır (Ural ve Kılıç, 2005: 58).

Tablo 3.1: Katılımcılara Ait Demografik Değişkenler

Değişken	Örneklem	N	%
Cinsiyet	Erkek	227	51.2
	Kız	216	48.8
Sınıf	5. Sınıf	76	17.2
	6. Sınıf	89	20.1
	7. Sınıf	210	47.4
	8. Sınıf	68	15.3
Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süre	0-60 dakika	166	37.5
	60 dakika-2 saat	115	26.0
	2-3 saat	80	18.1
	3 saat ve üzeri	82	18.5
Sosyal Medyaya Girildiğinde Harcanan Süre	5-10 dk	95	21.4
	11-30 dk	112	25.3
	31-60 dk	137	30.9
	61-120 dk	50	11.3
	121 dk ve üzeri	49	11.1
Kişisel Cep Telefonu/Tableti	Var	327	73.8
	Yok	116	17.3
Sosyal Medya Hesapları	Var	319	72
	Yok	124	28
TOPLAM		443	100

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından katılımcıların bazı demografik özelliklerini belirleyebilmek amacıyla ‘Kişisel Bilgi Formu’ oluşturulmuştur. Bu form içerisinde cinsiyet, sınıf düzeyi, bilgisayar ve internet sahibi olma durumu, sosyal medya kullanımı, çevrim içi oyun oynama durumu gibi değişkenler yer almaktadır.

3.3.2. Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Özgenel, Canpolat ve Ekşi (2019) tarafından geliştirilen Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, ilk aşamada 47 maddeden oluşmaktadır. Ancak uzman görüşleri ışığında ölçek, 27 maddeden oluşacak şekilde revize edilmiştir. Ölçeğin kullanılabilirliği için bir pilot uygulama yapılmış ve sonuçlar, maddelerin açık ve anlaşılabilir olduğunu göstermiştir. Faktör analizi için 439 öğrenciden elde edilen veriler kullanılarak açıklayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiş ve ölçeğin içeriğini belirleyen maddeler seçilmiştir. Bu seçimde, 0.50 alt sınır olarak belirlenmiştir ve en yüksek faktör yüküne sahip olan 9 madde belirlenerek, ölçeğin tek faktörlü hali oluşturulmuştur. Araştırmacılar, ölçeğin güvenirlik ve geçerliliğini değerlendirmek için çeşitli çalışmalar gerçekleştirmiş ve sonuçlar, ölçeğin 9 maddeden oluşan tek bir faktöre dayandığını ve maddelerin faktör yüklerinin 0,69 ile 0,79 arasında değiştiğini göstermiştir. Ölçekte, ters maddeler bulunmamakta olup, en yüksek puan 45, en düşük puan ise 9'dur. “Ölçüt geçerliğini belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonucunda ise Oyun Bağımlılığı ile Sosyal Medya Bağımlılığı arasında pozitif ve orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0.904 olarak hesaplanmıştır” (Özgenel, Canpolat ve Ekşi, 2019: 629).

3.3.3. Siber Zorbalık Ölçeği

Bu araştırmada kullanılan Siber Mağduriyet ve Zorbalık Ölçeğini Çetin, Yaman ve Peker (2011) geliştirmiştir. Ölçek birisi siber zorbalık (SZÖ) diğeri de siber zorbalığa maruz kalma (SMÖ) deneyimlerini ölçen ve her birisi 22 sorudan oluşan iki paralel formdan ve siber dilsel zorbalık/mağduriyet, kimliği gizleme ve siber sahtecilik olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Katılımcılar siber zorbalık deneyimlerini “Ben Yaptım” kısmında, siber zorbalığa maruz kalma deneyimlerini ise “Bana Yapıldı” kısmında yer alan ve “5” (Daima)’den “1” (Asla)’e kadar uzanan 5’li likert tipi derecelendirme aracılığıyla belirtmektedir. Bu araştırmada da “Ben Yaptım” kısmı uygulanmıştır. SMÖ’ de puanların artması siber zorbalık mağduru olma, SZÖ’ de puanların artması ise siber zorba olma durumunun arttığına göstermektedir. İç tutarlık güvenirlik katsayısı SMÖ için .89 olarak ortaya çıkmıştır. Ek olarak SMÖ’ nün iç tutarlık katsayıları SS alt boyutu için .86, SDZ alt boyutu için .80 ve KG alt boyutu için .68 olarak tespit edilmiştir. SZÖ’ nün iç tutarlık katsayısı .89 olarak

hesaplanmıştır. SZÖ' nün alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarındaysa, SS için .83, SDZ için .81 ve KG için de .69 olarak ortaya çıkmıştır (Çetin, Yaman ve Peker, 2011).

3.3.4. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği

Araştırma, çocuk psikiyatri kliniğinde tedavi gören ve depresif bozukluk teşhisi alan klinik örnekleme ve toplum örnekleminin birleşiminden oluşmaktadır. Toplamda, 218 çocuk ve 160 ebeveyn ile çalışılmıştır. Değerlendirme sürecinde, DSM-5 Düzey 2 Depresyon Ölçeği yanı sıra Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ve Güçler ve Güçlükler Anketi Ebeveyn Formu kullanılmıştır. Güvenilirlik analizlerinde, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı çocuk ve ebeveyn formları için son derece yüksek bulunmuştur (sırasıyla 0,965 ve 0,952). Madde-toplam puan bağıntı katsayıları yüksek ve çok yüksek düzeydedir (çocuk formu için 0,725 ve 0,864; ebeveyn formu için 0,644 ve 0,839) ve istatistiksel olarak anlamlıdır. Yapı geçerliliğinde her iki formda da bir faktör elde edilmiş ve ölçeğin orijinal yapısıyla uyumlu olduğu belirlenmiştir. Birlikte geçerlilikte, ölçeğin çocuk formunun Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ile ebeveyn formunun ise Güçler ve Güçlükler Anketi Ebeveyn Formu ile anlamlı korelasyon gösterdiği saptanmıştır (sırasıyla $r=0,853$, $p<0,0001$; $r=0,682$, $p<0,0001$). Türkçe sürümüyle, DSM-5 Düzey 2 Depresyon Ölçeği klinik uygulamada ve araştırmalarda güvenilir ve geçerli bir şekilde kullanılabilir (Yalın Sapmaz, Yalın, Kavurma, Tanrıverdi, Öztekin, Köroğlu ve Aydemir, 2017).

3.4. Verilerin Toplanması

Bu çalışmanın verilerinin toplanmasında Tekirdağ İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden anket çalışması izni alınmıştır. Alınan izin yazısı doğrultusunda ölçekler ilgili yaş grubunun anlayabileceği ve kolaylıkla cevaplayabileceği bir düzene getirilerek çoğaltılmış ve okullara dağıtılmıştır. Örneklem grupları o sırada okul müdürlerinin uygun gördüğü öğretmenler aracılığıyla, uygun görünen sınıflardan toplanmıştır. Tüm ölçeklerin doldurulması 12-15 dk'lık süre içerisinde tamamlanmıştır. Ölçeğin uygulanmasında öğrencilerin gönüllülük esasına önem verilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Ortaokul öğrencilerinden toplanan veriler SPSS programı ile analiz edilmiştir. Analize başlamadan önce verilerin eksik olup olmadığı kontrol edilmiş, aykırı değerler incelenmiş ve veriler normal dağılım bakımından incelenmiştir. Verilerin normal dağılımının değerlendirilmesinde Kolmogorov-Smirnov değeri dikkate alınmıştır. Yapılan test sonucunda verilerin normal dağılmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p < .05$). Sonuç neticesinde nonparametrik testlerin yapılmasının daha doğru sonuçlar verebileceği değerlendirilmiştir. Daha sonra ölçeklerin Cronbach Alfa güvenirlik analizleri yapılmıştır. Ölçeklerin güvenirlik değerleri aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

Ölçekler	Cronbach Alfa
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	,95
Siber Zorbalık Ölçeği	,89
Depresyon Ölçeği	,93

Tablo incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin Cronbach'a Alpha değeri ,95, Siber zorbalık ölçeğinin Cronbach Alfa değeri ,89, depresyon ölçeğinin Cronbach Alfa değeri ise ,93 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Katılımcıların cinsiyet, kişisel cep telefonu/tableti olup olmama durumuna göre iki grup puan değerleri arasında bulunan farkın yorumlanması için Mann Whitney U testi, sınıf, günlük sosyal medyada geçirilen süre, sosyal medyaya girildiğinde harcanan süre bakımından farklılıkların belirlenmesi için ise Kruskal Wallis H testleri uygulanmıştır. Kruskal Wallis H testinin anlamlı çıkması durumunda ise farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit edilmesi için Games-Howell testi yapılmıştır. Ayrıca elde edilen verilerin yorumlanmasında yüzde, frekans, standart sapma, ortalama değerleri de hesaplanmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Ölçekler arasındaki korelasyon düzeyleri “0.00-0.29 arası” düşük, “0.30-0.69 arası” orta ve “0.70-1.00 arası” yüksek düzeyde ilişki olarak açıklanmıştır (Büyüköztürk, 2011). Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık davranışları ve sosyal medya bağımlılıkları depresyon düzeyini anlamlı bir şekilde

yordayıp yordamadığının belirlenmesi çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Veri setinin çoklu regresyon analizine uygun olup olmadığının belirlenmesi bakımından bazı varsayımlar incelenmiştir. Değişkenler arasındaki korelasyon değerinin .80 ve üzeri olması halinde çoklu bağlantı problemi meydana gelebileceği belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2011). Ölçekler arasındaki korelasyon değerleri dikkate alındığında çoklu bağlantı sorununa neden gösterebilecek bir ilişki bulunmadığı görülmüştür. Verilerde uç değerlerin bulunup bulunmadığının belirlenmesi için Cook's Distance değerleri incelenmiştir. Cook's Distance değerinin 1 den büyük olması durumunda karşıt değerlerin bulgular nezdinde belirleyici etkisi olduğu söylenebilir (Green, Salkind ve Akey, 2000). Bu doğrultuda Cook's Distance değeri minimum .00 maksimum ise .12 olarak hesaplanmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN BULGULARI

Araştırmanın bu bölümünde oluşturulan araştırma soruları doğrultusunda yapılan istatistiksel analizler yer almaktadır. Ayrıca analizler sonucunda elde edilen veriler yorumlanmıştır. Yapılan analizler oluşturulan araştırma sorularıyla aynı sırada ele alınmış ve yorumlanmıştır.

4.1. Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerine İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci, ikinci ve üçüncü araştırma sorusu doğrultusunda ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri incelenmiştir. Ortaokul öğrenciler tarafından verilen cevaplara ilişkin ortalamalar ve standart sapmalar aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

Tablo 4.1: Ortaokul öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerine İlişkin Ortalamalar ve Standart Sapmalar

Ölçekler	N	\bar{X}	Ss
Siber Zorbalık (<i>Ben Yaptım</i>)	443	1.28	.96
Sosyal Medya Bağımlılığı	443	2.04	.58
Depresyon	443	2.39	1.00

Tablo 4.1 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık düzeyi $\bar{X}=1.28$ (ss=.96), sosyal medya bağımlılık düzeyi $\bar{X}=2.04$ (ss=.68) ve depresyon düzeyi $\bar{X}=2.39$ (ss=1.00) olduğu görülmektedir. Tablonun analizi, ortaokul öğrencilerinin genel olarak düşük bir siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığı düzeyine sahip olduğunu, aynı zamanda depresyon düzeylerinin genellikle "hafif" ve "orta" arasında olduğunu göstermektedir.

4.2. Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması İle Elde Edilen Bulgular

Araştırmanın dördüncü araştırma sorusu doğrultusunda ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin cinsiyet, sınıf, günlük sosyal medyada geçirilen süre, sosyal medyaya girildiğinde harcanan süre, kişisel cep telefonu ya da tableti olup olmama durumu ve sosyal medya hesabına sahip olma ya da olmama bakımından anlamlı farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır.

Tablo 4.2’de ortaokul öğrencilerin siber zorbalık düzeyleri, sosyal medya bağımlılık düzeyleri ve depresyon düzeylerinin kız ve erkek öğrencilere göre kıyaslama bilgileri sunulmaktadır.

Tablo 4.2: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular

Ölçekler	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	P
Siber Zorbalık (<i>Ben Yaptım</i>)	Erkek	227	234.37	53202.00	21708.00	-2.13	0.03*
	Kız	216	209.00	54144.00			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Erkek	227	204.75	46477.50	20599.50	-2.91	0.00*
	Kız	216	240.13	51868.50			
Depresyon	Erkek	227	190.76	43301.50	17423.50	-5.26	0.00*
	Kız	216	254.84	55044.50			

p<0.05

Tablo 4.2’de ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı olarak farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesi için yapılan Mann Whitney U testine ilişkin sonuçlar bulunmaktadır. Sonuçlar incelendiğinde katılımcıların “siber zorbalık” (U=21708.00, z=-2.13, p<.05) ve “sosyal medya bağımlılığı” (U=20599.50, z=-2.91, p<.05) ve “depresyon” (U=17423.50, z=-5.26, p<.05) düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Siber zorbalık ölçeğinde belirlenen anlamlı farklılık, erkekler lehine (SO=234.37) iken; sosyal medya bağımlılığı (SO=240.13) ve depresyon (SO=254.84) ölçeklerindeki anlamlı farklılık ise kız öğrenciler lehine olarak gözlemlenmiştir.

Tablo 4.3'te ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin kişisel cep telefonu veya tableti olup olmama durumuna bakılarak kıyaslanmasıyla ulaşılan istatistiksel bilgiler sunulmaktadır.

Tablo 4.3: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Cep Telefonu veya Tableti Olup Olmama Durumuna Göre Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular

Ölçekler	Cep Telefonu veya Tableti	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	P
Siber Zorbalık (Ben Yaptım)	Var	327	236.62	77374.00	14186.00	-4.04	0.00*
	Yok	116	180.79	20972.00			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Var	327	235.31	76945.50	14614.50	-3.76	0.00*
	Yok	116	184.49	21400.50			
Depresyon	Var	327	232.79	76123.50	15436.50	-2.98	0.00*
	Yok	116	191.57	22222.50			

*p<0.05

Tablo 4.3'te ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin cep telefonu veya tableti olup olmama durumuna göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi için yapılan Mann Whitney U testine ilişkin sonuçlar bulunmaktadır. Sonuçlar incelendiğinde katılımcıların “siber zorbalık” (U=14186.00, z=-4.04, p<.05) ve “sosyal medya bağımlılığı” (U=14614.50, z=3.76, p<.05) ve “depresyon” (U=15436.50, z=-2.98, p<.05) düzeylerinin cep telefonu veya tableti olup olmama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Tablonun analizi, siber zorbalık ölçeğinde (SO=236.62), sosyal medya bağımlılık ölçeğinde (SO=235.31), ve depresyon ölçeğinde (SO=232.79) belirgin bir farkın, cep telefonu veya tablet sahipleri lehine olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 4.4'te ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık düzeyleri, sosyal medya bağımlılık düzeyleri ve depresyon düzeylerinin sosyal medya hesabı olup olmama durumuna göre kıyaslanması ile ulaşılan istatistiksel bilgiler sunulmaktadır.

Tablo 4.4: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Sosyal Medya Hesabı Olup Olmama Durumuna Göre Mann Whitney U Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular

Ölçekler	Sosyal Medya Hesabı	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	P
Siber Zorbalık (<i>Ben Yaptım</i>)	Var	319	240.29	76654.00	13942.00	-4.84	0.00*
	Yok	124	174.94	21692.00			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Var	319	238.79	76173.00	14423.00	-4.54	0.00*
	Yok	124	178.81	22173.00			
Depresyon	Var	319	233.40	74456.00	16140.00	-3.01	0.00*
	Yok	124	192.66	23890.00			

*p<0.05

Tablo 4.4'te ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin sosyal medya hesabı olup olmama durumuna göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi için yapılan Mann Whitney U testine ilişkin sonuçlar bulunmaktadır. Sonuçlar incelendiğinde katılımcıların “siber zorbalık” (U=13942.00, z=-4.84, p<.05) ve “sosyal medya bağımlılığı” (U=14423.00, z=-4.54, p<.05) ve “depresyon” (U=16140.00, z=-3.01, p<.05) düzeylerinin sosyal medya hesabı olup olmama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Değerlendirme sonuçlarına göre, siber zorbalık ölçeğinde (SO=240.29), sosyal medya bağımlılık ölçeğinde (SO=238.79) ve depresyon ölçeğinde (SO=233.40) belirgin farklılıkların, sosyal medya hesabı bulunan katılımcılarda olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.5'te ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon dereceleri kademe düzeyine bakılarak kıyaslanması ile ulaşılan istatistiksel veriler sunulmaktadır.

Tablo 4.5: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular

Ölçekler	Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Ki Kare	sd	P	Fark
Siber Zorbalık (Ben Yaptım)	5.Sınıf (1)	76	212.23	17.99	3	.00*	1-4
	6.Sınıf (2)	89	230.35				3-4
	7.Sınıf (3)	210	204.34				
	8.Sınıf (4)	68	276.50				
Sosyal Medya Bağımlılığı	5.Sınıf (1)	76	215.14	16.97	3	.00*	3-4
	6.Sınıf (2)	89	239.16				
	7.Sınıf (3)	210	201.54				
	8.Sınıf (4)	68	270.36				
Depresyon	5.Sınıf (1)	76	159.45	44.61	3	.00*	1-2 1-3 1-4
	6.Sınıf (2)	89	219.64				2-4
	7.Sınıf (3)	210	219.83				3-4
	8.Sınıf (4)	68	301.66				

*p<.05

Tablo 4.5 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri sınıf düzeyi değişkenine göre Kruskal Wallis H testi ile karşılaştırılmıştır. Analize göre, katılımcıların sınıf düzeyine göre siber zorbalık düzeyinde ($X^2(3)=17.99$, $p<.05$), sosyal medya bağımlılık düzeyinde ($X^2(3)=16.97$, $p<.05$) ve depresyon düzeyinde ($X^2(3)=22.61$, $p<.05$) anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır.

Ortaya çıkan farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi için Games-Howell testi yapılmıştır. Games-Howell testi sonucunda ortaokul öğrencilerin siber zorbalık düzeyindeki farklılığın 5. Ve 8. Sınıf ve 7. Ve 8. Sınıf öğrencilerinin arasında olduğu tespit edilmiştir. 8. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin (SO=276.50) siber zorbalık düzeyleri 5. Sınıf (SO=212.23) ve 7. Sınıfta (SO=204.34) öğrenim gören öğrencilerden anlamlı olarak daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeyindeki farklılığın 7. Ve 8. Sınıf öğrencilerinin arasında olduğu tespit edilmiştir. 8. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin (SO=270.36) sosyal medya bağımlılığı düzeyleri 7. Sınıfta (SO=201.54) öğrenim görenlerden anlamlı farklılığı olduğu neticesine ulaşılmıştır

Ortaokul öğrencilerinin depresyon düzeyindeki farklılığın 5. Ve 6. Sınıf, 5. Ve 7. Sınıf, 5. Ve 8. Sınıf, 6. Ve 8. Sınıf, 7. Ve 8. sınıf öğrencilerinin arasında olduğu tespit edilmiştir. 5. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin (SO=159.45) depresyon düzeyleri 6. Sınıfta (SO=219.64) 7. Sınıfta (SO=219.83) ve 8. Sınıfta (SO=301.66) öğrenim gören öğrencilerden anlamlı olarak daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca 8. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin (SO=301.66) depresyon düzeyleri 6. Sınıfta (SO=219.64) öğrenim gören ve 7. Sınıfta (SO=219.83) öğrenim gören öğrencilerden anlamlı olarak daha fazladır.

Tablo 4.6'da ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin günlük sosyal medyada geçirilen süreye göre kıyaslanması neticesinde ulaşılan istatistiksel bilgiler sunulmaktadır.

Tablo 4.6: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süreye Göre Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular

Ölçekler	Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süre (Pasif)	N	Sıra Ortalaması	Ki Kare	sd	P	Fark
Siber Zorbalık (Ben Yaptım)	0-60 dakika (1)	166	193.59	17.50	3	.00*	1-4
	1-2 saat (2)	115	224.86				2-4
	2-3 saat (3)	80	260.14				
	3 saat ve üzeri (4)	82	238.29				
Sosyal Medya Bağımlılığı	0-60 dakika (1)	168	150.61	106.14	3	.00*	1-2
	1-2 saat (2)	115	227.59				1-3
	2-3 saat (3)	80	265.69				1-4
	3 saat ve üzeri (4)	80	316.07				2-4 3-4
Depresyon	0-60 dakika (1)	168	193.20	31.59	3	.00*	1-4
	1-2 saat (2)	115	208.07				2-4
	2-3 saat (3)	80	235.57				3-4
	3 saat ve üzeri (4)	80	286.61				

*p<.05

Tablo 4.6 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri günlük sosyal medyada geçirilen süre değişkenine göre Kruskal Wallis H testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonucunda katılımcıların siber zorbalık düzeyi ($X^2(3)=17.50$, $p<.05$), sosyal medya bağımlılık düzeyi ($X^2(3)=106.14$, $p<.05$) ve depresyon düzeyinin ($X^2(3)=31.59$, $p<.05$) günlük sosyal medyada geçirilen süreye (pasif: sosyal medyada yapılan paylaşımların izleyicisi ve takipçisi olma durumuna göre) anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Ortaya çıkan farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi için Games-Howell testi yapılmıştır. Games-Howell testi sonucunda ortaokul öğrencilerin siber zorbalık düzeyindeki farklılığın sosyal medyada 0-60 dakika-3 saat ve üzeri ve 1-2

saat ve 3 saat ve üzeri zaman geçiren öğrenciler arasında olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, sosyal medya platformlarında 3 saat ve daha fazla zaman harcayan ortaokul öğrencilerinin (SO=276.50) siber zorbalık yapma durumları, 0-60 dakika zaman geçiren öğrencilere (SO=193.59) ve 1-2 saat zaman geçiren öğrencilere (SO=224.86) kıyasla anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur.

Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyindeki farklılığın sosyal medyada 0-60 dakika - 1-2 saat, 0-60 dakika - 2-3 saat, 0-60 dakika - 3 saat ve üzeri, 1-2 saat – 3 saat ve üzeri, 2-3 saat – 3 saat ve üzeri zaman geçiren katılımcılar arasında olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medyada 1-2 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=227.59) ve 2-3 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=265.69) sosyal medya bağımlılığı 0-60 dakika zaman geçiren öğrencilerin (SO=150.61) sosyal medya bağımlılığından anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Ek olarak sosyal medyada 3 saat ve daha fazla vakit harcayan ortaokul öğrencilerinin (SO=316.07) sosyal medya bağımlılığı 0-60 dakika zaman geçiren (SO=150,61) 1-2 saat zaman geçiren (SO=227.59) ve 2-3 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=265.69) sosyal medya bağımlılığından anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin depresyon düzeyindeki farklılığın sosyal medyada 3 saat ve daha fazla vakit harcayan ortaokul öğrencileri ile 0-60 dakika, 1-2 saat ve 2-3 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin arasında olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medyada 3 saat ve üstünde vakit harcayan ortaokul öğrencilerinin (SO=286.61.07) depresyon düzeyleri 0-60 dakika zaman geçiren (SO=193.20) 1-2 saat zaman geçiren (SO=208.07) ve 2-3 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=235.57) depresyon düzeylerinden anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir.

Tablo 4.7’de ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin sosyal medyaya girildiğinde harcanan süreye göre karşılaştırılması sonucunda elde edilen istatistiksel bilgiler sunulmaktadır.

Tablo 4.7: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Depresyon Düzeylerinin Sosyal Medyada Girildiğinde Harcanan Süreye Göre Kruskal Wallis H Testi İle Karşılaştırılması Sonucunda Elde Edilen Bulgular

Ölçekler	Sosyal Medyaya Girildiğinde Harcanan Süre (Aktif)	N	Sıra Ortalaması	Ki Kare	Sd	P	Fark
Siber Zorbalık (Ben Yaptım)	5-10 dakika (1)	95	189.76	26.85	4	.00*	1-5
	11-30 dakika (2)	112	199.18				
	31-60 dakika (3)	137	227.51				
	61-120 dakika (4)	50	257.30				
	121 ve üzeri (5)	49	285.21				
Sosyal Medya Bağımlılığı	5-10 dakika (1)	95	180.63	74.86	4	.00*	1-5
	11-30 dakika (2)	112	195.29				2-5
	31-60 dakika (3)	137	213.43				3-5
	61-120 dakika (4)	50	248.73				4-5
	121 ve üzeri (5)	49	359.91				
Depresyon	5-10 dakika (1)	95	198.74	34.81	4	.00*	1-5
	11-30 dakika (2)	112	186.87				2-3 2-5
	31-60 dakika (3)	137	237.09				3-5
	61-120 dakika (4)	50	220.82				4-5
	121 ve üzeri (5)	49	306.39				

*p<.05

Tablo 4.7 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri sosyal medyaya girildiğinde harcanan süre değişkenine göre Kruskal Wallis H testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonucunda katılımcıların siber zorbalık ($X^2_{(4)}=26.85$, $p<.05$), sosyal medya bağımlılık düzeyi ($X^2_{(3)}=74.86$, $p<.05$) ve depresyon düzeyinin ($X^2_{(3)}=34.81$, $p<.05$) sosyal medyada girildiğinde harcanan süreye (aktif: karşılıklı mesajlaşma, içerik paylaşımı vb.) göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır.

Ortaya çıkan farklılıklarının hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi için Games-Howell testi yapılmıştır. Games-Howell testi sonucunda ortaokul öğrencilerin

siber zorbalık düzeyindeki farklılığın sosyal medyaya girdiğinde 5-10 dakika ve 121 dakika ve daha fazla dakika geçiren öğrenciler arasında olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medyada 121 dakika ve daha fazla vakit geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=285.21) siber zorbalık yapma durumları 5-10 dakika (SO=189.76) zaman harcayan öğrencilerden daha fazla siber zorbalık yaptıkları tespit edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyindeki farklılığın sosyal medyaya girdiğinde 121 ve üzeri dakika geçiren öğrenciler ile 5-10 dakika, 11-30 dakika, 31-60 dakika, 61-120 dakika zaman geçiren öğrenciler arasında olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medyaya girdiğinde 121 dakika ve üzeri dakika geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=359.91) sosyal medya bağımlılığı 5-10 dakika (SO=180.63), 11-30 dakika (SO=195.29), 31-60 dakika (SO=213.43) 61-120 dakika (SO=248.73) zaman geçiren öğrencilerin sosyal medya bağımlılığından anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin depresyon düzeyindeki farklılığın sosyal medyaya girdiğinde 121 ve üzeri dakika geçiren öğrenciler ile 5-10 dakika, 11-30 dakika, 31-60 dakika, 61-120 dakika zaman geçiren öğrenciler arasında olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca 31-60 dakika geçiren öğrenciler ile 11-30 dakika geçiren öğrenciler arasında da anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sosyal medyaya girdiğinde 121 dakika ve üzeri dakika geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=306.39) depresyon düzeyi 5-10 dakika (SO=198.74), 11-30 dakika (SO=186.87), 31-60 dakika (SO=237.09) 61-120 dakika (SO=220.82) zaman geçiren öğrencilerin depresyon düzeyinden anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca sosyal medyaya girdiğinde 31-60 dakika geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=237.09) depresyon düzeyi, 11-30 dakika (SO=186.87) zaman geçiren öğrencilerin depresyon düzeyinden anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir.

4.3. Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Beşinci araştırma sorusu kapsamında ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri Pearson Korelasyon Testi ile analiz edilmiştir. Pearson Korelasyon Testi neticesinde elde edilen sonuçlar Tablo 4.8’de sunulmaktadır.

Tablo 4.8: Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki Korelasyon

Ölçekler ve Faktörler	Siber Zorbalık	Sosyal Medya Bağımlılığı	Depresyon
Siber Zorbalık(Ben Yaptım)	1		
Sosyal Medya Bağımlılığı	.30*	1	
Depresyon	.37*	.51*	1

P<0.1

Tablo 4.8’de ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeyleri arasındaki Pearson Korelasyon değerleri görülmektedir. Ortaokul öğrencilerinin “siber zorbalık” düzeyleri ile “sosyal medya bağımlılıkları” arasında ($r=0.30$; $P<0,01$), “orta düzeyde”, “siber zorbalık” düzeyleri ile “depresyon” düzeyleri arasında ($r=0.37$; $P<0,01$) “orta düzeyde” ve “sosyal medya bağımlılığı” ile “depresyon” düzeyleri arasında ($r=0.51$; $P<0,01$), “orta düzeyde” ilişkisi olduğu görülmektedir.

4.4. Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık Davranışları ve Sosyal Medya Bağımlılıkları Depresyon Düzeyini Yordamasına Yönelik Bulgular

Altıncı alt problem kapsamında ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık davranışlarının ve sosyal medya bağımlılıklarının depresyon düzeyini yordayıp yordamadığını belirlemek için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. “Parametrik olmayan regresyon parametrik regresyonun önerdiği modelin geçerliliğini doğrulamak için kullanılabilir

ya da tam tersi, veriye uygun model parametrik olmayan model tarafından yapılan tahmine göre kurulabilir” (Tezcan, 2012: 341). Çoklu regresyon analizi sonucunda elde edilen istatistiksel değerler Tablo 4.9’da sunulmaktadır.

Tablo 4.9: Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Depresyon	B	SH _B	T	β	p
Sabit	1.04	.11	9.47		.00
Siber Zorbalık (Ben Yaptım)	.44	.05	9.75	.43	.00
Sosyal Medya Bağımlılığı	.34	.08	4.53	.20	.00
n=443, R=.54, R ² =.29, F=90.12, p<.01					

Tablo 4.9 incelendiğinde katılımcıların siber zorbalık davranışlarının ve sosyal medya bağımlılıklarının depresyon düzeyini pozitif olarak yordadığı söylenebilir (R²=.29; F=90.12, p<.01). Katılımcıların siber zorbalık davranışları ve sosyal medya bağımlılıkları depresyon düzeylerine ilişkin toplam varyansın %29’unu anlamlı bir şekilde açıklamaktadır. Elden edilen veriler siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılık düzeylerinin depresyon düzeyinin önemli ölçüde yordayıcısı olduğu yapılan bu çalışmada tespit olunmuştur.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma kapsamında elde edilen bulgular bu bölümde sonuçlandırılarak, sonuçlar alanda yapılmış benzer çalışmaların sonuçları ile karşılaştırılmıştır. Öneriler bölümünde öğretmenlere, velilere ve bu alanda çalışan akademisyenler için önerilere yer verilmiştir.

5.1. Sonuç ve Tartışma

Yapılan çalışmada ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin tespitinde ortalama ve standart sapma değerleri dikkate alınarak elde edilen bulgulara; siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığının düşük, depresyon düzeyinin ise orta düzeyde olduğu bulunmuştur.

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerine İlişkin Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmanın bulgularında; siber zorbalık ölçeği ortalaması 1.28 standart sapması .96, sosyal medya bağımlılığı ölçeğinde ortalama 2.04 standart sapması .58 olarak tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre yapılan çalışmada ortaokul düzeyindeki öğrencilerin siber zorbalık düzeyleri ve sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük olduğu tespit olunmuştur. Benzer şekilde Bolat ve Korkmaz, (2021) tarafından yapılan çalışmada da ortaokul kademesindeki öğrencilerin siber zorbalık düzeyleri ve sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük olarak tespit edilmiştir. Siber zorbalık, alevlendirme (kişisel saldırılar), taciz (ayrımcı davranış), aşağılama (karalayıcı bilgileri yayma), maskeleye (kendini yanlış tanıtmak), gezi ve hile (özel bilgileri yayma), sosyal dışlama (birini kasıtlı olarak dışarıda bırakma) ve siber taciz (bir başkasını korkutmak) dahil olmak üzere birçok şekilde olabilir. Fiilin türü ne olursa olsun, siber zorbalık saldırgan bir davranıştır (Bauman, 2011). Amerika Birleşik Devletleri'ndeki ortaokul öğrencileri arasında araştırmacılar, siber zorbalık faillerinin %72'sinin birine misilleme yapmak için siber zorbalık yaptıklarını, %22'sinin komik olduğu için siber zorbalık yaptıklarını, %17'sinin zarar vereceğini fark etmeden siber zorbalık yaptıklarını ve %17'sinin siber zorbalık yapmadıklarını bildirdi (Mark ve Ratliffe, 2011). Alanda yapılan bir başka çalışma olan araştırmada ise Çin'de üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırma (Huang vd., 2021) kapsamında çevrim içi oyunlarda karşılaşılan siber

zorbalık durumlarına odaklanarak; cinsiyet, kaygı belirtileri, internet bağımlılığı, oyun süresi ve oyunlardaki şiddet içeren unsurlar, Çin'deki üniversite öğrencileri arasında sosyal medya ve çevrim içi oyunlardaki siber zorbalıkla ilişkilendirilmiştir. Sonuç olarak, Çin'deki üniversite öğrencileri arasında sosyal medyada ve çevrim içi oyunlarda siber zorbalığın yaygın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer taraftan da çalışmalar, siber zorbalığın gerçek zorbalıkla olumlu bir şekilde ilişkili olduğunu bulmuştur; bu çevrim içi olarak başkalarına zorbalık yapanların gerçek hayatta başkalarına zorbalık yapma olasılıklarının daha yüksek olduğu ve bunun tersinin de geçerli olduğu anlamına gelir (Ojanen, vd., 2015; Katzer vd., 2009). Bunun yanında Kowalski ve meslektaşları (2014) tarafından yapılan 113 çalışmanın incelendiğinde, siber zorbalığın ergenlik dönemindeki ruh sağlığı sorunlarıyla ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır; bazı durumlarda intihara yol açmıştır (Hinduja ve Patchin 2010). Zorbalık çevrim içi ortamda fiziksel yakınlıktan daha kötü olabilir, zorbanın kimliğinin gizli kalması, toplum içinde kaçınılmaz bir utançtır (Slonje, vd., 2013).

Siber zorbalık, ergenliğin başlangıcında olan ortaokul öğrencilerinin fiziksel ve zihinsel sağlığı üzerinde korkunç bir etkiye sahip olabilir. Şiddetli siber zorbalık vakalarına maruz kalanlardan bazıları kaygı, depresyon ve intihar eğilimleri geliştirebilir. Çağın gelişmesiyle birlikte internet sektörü büyük ilerleme kat etmiş ve günlük hayatımıza başarıyla entegre olmuştur. Bilgi ve iletişim teknolojisi, insanların ilişkilerini ele alma biçimleri üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. Bu durum iki ucu keskin bir kılıca benzetilebilir. En ciddi olumsuz etkinin ise, internetin bireylere veya gruplara kötü niyetli, tekrarlayan ve düşmanca zarar vermek için kullanılması anlamına gelen siber zorbalık olduğu söylenebilir.

Sosyal medyanın bağımlılık düzeyinde kullanımı yüz yüze ilişkilerden uzaklaştırabilir, anlamlı faaliyetlere yapılan yatırımı azaltabilir, daha fazla ekran zamanını teşvik ederek hareketsiz davranışı artırabilir, internet bağımlılığına yol açabilir ve olumsuz sosyal karşılaştırmalar yoluyla benlik saygısını aşındırabilir. Bu durum ergenlerde düşük kendilik değeri geliştirmesine sebep olabilir. Ayrıca sosyal medya bağımlılığının depresyonu artırma nedenlerinden biri olarak, sosyal medyayı kullanan kişilerin elektronik yollarla kurdukları ilişkinin duygusal yönden daha düşük tatmin sağlaması ve kendilerini sosyal olarak yalıtılmış hissetmelerine neden olması olarak açıklanabilir. Sosyal medyada daha fazla zaman geçirmek, aile üyeleriyle daha az iletişim anlamına gelir, bu da aile üyeleriyle aralarındaki bağın bozulmasına ve çatışma

yaşanmasına yol açarak depresyona yol açabilir. Sosyal izolasyon, bireyin sosyal aidiyet duygusundan, başkalarıyla gerçek bağlılıktan ve tatmin edici ilişkilerden yoksun olduğu bir durum olarak açıklanabilir.

Depresyon düzeyine ilişkin elde edilen bulgularda ortalama değerinin 2.39 standart sapmasının 1.00 olduğu tespit edilmiştir. Bu karşılaştırmadan ulaşılan sonuç neticesinde depresyon düzeyinin orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Depresyon kaynaklarından biri, gençlerin sosyal medyada zaman geçirirken yapmadıkları şeyler olabilir; fiziksel aktivite ve yeni beceriler öğrenmek ve yetenek geliştirmek gibi başarı hissi uyandıran şeylerin yapılmaması olumsuz bir benlik algısı geliştirilmesine sebep olabilir. Karaca vd., (2021)' nin yaptığı çalışmada da ortaokul öğrencilerinde depresyon düzeyinin orta düzeyde olması mevcut çalışma ile örtüşmektedir. Depresif ya da kaygılı gençler mahremiyet konusunda her zaman mantıklı kararlar vermezler, bazen kişisel detayları daha sonra pişman olacakları şekilde ifşa ederler (McKenna, vd., 2002). Çevrim içi dürtüsel davranışlar gelecekteki kariyerleri tehlikeye atabilir ve bazı durumlarda çocuklar bu davranışları yaymakla suçlanabilir. İster geleneksel bilgisayar ekranında ister mobil cihazda olsun, gençler sosyo-ekonomik durum fark etmeksizin sosyal medyayı kullanıyor. Çevrim içi sosyal medyanın kitlesel kullanımından önceki epidemiyolojik veriler, bu yaş grubunda yüksek bir depresyon riski gösteriyor; majör depresif bozukluk prevalansının %2-5 olduğu tahmin ediliyor (Costello, vd., 2003). Ancak son raporlar, depresyonlu gençlerde endişe verici bir artış olduğunu göstermekte (Ulusal İstatistik Ofisi, 2014). İnternet ve ilgili sosyal eğilimler, gençlerde psikolojik morbiditenin artmasında önemli bir faktör olarak görülmekte. Depresyona katkıda bulunan önemli etkenlerden biri de sosyal medyanın fazla kullanılmasına bağlı olarak uyku yoksunluğu olabilir. Ekranlardan yayılan mavi ışık uykuya dalmayı engelleyebilir. Bunun sonucunda yeterli düzeyde dinlenme sağlanamadığında oluşan fiziksel yorgunlukların depresyon düzeyini yükseltebileceği düşünülmektedir.

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Karşılaştırılması İle Elde Edilen Bulgulara Yönelik Tartışma ve Sonuç

Elde edilen bulguda, en önemli değişkenlerden biri olan ve alanda yapılan her araştırmada gündeme gelen cinsiyet değişkeninin anlamlı bir şekilde farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Siber zorbalık erkek öğrenciler lehinedir. Benzer şekilde Toraman ve

Usta, (2018a) tarafından gerçekleştirilen araştırma kapsamında da erkek öğrencilerin siber zorbalık yapma durumlarının kız öğrencilerin siber zorbalık yapma düzeylerinden fazla olduğu tespit olunmuştur. Sosyal medya bağımlılığı ve depresyon ise kız öğrenciler lehinedir. Sosyal medya bağımlılığının, internet kullanımının erkek öğrencilerde daha yaygın olmasına rağmen, kız öğrenciler lehine olması çeşitli nedenlere bağlanmaktadır. Örneğin; Bonn Üniversitesinde gerçekleştirilen bir araştırma kapsamında, kadınların genetik yönden bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğuna dair kanıtlar ortaya koyulmaktadır (Nakaya, 2014). Araştırmalar, kızların interneti çoğunlukla ilişkisel amaçlar için kullandıklarını (dolayısıyla sosyal medyanın en yüksek kullanıcıları olduklarını), erkeklerin ise daha çok video oyunları gibi araçsal faaliyetler için kullandıklarını defalarca göstermiştir (Park, 2009; Kuss ve Griffiths, 2012). Ergen kızların ve yetişkin kadınların sosyal ağlarda erkeklerden daha fazla zaman geçirdikleri ve sosyal ağları ilişkisel amaçlar için kullanma olasılıklarının daha yüksek olduğu, oysa erkeklerin sosyal ağları genel bilgi aramak için kullanma olasılıklarının daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Brooks ve Longstreet, 2015). Ayrıca kadınlarda depresyon yaygınlığı erkeklere göre en az iki kat daha fazladır ve bu cinsiyet farkı ergenlerde daha da belirgindir. Sampasa-Kanyinga ve Lewis (2015) tarafından Kanadalı gençlerle yapılan bir çalışmada, erkeklerin %29'una kıyasla kızların %71'i sosyal ağları günde 2 saatten fazla kullandığı sonucuna varmıştır. Birleşik Krallık' da 14-15 yaş arası çocuklara yönelik bir anket çalışmasında (Sağlık Bakanlığı ve NHS İngiltere 2015), kızların erkeklere göre iki kat daha fazla yaygın akıl hastalığı semptomlarından muzdarip olduğunu gösterdi (%37-15). Anksiyete veya depresyonu olan kızların oranı, 10 yıl önceki ankete göre %10 arttı. Uzmanlar tarafından tartışılan çeşitli faktörler arasında sosyal medyanın aşırı kullanımı da vardı (Times, 22 Ağustos 2016). Akıl sağlığı sorunları vaka tespitinde cinsiyete bağlı farklılıkların da dikkate alınması gerekir, çünkü kızların yardım arama olasılığı daha yüksektir. Cinsiyet farklılıkları önemli bir husustur. Rodgers, vd., (2013), beden imajı kaygılarının, erkek kullanıcıların değil, genç kadınların sosyal medya kullanımıyla ilişkili olduğunu buldu; bu tür algılar yeme sorunlarına ve ergen uyumunun daha kötü sonuçlarına yol açabilmektedir. Rodgers ve Melioli (2016) tarafından ergenlikte internet kullanımı ve beden imajı endişeleri üzerine yapılan 67 çalışmanın incelenmesi, bu bağlantıya ilişkin çeşitli teorik bakış açılarını tanımlamıştır. Çevrim içi kendini ifşa stresi azaltabilir, destekleyici mesajlar üretir ve bir kişinin profilini yükseltir ancak hassas bilgilerin kontrolü kaybedilir (Tamir ve Mitchell, 2012).

Depresyon düzeyindeki farklılık ise ergenliğin başlamasının kız öğrencilerde erkeklerde olduğu gibi aynı olumlu etkiyi göstermemesi olarak açıklanabilir. Bazı araştırmalar, depresyon belirtileri ile sosyal ağ kullanımı arasındaki ilişkinin kadınlarda erkeklerden daha güçlü olduğunu bulmuştur (örn. Brooks ve Longstreet 2015).

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerinin Kişisel Cep Telefonu veya Tableti Olup Olmama Durumuna Göre Elde Edilen Bulgulara Yönelik Tartışma ve Sonuç

Ortaokul öğrencilerinin demografik bilgiler formunda belirtilen cep telefonu veya tableti olma durumuna göre elde edilen sonuçlar anlamlı bir biçimde farklılaşma göstermiştir. Siber zorbalık ölçeğinde (SO=236,62), sosyal medya ölçeğinde (SO=235,31) ve depresyon ölçeğinde (SO=232,79) anlamlı farklılığın cep telefonu veya tableti olanlar lehine olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Bu madde alanda yapılan araştırmalarda öne çıkan bir madde olmamakla birlikte, günümüzde çocukların neredeyse büyük bir çoğunluğunun kişisel eşya olarak cep telefonu veya tableti olduğu, bu teknolojik cihazlara sahip olmanın ve erişimin çok yaygın olduğu söylenebilir. Sezer Efe, Erdem ve Vural (2021), tarafından yapılan makale kapsamında internet ve bilişim teknolojilerine ulaşım kolaylığına sahip olan öğrencilerin zorbalık ve bağımlılık oranları yüksek çıkmıştır. Sosyal medyaya bağımlı olan kişilerin sayısının, özellikle ergen bireyler tarafından akıllı telefonların ve tabletlerin kullanımının artması ile yükseldiği söylenebilir. Bu nedenle ebeveynlerin çocuklarına ödül niteliğinde ve çok küçük yaşlardan itibaren teknolojik araçları temin etmeleri sonucunda bu araçların çocuklar tarafından kontrolsüz ve bilinçsiz bir şekilde kullanılmaları; siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve bunların sonucunda oluşan depresyon durumları ile çocukların erken yaşlarda tanışmalarına neden olacağı düşünülmektedir. Özellikle ergenlik başlangıcında olan ve rol/model arayışı artan ortaokul öğrencileri ile ebeveynlerinin daha fazla ve kaliteli zaman geçirmeye özen göstermeleri önerilir.

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerinin Sosyal Medya Hesabı Olup Olmama Durumuna Göre Elde Edilen Bulgulara Yönelik Tartışma ve Sonuç

Sosyal medya hesaplarına sahip olma değişkenine göre incelenen siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon değişkenleri sonucunda anlamlı bir farklılaşma elde edilmiştir. Sosyal medya hesaplarına sahip olma değişkeni bu araştırmanın problemi ve amacını yerine getirmesi noktasında önemli bir değişkendir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, siber zorbalık ölçeğinde (SO=240,29), sosyal medya ölçeğinde (SO=238,79) ve depresyon ölçeğinde (SO=233,40) anlamlı olarak farkın sosyal medya hesabı olan öğrenciler lehinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Genel ağın en çok kullanılan mecralarından birisi de sosyal medyadır. Sosyal medya; bireylerin dil, din, ırk, coğrafya, cinsiyet ve kültürel olarak fark gözetmeksizin her daim aktif olmalarına imkân vermektedir. Özellikle akıllı telefon ve tabletlerin yaygınlaşması ile birlikte sosyal medya mecraları da genişlemiştir. Kişi başı kullanılan sosyal ağ uygulamaları ülkeler arasında farklılıklar göstermektedir. Türkiye’de ortalama 2,5 sosyal ağ kullanılmaktadır (Emmanuel ve Halfbob, 2016).

Sosyal medyanın ruh sağlığı üzerindeki etkisine ilişkin çeşitli sosyo-kültürel teoriler ortaya çıkmıştır. İnternet, akran baskısından büyük ölçüde etkilenen gençler için çetin bir ortam olabilir. Wu ve arkadaşları (2016) tarafından internetin sosyal amaçlarla kullanımına ilişkin bir araştırma, genç insanlar için önemli bir güdünün sosyal bağlılıklarının olumlu bir şekilde güçlendirilmesi olduğunu gösterdi. İnternet, psikanalist Erik Erikson'un (1980) insan ömrünün sekiz aşamasına ilişkin modelinin ergenlik döneminde vurguladığı kimikleşme sürecini değiştiriyor olabilir. Her aşama, bir sonraki aşamaya başarılı bir şekilde ilerlemek için çözülmesi gereken bir çatışma sunar. Gençlerin çoğu ergenliğin stresini ve zorluklarını aşar, ancak bazıları bocalar. Ergenlikten yetişkinliğe başarılı bir ilerleme, sosyal çevre tarafından onaylanan ve ödüllendirilen sosyal becerilerin kazanılmasını gerektirir. Ergenlikte romantik yakınlığın ve cinsel ilginin ortaya çıkmasıyla arkadaşlıklar daha karmaşık hale geldikçe, mahremiyete ihtiyaç duyulur, ancak sosyal medya kişisel bilgilerin açıklığını ve ifşasını teşvik eder. Wängqvist ve Frisén (2016) tarafından çevrim içi kimlik geliştirme çalışmalarının gözden geçirilmesi, çevrim dışı iletişimde kısıtlanan kimliğin yönlerinin çevrim içi olarak serbestçe ifade edildiğini ve internet iletişimindeki anonimliğin tutarlı kimlik oluşumu için çıkarımları olduğunu göstermiştir.

Yetişkinlikte görülen ciddi ruh sağlığı sorunlarının büyük bir bölümü ergenlik döneminde ortaya çıkmaktadır (Kessler, vd., 2005; Children ve Young People's Health Outcomes Forum 2012). Geleneksel arkadaşlık ortamlarından çok daha geniş bir sosyal çevreyle, iletişimin çoğunun yüzeysel olduğu söylenebilir (Grieve, vd., 2013). Sanal gerçeklik, bazı kullanıcılar için gerçek dünya haline gelebilir, öyle ki; yalnızca siber evren aracılığıyla tanınan arkadaşlar, bir zaman sonra güven verici ilişkiler haline gelir (McKenna, vd., 2002). 2013 yılında klasik cep telefonu satışlarını geride bırakan internet bağlantılı akıllı telefonların piyasaya sürülmesinden bu yana, Snapchat ve WhatsApp gibi anlık mesajlaşma siteleri standart iletişim araçları haline geldi. ABD'de son veriler, 15-17 yaş arası kişilerin %93' ünün telefon veya tablet aracılığıyla mobil internet erişimine sahip olduğunu gösteriyor; Facebook platformu popülerliğini sürdürürken, Instagram ve Twitter'ın genç bireyler arasında daha çok tercih edildiği tespit edilmiştir (Statista, 2016).

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Karşılaştırılması İle Elde Edilen Bulgulara Yönelik Tartışma ve Sonuç

Diğer bulgu sonucunda ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin sınıf kademelerine göre anlamlılık bakımından farklılaştığı tespit edilmiştir. Araştırma kapsamının geniş tutulması noktasında ortaokul düzeyindeki dört farklı sınıf düzeyinden veriler toplanmıştır. Yapılan incelemeler neticesinde ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon düzeylerinin kademelere göre önemli olarak farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Ortaokul öğrencilerin siber zorbalık düzeyindeki farklılığın 5. Ve 8. Sınıf ve 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinin arasında olduğu tespit edilmiştir. 8. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin (SO=276.50) siber zorbalık düzeyleri 5. Sınıf (SO=212.23) ve 7. Sınıfta (SO=204.34) öğrenim gören öğrencilerden anlamlı olarak daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Ortaokul öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı düzeyindeki farklılığın 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinin arasında olduğu tespit edilmiştir. 8. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin (SO=270.36) sosyal medya bağımlılığı düzeyleri 7. Sınıfta (SO=201.54) öğrenim görenlerden anlamlılık bakımından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ortaokul öğrencilerinin depresyon düzeyindeki farklılığın 5. ve 6. Sınıf, 5. ve 7. Sınıf, 5. ve 8. Sınıf, 6. ve 8. Sınıf, 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin arasında olduğu tespit edilmiştir. 5. Sınıfta öğrenim gören

öğrencilerin (SO=159.45) depresyon düzeyleri 6. Sınıfta (SO=219.64) 7. Sınıfta (SO=219.83) ve 8. Sınıfta (SO=301,66) öğrenim gören öğrencilerden anlamlı olarak daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca 8. Sınıfta öğrenim gören öğrencilerin (SO=301.66) depresyon düzeyleri 6. Sınıfta (SO=219.64) öğrenim gören ve 7. Sınıfta (SO=219.83) öğrenim gören öğrencilerden anlamlı olarak daha fazladır. Bolat ve Korkmaz (2021) tarafından yapılan araştırma kapsamında da benzer sonuçlara ulaşılması bulguyu destekler niteliktedir. Yaş aralıkları yükseldikçe dolayısı ile sınıf düzeylerin de yükselmesine bağlı olarak geleneksel zorbalıkların yerini siber zorbalıklara bıraktığı düşünülmektedir. Öz ve Levent, (2022)'in yaptığı çalışma bu görüşü desteklemektedir. Fakat alanda yapılan bazı çalışmalarda ise (Akdemir, 2013; Atalay, 2014; Hazar, 2011; Koyuncu vd. 2012; Güney ve Taştepe 2020) sınıf düzeyleri arasında farklılık yoktur. İlgili çalışmalarda benzer yaş grupları benzer özellikleri göstermesi sebebiyle farklılık olmadığı savunulmaktadır.

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerinin Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süreye Göre Karşılaştırılması ile Elde Edilen Bulgulara Yönelik Tartışma ve Sonuç

Sosyal medyada harcanan zaman değişkenine dayalı veriler, özellikle sosyal medya platformlarında 3 saat ve üstünde vakit harcayan ortaokul öğrencilerinin (SO=276.50), siber zorbalık yapma durumlarının 0-60 dakika (SO=193.59) ve 1-2 saat (SO=224.86) vakit harcayan öğrencilere kıyasla anlamlı seviyede daha fazla olduğu tespit olunmuştur. Sosyal medyada 1-2 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=227.59) ve 2-3 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=265.69) sosyal medya bağımlılığı 0-60 dakika zaman geçiren öğrencilerin (SO=150.61) sosyal medya bağımlılığından anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca sosyal medya platformlarında 3 saat ve daha fazla vakit harcayan ortaokul öğrencilerinin (SO=316.07) sosyal medya bağımlılığı 0-60 dakika zaman geçiren (SO=150.61) 1-2 saat zaman geçiren (SO=227.59) ve 2-3 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=265.69) sosyal medya bağımlılığından anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Ortaokul öğrencilerinin depresyon düzeyindeki farklılığın sosyal medyada 3 saat ve üzeri zaman geçiren ortaokul öğrencileri ile 0-60 dakika, 1-2 saat ve 2-3 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin arasında olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medya platformlarında 3 saat ve daha fazla vakit harcayan ortaokul öğrencilerinin (SO=286,61.07) depresyon düzeyleri 0-60 dakika zaman geçiren

(SO=193,20) 1-2 saat zaman geçiren (SO=208.07) ve 2-3 saat zaman geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=235,57) depresyon düzeylerinden anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Young (2009), yaptığı çalışmada haftalık artan çevrimiçi sürelerin bağımlılığı arttırdığını ve 38 saat ve üzeri zaman geçirenleri bağımlı olarak tanımlamıştır. Sosyal medyada geçirilen sürelerin artmasında aile içi iletişimin yetersizliği, çalışan ebeveynlerin çocuklarına fazla zaman ayıramaması, ilişkilerde sosyal medyanın daha çok tercih edilmesi gibi nedenler gösterilebilir.

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeylerinin Sosyal Medyada Girildiğinde Harcanan Süreye Karşılaştırılması ile Elde Edilen Bulgulara Yönelik Tartışma ve Sonuç

Ortaokul öğrencilerin siber zorbalık düzeyindeki farklılığın sosyal medyaya girdiğinde 5-10 dakika ve 121 dakika ve daha fazla dakika geçiren öğrenciler arasında olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medyada 121 dakika ve daha fazla vakit harcayan ortaokul öğrencilerinin (SO=285.21) siber zorbalık yapma seviyeleri 5-10 dakika (SO=189.76) vakit harcayan öğrencilerden anlamlılık bakımından daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı düzeyindeki farklılığın sosyal medyaya girdiğinde 121 dakika ve daha fazla vakit harcayan öğrenciler ile 5-10 dakika, 11-30 dakika, 31-60 dakika, 61-120 dakika zaman geçiren öğrenciler arasında olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medyaya girdiğinde 121 dakika ve üzeri dakika geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=359.91) sosyal medya bağımlılığı 5-10 dakika (SO=180.63), 11-30 dakika (SO=195.29), 31-60 dakika (SO=213.43) 61-120 dakika (SO=248.73) zaman geçiren öğrencilerin sosyal medya bağımlılığından anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin depresyon düzeyindeki farklılığın sosyal medyaya girdiğinde 121 ve üzeri dakika geçiren öğrenciler ile 5-10 dakika, 11-30 dakika, 31-60 dakika, 61-120 dakika zaman geçiren öğrenciler arasında olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca 31-60 dakika geçiren öğrenciler ile 11-30 dakika geçiren öğrenciler arasında da anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sosyal medyaya girdiğinde 121 dakika ve üzeri dakika geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=306.39) depresyon düzeyi 5-10 dakika (SO=198.74), 11-30 dakika (SO=186.87), 31-60 dakika (SO=237.09) 61-120 dakika (SO=220.82) zaman geçiren öğrencilerin depresyon düzeyinden anlamlı olarak daha

fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca sosyal medyaya girdiğinde 31-60 dakika geçiren ortaokul öğrencilerinin (SO=237.09) depresyon düzeyi, 11-30 dakika (SO=186.87) zaman geçiren öğrencilerin depresyon düzeyinden anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Öncelikle elde edilen bulgunun tablo 4.6 daki değişken ile “Günlük Sosyal Medyada Geçirilen Süreye Göre” farkının, sosyal medyada fikir paylaşma, mesajlaşma, oyun oynama, araştırma amaçlı vb. aktif olarak iletişim halinde olmanın temel problemler ile karşılaştırılarak farklılıklara sebep olup olmayacağı düşüncesinden hareketle araştırılmıştır. Aktif olarak zaman geçirmenin sosyal medya süresini artıracaklarını, buna bağlı olarak da siber zorbalık ve depresyon düzeylerinde yükselişlerin olacağı tahmin edilmektedir. 2016 yılında elde edilen verilerde dünya nüfusunun %46’sı (3.5 milyar) olan internet kullanıcısının %67’si (2.5 milyar) aktif olarak sosyal medya kullandığı ortaya çıkmıştır (Kemp, 2016). Ayrıca dinlenme, spor yapma, kültürel ve sanatsal etkinliklere katılma gibi serbest zaman etkinliklerinin sosyal medyada aktif olarak geçirilen süre sebebiyle yapılamamasının da önemli bir eksiklik oluşturacağı düşünülmektedir. Hızlı bir fiziksel ve ruhsal dönüşüm dönemi olan ergenlik döneminin ekran başında harcanması her iki açıdan da olumsuz sonuçlar yaratacaktır.

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişki Bulgularına Yönelik Tartışma ve Sonuç

Ortaokul öğrencilerinin “siber zorbalık” düzeyleri ile “sosyal medya bağımlılıkları” arasında ($r=0,30$; $P<0,01$), “orta düzeyde”, “siber zorbalık” düzeyleri ile “depresyon” düzeyleri arasında ($r=0,37$; $P<0,01$) “orta düzeyde” ve “sosyal medya bağımlılığı” ile “depresyon” düzeyleri arasında ($r=0,51$; $P<0,01$), “orta düzeyde” ilişki olduğu görülmektedir. Geleneksel zorbalıkların öğrenilen bir davranış olması gibi siber zorbalık davranışının da öğrenilen bir davranış olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda ortaokul öğrencilerinin yaşadıkları fiziksel zorbalıkların benzer biçimde sanal ortamda da siber zorbalık olarak karşılırlarına çıktığı, sosyal medyayı hayatlarında önemli bir yerde tuttukları ve bu günlük rutin arasında çeşitli değişkenlere göre depresyon yatkınlıkları olabileceği araştırmanın nihai sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. Sosyal medya mecralarını kullanma oranlarının artmasıyla siber zorbalık ve bunun sonucunda yaşanan depresyon durumunun da artması çalışma bulgusunda ortaya çıkmıştır. Siber zorbalığın zorbalığı yapan ve zorbalığa uğrayan kişileri psikolojik açıdan olumsuz etkilediği düşünülmektedir. Zorbalığı yapanın yaptığı

zorbalıktan doyum elde etmesi bu davranışının güçlenmesine sebep olup daha saldırgan hale gelmesine; zorbalığa uğrayanın da korku, kaygı stres gibi depresyon tetikleyici duyguları yaşaması olasıdır. Alanda yapılan çalışmalarda siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığı arasında benzer sonuçlara ulaşılmıştır. “Sosyal medyayı kullanma oranları yükselmesine bağlı olarak siber zorbalık ve siber mağduriyet deneyimleri artmaktadır” (Bayhan, 2020). Kırcaburun, vd., (2018) lise ve üniversite düzeylerindeki katılımcılarla yaptıkları araştırmada problemli “sosyal medyayı kullanma ve siber zorbalık eyleminin (lise öğrencilerinde arasında daha fazla olan) direk olarak birbiriyle bağlantılı olduğunu göstermektedir.

Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık Davranışları ve Sosyal Medya Bağımlılıkları Depresyon Düzeyini Anlamlı Bir Şekilde Yordamakta mıdır? Bulgularına Yönelik Tartışma ve Sonuç

Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık davranışlarının ve sosyal medya bağımlılıklarının depresyon düzeyini pozitif olarak bulgularda ortaya çıkmıştır ($R^2=29$; $F=90.12$, $p<.01$). Katılımcıların siber zorbalık davranışları ve sosyal medya bağımlılıkları depresyon düzeylerine ilişkin toplam varyansın %29’unu anlamlı bir şekilde açıklamaktadır. Elden edilen veriler siber zorbalık yapma durumlarının ve sosyal medyaya bağımlı olma durumlarının depresyon durumunun önemli oranda tahminçisi olarak ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Ortaokul öğrencilerinde siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığı gibi problemli internet kullanım davranışlarının çeşitli değişkenlerle karşılaştırılması sonucu depresyon ile anlamlı bir ilişkisinin çıkması psikolojik ve duygusal açıdan ergenlerin yaşadığı sıkıntıyı ortaya koymaktadır. Ortaya çıkan depresyon halinin öğrencileri akademik, duygusal ve kişilik yapıları yönünden son derece olumsuz etkilediği düşünülmektedir. Siber zorbalığa uğrayan bireylerde antisosyal kişilik geliştirmede, okula karşı fobi, içine kapanma, benlik saygısında zayıflama, yalnızlaşma, okula devamsızlık gibi konularda artma olduğu (Serin, 2012), depresyon ve kaygı gibi durumların sonucunda da intihar vakalarının yaşanabildiği bilinmektedir (Yılmaz, 2010).

İnsanlar hayatlarının en olumlu yönlerini sosyal medyada sergileme eğiliminde oldukları için, bir bireyin kendi hayatının, arkadaşlarının sosyal medyada sergilenen dikkatlice inşa edilmiş pozitif hayatlarına kıyasla olumsuz olabileceğine inanması mümkündür. Kusursuz bir görüntünün küratörlüğünü yapmak, yalnızca diğerlerini yetersiz hissettirmekle kalmaz, bunda başarılı görünenler için bile sağlıksızdır.

İnsanlar, dünyanın mükemmel bir yaşam olarak göreceğini düşündükleri şeyleri yayınlamak için sosyal medyada çok fazla zaman harcıyorlar. “Bak ne kadar mutluyum! Bak ne kadar güzelim!” Bu olmadan arkadaşlarının onları kabul etmeyeceğinden endişelenirler. Ergenlik döneminde aileden uzaklaşıp akran grupları ile yakınlaşma ergenlik sürecinin doğal bir döngüsü olarak bilinir. Bundan dolayı arkadaş grupları arasında aidiyet duygusu ve kabul görme ergenlik döneminde olan bireyler için çok önemlidir. Aksi durum ergen üzerinde önemli derece olumsuzluklara sebep olabilir.

Sonuç olarak ailelere, okullara ve topluma sorumluluklar düşmektedir. İnternetin kullanım amacı ve kullanım sürelerinin kontrollerinin yapılarak, ergenlik çağının başlangıcında olan ortaokul öğrencilerimiz; sportif, sanatsal ve kültürel faaliyetlerden özellikle ilgi duydukları alanlara yönlendirilmelidir. Bunun yanında yeterli duygusal ve psikolojik destekler verilerek, olumlu bir kişilik yapısı oluşturmalarında rehberlikler etmemiz gerektiği söylenebilir. Gerekli ve sağlıklı iletişim ile, ihtiyaç duydukları sosyal desteği sağladığımızda öğrencilerimizin problemlerinin daha kolay ve sancısız çözülmesine destek olabiliriz.

5.2. Öneriler

Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık seviyeleri ve sosyal medya bağımlılık seviyelerinin depresyon ile ilişki düzeylerinin incelendiği bu araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar önemli bilgiler vermektedir. Bu bölümde çalışma sonucunda ulaşılan veriler ışığında araştırmacılar ve uygulayıcılar için çeşitli önerilere aşağıda yer verilmiştir.

5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

1. Ortaokul düzeyinde siber zorbalık ve sosyal medya bağımlılığının etkileri konularında araştırmaların farklı bölgelerde ve Türkiye’nin farklı sosyokültürel düzeylerindeki bölgelerinde yapılması çeşitliliği arttırabilir.
2. Ortaokul düzeyindeki öğrencilerin bu konularda yaşadıklarına dair daha somut örnekler, anılar ve veriler toplamak için farklı nitel araştırma yöntemleri kullanılarak araştırma desteklenebilir.

3. Bu alanda çalışmak isteyen akademisyenlerin, ortaokul düzeyinde görev yapan ve o yaş grubundaki öğrencilerle daha sık temas halinde olan öğretmen ve okul yöneticileri ile özellikle çatışma konusunda araştırmalar planlanabilir.
4. Ortaokul öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile ilerleyen zamanlardaki meslek seçimleri, güncel meslek ve iş alanlarına bakış açıları ile ilgili nitel ve nicel araştırmalar planlanabilir. Burada amaç sosyal medya ve sanal dünyada fazla vakit geçiren ortaokul öğrencilerinin meslek seçimlerindeki değişimi önceki araştırmalarla kıyaslamak olabilir.
5. Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık ve akran zorbalığı arasındaki ilişkinin yol açtığı depresyon durumları incelenebilir.
6. Ergenlik döneminde yaşanan depresyona bağlı ruhsal rahatsızlıklar yetişkinlik çağındaki rahatsızlıklarla bağlantılı olduğundan önleyici müdahalenin, uzun vadeli rahatsızlık ihtimalini önleyebilmesi veya azaltabilmesi açısından çok önemlidir. Ergenlik dönemi gelişimsel açıdan çok özel bir dönemdir. Bu yüzden ergenlerin ruh sağlıklarını koruyabilmek için alanda önleyici çalışmaların yapılması önerilir.
7. Ergenlerin ruh sağlığını koruyucu çalışmalar planlanırken; gelişimsel bakış açılarına dikkat çeken çalışmaların yapılması önerilmektedir.
8. Bu alanda yapılan çalışmalarda ergenlik çağında olan sınıf düzeylerinde görev yapan öğretmenlere; siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon ile ilgili konularda rehber olabilecek kılavuz dökümanların oluşturulması paylaşılması önerilir.
9. Ortaokul kademesinde okuyan öğrencilerin; siber zorbalık seviyeleri ve sosyal medya bağımlılık seviyelerinin depresyon ile ilişkisinin ortaokul kademesindeki okul türleri arasında karşılaştırılmasının yapılması önerilir. Bu yolla bu araştırmada kullanılan yordayıcıların uygulanabilirliğini farklı problem durumlarıyla test etmek; siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve depresyon gibi riskli durumlara farkındalığı arttırarak literatüre katkı sağlayabilir.
10. Medyanın internet kullanım sürelerini arttırıcı reklam ve internete bağlı olmak için alternatif olanaklar üzerine yaptığı yayınlar sonucu ortaokul öğrencilerinin internet kullanım sürelerindeki etkisinin bu araştırmadaki değişkenler ile karşılaştırılması literatüre katkı sağlayabilir.

5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

1. Öğretmenler ve okul yöneticileri sürekli kendilerini geliştirmeli ve güncel durumlara ayak uydurmalıdır. Bu bağlamda siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve ergenlikte depresyon gibi konularda güncel bilgilendirme ve eğitimlerinin yapılması önemli bir önlem olabilir.
2. Siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve bunların sonucunda yaşanabilecek depresyon sorunlarının önceden tespiti adına farkındalık eğitimlerinin verilmesi önerilir. Ortaokullarda seçmeli okutulan medya okur ve yazarlığı dersinin, eleştirel olarak düzenlenmiş medya okuryazarlığı konularıyla revize edilerek, temel ve yararlı” bir ders olarak verilmesi önerilir.
3. Ailelerin eğitim düzeylerine ve ilgi alanlarına göre ergenlik ve ergenlik ile ilgili konularda etkileri değişkenlik gösterebilir, bu bağlamda ailelerin eğitilmesi ve bilinçlendirmesi için ek toplantılar yapılmalı. Bu konuda rehber niteliğinde olacak görselliği bol yayınlar eğitim yöneticileri tarafından planlanmalıdır.
4. Erkek ve kız öğrencilerin depresyon, sosyal medya bağımlılığı ve siber zorbalık gibi konularda farklı eğitimler almaları ve farklı bakış açıları oluşturmaları önemli olabilir. Ergenlik döneminde her iki cinsiyetin hormonal kaynaklı fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçları farklılık gösterdiği gibi bu farklılıklar araştırma konusunu oluşturan durumlara da önemli ölçüde yansımaktadır.
5. Sosyal medyanın bilinçli kullanılmasını sağlamak sadece eğitim yöneticilerinin veya evde ailenin sağlayabileceği bir şey değildir. Bu bağlamda toplum bilinçlendirme çalışmaları da hızlandırılmalıdır. Bu tip görsel ve videoların tasarlanması, toplumun her kesimine oluşturulması toplumun ruh sağlığı ve bilinci için de önemli görülmektedir.
6. Aile-çocuk iletişimini olumlu yönde geliştirmeyi hedefleyen öğretici ve farkındalık yaratıcı eğitimlerin planlanması ve çocuklarla ailelerin daha nitelikli zaman geçirmelerine rehber olunarak aile içi iletişimsizlik sorununun önüne geçilmesiyle yaşanabilecek olumsuzluklar önlenabilir.
7. İçinde yaşadığımız çağın dijital çağ olduğunu göz önüne aldığımızda, öğrencilere teknolojik araçları ve dijital ağları yasaklamak yerine bu ağların olumlu ve olumsuz taraflarının açık ve anlaşılır bir şekilde gösterilmesi önerilir.

8. Özellikle kimlik oluşturma sürecinin başında olan ortaokul öğrencilerinin olumlu kimlik ve öz-benlik algısı geliştirmelerine destek olmak için bilişsel ve fiziksel yeterlilikleri göz önüne alınarak başarabilecekleri görev ve sorumluluklar verilmelidir. Yaşamsal doyumları, kendine güvenleri ve girişimcilikleri desteklenerek öğrencilerin duygusal zekalarının da geliştirilmesi önerilir.



KAYNAKLAR

- Aftab, P. (2006). Stop cyberbullying.
www.stopcyberbullying.org/educators/howdoyouhandleacyberbully.html
Erişim: 01 Ocak 2023.
- Agnew, R. (1992). Foundation for a general strain theory of crime and delinquency. *Criminology*, 30(1), 47-88.
- Akgöl, G. (2020). Siber zorbalığın nedenleri üzerine kuramsal açıklamalar. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 149-167.
- Akkaya, C. (2006). Anksiyete belirtilerinin eşlik ettiği majör depresif bozukluğun tanı ve sağaltımındaki güçlükler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(2), 139 - 146.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2001). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı*, Yeniden Gözden Geçirilmiş 4. Baskı (DSM-IV-TR). (E.Köroğlu, Çev.) Ankara, Hekimler Yayın Birliği.
- Arıcak, O. T. (2009). Psychiatric symptomatology as a predictor of cyberbullying among university students. *Eurasian Journal of Educational Research*, 34, 167-184.
- Auter, P. J. (2007). Portable social groups: Willingness to communicate, interpersonal communication gratifi cations, and cell phone use among young adults. *International Journal of Mobile Communications*, 5 (2), 139–156.
- Aydın, M., & Çelik, T. (2019). Velilerin Gözünden Sosyal Medyanın Ortaokul Öğrencileri Açısından Yarar ve Riskleri. *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Education Faculty*, (50).
- Baker, Ö. & Kavşut, F. (2007). Akran zorbalığının yeni yüzü: Sanal zorbalık. *Eurasian Journal of Educational Research*, 27, 31-42.
- Balcı, Ş. & Baloğlu, E. (2018). Sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasındaki ilişki: “üniversite gençliği üzerine bir saha araştırması. *İletişim*, 29, 209-233.
- Barlett, C. P. & Gentile, D. A. (2012). Attacking others online: The formation of cyberbullying in late adolescence. *Psychology of Popular Media Culture*, 1(2), 123-135.

- Barnes, S. B. (2008). Understanding social media from the media ecological perspective. In E. A. Konijn, S. Utz, M. Tanis, & S. B. Barnes (Eds.), *Mediated interpersonal communication* (pp. 14–33). New York: Routledge.
- Başıoğlu C, Buldukoğlu K. (2015). Ebeveyninde depresyon olan ergenlerde depresyonu önlemede aile odaklı psikoeğitim uygulamaları: Sistematik Derleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(3), 265-279.
- Bauman, S. (2011). *Cyberbullying: What counselors need to know*. Alexandria, VA: American Counseling Association
- Bayhan, V. (2020). Z kuşağı lise gençlerinde sosyal medya bağımlılığı ile siber zorbalık ve siber mağduriyet deneyimleri. *İlahiyat Akademisi*, (12), 117-144.
- Behrman, R. E., Kliegman, R. M., & Jenson, H. B. (2000). Nelson Textbook of Pediatrics 2004. *Crohn's disease*.! 154; 337, 2.
- Bell, R. & Daly, J. A. (1984). The affinity-seeking function of communication. *Communications Monographs*, 51(2), 91-115.
- Beran, T. (2008). Stability of harassment in children: Analysis of the Canadian National Longitudinal Survey of Children and Youth data. *The Journal of Psychology*, 142(2),
- Bilaç Ö, Ercan E, Uysal T, Aydın C. (2014). İlköğretim öğrencilerinde anksiyete ve duygudurum bozuklukları yaygınlığı ve sosyodemografik özellikler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(3), 171 - 180.
- Bolat, Y. & Korkmaz, C. (2021). Social values and life skills as predictors of organizational culture: A study on teachers. *SAGE open*, 11(2), 21582440211023179.
- Boyatzis, R. E. (1973). Affiliation motivation. *Human motivation: A book of readings*, 252-276.
- Bromet, E., Andrade, L. H., Hwang, I., Sampson, N. A., Alonso, J., de Girolamo, G., et al. (2011). Cross-national epidemiology of DSM-IV major depressive episode. *BMC Med*, 9, 90. [https:// doi.org/10.1186/1741-7015-9-90](https://doi.org/10.1186/1741-7015-9-90)
- Brooks, S & Longstreet, P (2015). Social networking's peril: Cognitive absorption, social networking usage, and depression. *Cyberpsychology-Journal of*

Psychosocial Research on Cyberspace, 9(4). <https://doi.org/10.5817/CP2015-4-5>

- Bushman, B. J. & Anderson, C. A. (2020). General aggression model. *The International Encyclopedia of Media Psychology*, 1-9.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: *İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum* (13. Basım). Ankara: Pegem Akademi
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- 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
- Cao, F. & Su, L. (2007). Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features. *Child: care, health and development*, 33(3), 275-281.
- Carr, A. (1999). *Handbook of Clinical Child Psychology: A Contextual Approach*. London: Routledge.
- Carr, A. (2000). *Family Therapy: Concepts, Process and Practice*. Chichester: Wiley
- Carr, A. (2002). *Depression and Attempted Suicide in Adolescents*. Chichester: Wiley
- Castells, M. (2000). *The rise of network society*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Cepoiu, M., McCusker, J., Cole, M. G., Sewitch, M., Belzile, E. & Ciampi, A. (2008). JP Jiménez et al. Blatt, S. (2008). Polarities of experience. Relatedness and self-definition in personality development, psychopathology, and the therapeutic process. *Journal of General Internal Medicine*, 23(1), 25–36. <https://doi.org/10.1007/s11606-007-0428-5>
- Cerel J, Fristad MA, Weller EB, et al(1999) Suicide-bereaved children and adolescents: a controlled longitudinal examination. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 38:672–679.
- Chak, K., & Leung, L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 7(5), 559-570.

- Cheung, M. F. & Wong, C. S. (2011). Transformational leadership, leader support, and employee creativity. *Leadership & Organization Development Journal*, 32(7), 656-672.
- Children & Young People's Health Outcomes Forum (2012). Improving children and young people's mental health outcomes. https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/216853/CYP-Mental-Health.pdf.
- Cohen, L. & M. Felson. (1979). Social Change and Crime Rate Trends: A Routine Activity Approach. *American Sociological Review*, 44, 588–608.
- Cohen, S., Janicki-Deverts, D., Chen, E. & Matthews, K. A. (2010). Childhood socioeconomic status and adult health. *Annals of The New York Academy of Sciences*, 1186, 37–55
- Comm, J. (2010). Twitter power 2.0: How to dominate your market one tweet at a time . Hoboken: Wiley.
- Costello, E. J., Mustillo, S., Erkanli, A., Keeler, G. & Angold, A. (2003). Prevalence and development of psychiatric disorders in childhood and adolescence. *Archives of General Psychiatry*, 60, 837–844.
- Craig, W. M. (1998). The relationship among bullying, victimization, depression, anxiety, and aggression in elementary school children. *Personality & Individual Differences*, 24, 123–130.
- Çetin, B., Yaman, E., & Peker, A. (2011). Cyber victim and bullying scale: A study of validity and reliability. *Computers & Education*, 57(4), 2261-2271.
- Duman, M. Z. (2008). İnternet kullanımının öğrencilerin sosyal ilişkileri ve okul başarıları üzerindeki etkisi. *Toplum ve Demokrasi Dergisi*, 2(3), 93-112.
- Dwivedi, K. N., & Varma, V. P. (Eds.). (2008). *Depression in children and adolescents*. John Wiley & Sons.
- Eagan, S. K., & Perry, D. G. (1998). Does low self-regard invite victimization? *Developmental Psychology*, 34, 299–309.
- Efe, Y. S., Erdem, E., & Vural, B. (2021). Lise öğrencilerinde siber zorbalık ve internet bağımlılığı. *Bağımlılık Dergisi*, 22(4), 465-473.

- Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D., & Perry, C. (2003). Peer harassment, school connectedness, and academic achievement. *Journal of School Health*, 73, 311–316
- Ekşi, F., & Ümmet, D. (2013). Bir kişilerarası iletişim problemi olarak internet bağımlılığı ve siber zorbalık: Psikolojik danışma açısından değerlendirilmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(25), 91-115.
- Emmanuel T. & Halfbob (2016). Les réseaux sociaux, comment ça marche ? Fleurus Editions.
- Eroğlu, Y. (2016). Üniversite öğrencilerinde problemli internet kullanımı: ilişkisel-karşılıklı bağımlı benlik kurgusu ve dürtüsellüğün yordama güçleri. *Turkish Studies (Elektronik)*, 11(3), 1091-1114.
- Fekkes, M., Pijpers, F. I. M., & Verloove-VanHorick, S. P. (2004). Bullying behavior and associations with psychosomatic complaints and depression in victims. *Journal of Pediatrics*, 144, 17–22.
- Ferguson, D., & Perse, E. (2000). The World Wide Web as a functional alternative to television. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 44 (2), 155–174.
- Ferraro, F. R. (2007). A Brave New World for Dementia Diagnosis. *PsycCRITIQUES*, 52(35).
- Finkelhor, D., Ormrod, R., Turner, H., & Hamby, S. L. (2005). The victimization of children and youth: A comprehensive, national survey. *Child Maltreatment*, 10, 5–25.
- Frost, R. L., & Rickwood, D. J. (2017). A systematic review of the mental health outcomes associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 76, 576–600. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.001>
- Gable, S. L. (2006). Approach and avoidance social motives and goals. *Journal of personality*, 74(1), 175-222.
- Gotlib, I. H. & Abramson, L. Y. (1999). Attributional theories of emotion.
- Grieve, R., Indian, M., Witteveen, K., Tolan, G. A. & Marrington, J. (2013). Face-to-face or Facebook: can social connectedness be derived online? *Computers in Human Behavior*, 29, 604–609.

- Griffiths, M. (1996). Gambling on the Internet: A brief note. *J. Gambl. Stud*, 12, 4-471.
- Griffiths, M. (2000). Internet addiction-time to be taken seriously?. *Addiction research*, 8(5), 413-418.
- Griffiths, M. D., & Hunt, N. (1998). Dependence on computer games by adolescents. *Psychological reports*, 82(2), 475-480.
- Grix, J. (2010). *The Foundations Of Research*. London: Palgrave Macmillan.
- Güney, M., & Taştepe, T. (2020). Ergenlerde Sosyal Medya Kullanımı ve Sosyal Medya Bağımlılığı. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 183-190.
- Hardeveld, F., Spijker, J., De Graaf, R., Nolen, W. A., & Beekman, A. T. (2013). Recurrence of major depressive disorder and its predictors in the general population: Results from the Netherlands Mental Health Survey and Incident Study (NEMESIS). *Psychological Medicine*, 43(1), 39–48. <https://doi.org/10.1017/S0033291712002395>
- Harrington, H. J. (1993). Mejoramiento de los procesos de la empresa. In *Mejoramiento de los Procesos de la Empresa*.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. *PLoS Medicine*, 7(7), e1000316. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>
- Huang, H., & Leung, L. (2009). Instant messaging addiction among teenagers in China: Shyness, alienation, and academic performance decrement. *CyberPsychology & Behavior*, 12(6), 675-679.
- Huang, J., Zhong, Z., Zhang, H., & Li, L. (2021). Cyberbullying in social media and online games among Chinese college students and its associated factors. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4819.
- Insel, T. R. (2006). Beyond efficacy: The STAR*D trial. *The American Journal of Psychiatry* 163(1), 5–7
- Jantz, G. L. (2021). *Social Media and Depression: How to be Healthy and Happy in the Digital Age*. Rose Publishing.

- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. *Business Horizons*, 53 (1), 59–68.
- Karasar, N. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Katzer, C.; Fetchenhauer, D.; Belschak, F. Cyberbullying: Who Are the Victims? *J. Media Psychol. Theor. Methods Appl.* 2009, 21, 25–36.
- Keck, M. E. (2010). Depression. *Switzerland: Lundbeck (Schweiz) AG*.
- Kemp, S. (2016). Digital in 2016 report: We are social's. <http://wearesocial.com/uk/specialreports/digital-in-2016> Erişim: 15.01.2023.
- Kendler, K. S. (2020). The origin of our modern concept of depression-the history of melancholia from 1780-1880: A review. *JAMA Psychiatry*. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2019.4709>
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R. & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey replication. *Archives of General Psychiatry*, 62, 593–602.
- Kırlı, E. S. D. (2020). Sosyal Medya Ortamlarında Siber Zorbalık: Lise Öğrencilerinin Siber Zorbalık Deneyimlerinin İncelenmesi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 4(1), 24-39.
- Ko CH, Yen JY, Yen CF. (2007) Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: A prospective study. *Cyberpsychol Behav* 10: 545-551.
- Kochenderfer, B. J., & Ladd, G. W. (1996). Peer victimization: Cause or consequence of school maladjustment? *Child Development*, 67, 1305–1317.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2006). Cyber bullying among middle school children. *Manuscript under review*
- Krishnan, V., & Nestler, E. J. (2010). Linking molecules to mood: New insight into the biology of depression. *The American Journal of Psychiatry*, 167(11), 1305–1320. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2009.10030434>

- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *Journal of behavioral addictions*, 1(1), 3-22.
- Lemon, J. (2002). Can we call behaviors addictive? *Clinical Psychologist*, 6 , 44–49.
- Lenhart, A., & Madden, M. (2007). Social networking websites and teens: An overview, from <http://www.pewinternet.org>
- Lenhart, A., Madden, M., & Hitlin, P. (2005). Teens and technology: Youth are leading the transition to a fully wired and mobile nation. from <http://www.pewinternet.org>
- Leung, L. (2003). Impacts of net-generation attributes, seductive properties of the Internet, and gratifications-obtained on Internet use. *Telematics & Informatics*, 20 (2), 107–129.
- Leung, L. (2007). Unwillingness to communication and college students' motives in SMS mobile messaging. *Telematics and Informatics*, 24 (2), 115–129.
- Li, Q. (2006). Cyberbullying in schools: A research of gender differences. *School Psychology International*, 27, 157-170
- Mark, L. & Ratliffe, K. T. (2011). Cyber worlds: New playgrounds for bullying. *Computers in Schools*, 28(2), 92–116. doi:10.1080/07380569.2011.575753
- McKenna, K. Y., Green, A. S., & Gleason, M. E. (2002). Relationship formation on the Internet: What's the big attraction?. *Journal of social issues*, 58(1), 9-31.
- McLouglin, L., Spears, B. & Taddeo, C. (2018). The importance of social connection for cybervictims: How connectedness and technology could promote mental health and wellbeing in young people. *International Journal of Emotional Education*, 10(1), 5–24.
- McQuade, S. C. & James, P. (2009). Colt, and Nancy B. Meyer. *Cyber Bullying: Protecting Kids and Adults from Online Bullies*.
- Mentzos, S. (2011). *Depression und Manie: Psychodynamik und Therapie affektiver Störungen*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Messias, E., Castro, J., Saini, A., Usman, M. & Peeples, D. (2011). Sadness, suicide, and their association with video game and internet overuse among teens: results

- from the youth risk behavior survey 2007 and 2009. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 41(3), 307-315.
- Monroe SM, Rohde P, Seeley JR, et al (1999) Life events and depression in adolescence: relationship loss as a prospective risk factor for first onset of major depressive disorder. *J Abnorm Psychol* 108:606–614
- Moras, K. (2006). Twenty-five years of psychological treatment research on unipolar depression in adult outpatients: Introduction to the special section. *Psychotherapy Research*, 16(5), 519–525.
- Murray, H. A. (1938). Explorations in personality: A clinical and experimental study of fifty men of college age.
- Musalek, M., Larach-Walters, V., Lépine, J. P., Millet, B. & Gaebel, W. (2010). On behalf of the WFSBP task force on nosology and psychopathology. Psychopathology in the 21st century. *Psychopathology*, 45(3), 135–146. <https://doi.org/10.1159/000329100>
- Myers, D. A. (2007). Teacher power—revisited. *The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 80(5), 239-242.
- Nakaya, A. C. (2014). *Internet and Social Media Addiction*. ReferencePoint Press.
- Nansel, T. R., Overpeck, M. D., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simmons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying behavior among U.S. youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *Journal of the American Medical Association*, 285, 2094–2100
- Neale, M. C., & Kendler, K. S. (2000). Genetic epidemiology of major depression: Review and metaanalysis. *The American Journal of Psychiatry*, 157(10), 1552–1562. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.157.10.1552>
- Ojanen, T.T.; Boonmongkon, P.; Samakkeekarom, R.; Samoh, N.; Guadamuz, T.E. Connections between online harassment and offline violence among youth in Central Thailand. *Child Abus. Negl.* 2015, 44, 159–169.
- Olweus, D. (1978). Aggression in the schools: Bullies and whipping boys. Washington, DC: Wiley

- Olweus, D. (1993a). *Bullying at school: What we know and what we can do*. New York: Blackwell.
- Orford, J. (2001). *Excessive appetites: A psychological view of addictions* (2nd ed.). Chichester: Wiley.
- Öy B. (1991) Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2:132-136.
- Özgenel, M., Canpolat, Ö., & Ekşi, H. (2019). Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*. Doi: 10.15805/addicta.2019.6.3.0086, 6(3), 629–662.
- Park, S. (2009). The association between Internet use and depressive symptoms among South Korean adolescents. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 14(4), 230-238.
- Peters, O. & Allouch, S. B. (2005). Always connected: A longitudinal field study of mobile communication. *Telecommunications Policy*, 22 , 239–256.
- Platin (2020). Dijital nezaketsizlik her geçen gün artıyor. <https://www.platinonline.com/dijital-trend/dijital-nezaketsizlik-her-gecen-gun-artiyor-1069536> Erişim: 1 Ocak 2023.
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., Yi Lin, L., Rosen, D. & Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the US. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.01.010>.
- Rigby, K. & Slee, P. T. (1993). Dimensions of interpersonal relations among Australian school children and their implications for psychological well-being. *Journal of Social Psychology*, 133, 33–42.
- Rigby, K. (1996). *Bullying in schools: And what to do about it*. Briston, PA: Jessica Kingsley Publishers.
- Rodgers, R. F., Melioli, T., Laconi, S., Bui, E., & Chabrol, H. (2013). Internet addiction symptoms, disordered eating, and body image avoidance. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(1), 56-60.

- Roth, D. A., Coles, M. E., & Heimberg, R. G. (2002). The relationship between memories for childhood teasing and anxiety and depression in adulthood. *Journal of Anxiety Disorders*, 16, 149–164.
- Ruggiero, T. E. (2000). Uses and gratifications theory in the 21st century. *Mass Communication & Society*, 3 (1), 3–37.
- Sagduyu, A., Ogel, K., Ozmen, E., & Boratav, C. (2000). Depression in primary health care. *Turk J Psychiatr*, 11, 3-16.
- Sağbaşı, E. A., Ballı, S., ve Şen, F. (2016). Sosyal Medya ve Gençler Üzerindeki Etkileri. *Uluslararası Gençlik Araştırmaları Kongresi.*, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, 153-163
- Sampasa-Kanyinga, H. & Lewis, R. F. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(7), 380-385.
- Saveanu, RV, & Nemeroff, CB (2012). Etiology of depression: genetic and environmental factors. *The Psychiatric Clinics of North America*, 35(1), 51–71. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2011.12.001>
- Serin, H. (2012). Ergenlerde siber zorbalık / siber mağduriyet yaşantıları ve bu davranışlara ilişkin öğretmen ve eğitim yöneticilerinin görüşleri. Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Slonje, R. & Smith, P. K. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying?. *Scandinavian journal of psychology*, 49(2), 147-154.
- Smith, P. K., Talamelli, L., Cowie, H., Naylor, P., & Chauhan, P. (2004). Profiles of non-victims, escaped victims, continuing victims and new victims of school bullying (2004). *British Journal of Educational Psychology*, 74, 565–581.
- Stafford, T. F. & Stafford, M. R. (2004). Determining uses and gratifications. *Decision Science*, 35 (2), 259–288.
- Statista (2016). Reach of leading social media and networking sites used by teenagers and young adults in the United States as of February 2016. <https://www.statista.com/statistics/199242/social-media-and-networking-sites-used-by-us-teenagers/>.

- Strom, P. & Strom, R. (2004). Bullied by mouse. <http://www.childresearch.net> Erişim: 24 Mart 2022
- Stuart, J., O'Donnell, K., O'Donnell, A., Scott, R., & Barber, B. (2021). Online social connection as a bufer of health anxiety and isolation during COVID-19. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 24(8), 521–525. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0645>
- Suler, J. (2004), The Online Disinhibition Effect, *Cyber Psychology and Behavior* 7: 321–26
- Tamir, D. I., & Mitchell, J. P. (2012). Disclosing information about the self is intrinsically rewarding. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 109(21), 8038-8043.
- Times (2016). Teenagers struck by depression ‘epidemic’.
- TÜİK, (2022). Türkiye İstatistik Kurumu, Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. Erişim Adresi: https://tuikweb.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028. Erişim: 15 Aralık 2022.
- UNICEF, (2023). Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu, Siber Zorbalık. Erişim Adresi: <https://www.unicef.org/turkiye/siber-zorbal%C4%B1k-nedir-ve-nas%C4%B1l-%C3%B6nlenir> Erişim: 1 Ocak 2023.
- Ural, A., & Kiliç, İ. (2005). *Bilimsel araştırma süreci ve SPSS ile veri analizi*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Urista, M. A., Dong, Q. & Day, K. D. (2009). Explaining why young adults use MySpace and Facebook through uses and gratifi cation theory. *Human Communication*, 12 (2), 215–229
- Van der Wal, M. F., de Wit, C. A. M. & Hirasings, R. A. (2003). Psychosocial health among young victims and offenders of direct and indirect bullying. *Pediatrics*, 111, 1312–1317. <http://video.google.com/videoplay?docid=1384277706451157121&q=white+and+nerdy> (2006, September 19)
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J. & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective wellbeing? A critical review.

Social Issues and Policy Review, 11, 274–302.
<https://doi.org/10.1111/sipr.12033>

Veroff, J., Reuman, D. & Feld, S. (1984). Motives in American men and women across the adult life span. *Developmental psychology*, 20(6), 1142.

Vural, Z. B. A. ve Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi iletişim fakültesine yönelik bir araştırma. *Yaşar Üniversitesi Dergisi*, 20(5),

Wängqvist, M., & Frisén, A. (2016). Who am I online? Understanding in the meaning of online contexts for identity development. *Adolescent Research Review*, 1, 139-151.

Willard, N. (2006). Cyber bullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social cruelty, threats, and distress. Eugene, OR: Center for Safe and Responsible Internet Use.

Willard, N. (2007). Educator's guide to cyberbullying and cyberthreats. csriu.org/cyberbully/docs/cbcteducator.pdf Erişim: 01.05.2023.

Williams, K. R. & Guerra, N. G. (2006). Prevalence and predictors of Internet bullying. Unpublished manuscript, University of California at Riverside.

Wu, Y. J., Outley, C., Matarrita-Cascante, D. & Murphrey, T. P. (2016). A systematic review of recent research on adolescent social connectedness and mental health with internet technology use. *Adolescent Research Review*, 1, 153-162.

Yalın Sapmaz Ş, Yalın N, Kavurma C, Tanrıverdi B, Öztekin S, Köroğlu E, Aydemir Ö (2017). Dsm-5 Düzey 2 Depresyon Ölçeği Türkçe Formunun Güvenilirliği Ve Geçerliliği (11-17 Yaş Çocuk Formu Ve 6-17 Yaş Ebeveyn Formu). *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Ve Araştırmalar Dergisi*, 6(1), 15 - 21.

- Yaman, E. & Peker, A. (2012). Ergenlerin siber zorbalık ve siber mağduriyete ilişkin algıları. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 11(3), 3348-3382.
- Yang, S. C. & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in human behavior*, 23(1), 79-96.
- Yavuzer, Y. (2013). Ergenlerde saldırganlık ve sosyometrik popülerlik arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(2), 767-780.
- Yılmaz, H. (2010). An examination of preservice teachers' perceptions about cyberbullying. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 6(4), 263-270.
- Young, K. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 241-246.
- Young, K. S. (2009). Internet addiction test. *Center for on-line addictions*.

EKLER

1.Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyet	Kız <input type="checkbox"/> Erkek <input type="checkbox"/>
Sınıf	5. Sınıf <input type="checkbox"/> 6.Sınıf <input type="checkbox"/> 7.Sınıf <input type="checkbox"/> 8.Sınıf <input type="checkbox"/>
Evimde Bilgisayar Var	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>
Evimde İnternet Bağlantısı Var	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>
Sosyal Medya Hesabım Var	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>
Cevap ‘Evet’ ise	Facebook <input type="checkbox"/> Twitter <input type="checkbox"/> İnstagram <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>
Çevrim içi Oyun Oynuyorum	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>
Çevrim içi Oyun Arkadaşlarımla Sohbet Ediyorum	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>
Sosyal Medyada Ne Kadar Vakit Geçiriyorum	1 Saat <input type="checkbox"/> 3 Saat <input type="checkbox"/> 2 Saat <input type="checkbox"/> 4 Saat ve üzeri <input type="checkbox"/>
Sosyal Medyada Aktif Olarak Ne Kadar Vakit Geçiriyorum	5-10 dk <input type="checkbox"/> 31-60 dk <input type="checkbox"/> 11-30 dk <input type="checkbox"/> 61-120 dk <input type="checkbox"/> 121 dk ve üzeri <input type="checkbox"/>

2.Siber Zorbalık Ölçeği

	Bana Yapıldı						Ben Yaptım				
Aşağıdaki ifadeleri yaşama durumunuza göre “ Bana Yapıldı ” ve “ Ben Yaptım ” kısımlarına göre işaretleyiniz.	Daima	Sık sık	Bazen	Nadiren	Asla		Daima	Sık sık	Bazen	Nadiren	Asla
1. İnternette söylenti çıkarma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
2. İnternette rahatsız edici lakap takma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
3. İnternette hakaret edici semboller kullanma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
4. İnternette dalga geçme	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
5. İnternette paylaşılan bilgilerle alay etme	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
6. İnternet sitelerindeki haberlerle ilgili çirkin cevaplar yazma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
7. İnternette küçük düşürücü ifadeler kullanma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
8. İnternette başkasının kimliğini kullanma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
9. İnternette kimliğini gizleme	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
10. İnternette başkalarının sayfalarına izinsiz girme	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
11. İnternette şifre kırma (hacklemek)	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
12. İnternette virüslü dosya/programı gönderme	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
13. İnternette izinsiz videolar gösterme	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
14. İnternette izinsiz fotoğraf yayınlama	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
15. İnternetteki fotoğrafları rencide edecek şekilde yeniden düzenleme	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
16. İnternette mahrem konularda konuşmaya zorlama	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
17. İnternette sohbet ederken mahrem içerikli semboller kullanma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
18. İnternette mahrem içerikli görüntüler paylaşma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
19.İnternette kötü söz/hakaret içerikli mesajlar gönderme	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
20.İnterneti karalama aracı olarak kullanma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
21. İnterneti çıkarları doğrultusunda propaganda aracı olarak kullanma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1
22. İnterneti bir kişiye zarar vererek kendine yarar sağlama amaçlı kullanma	5	4	3	2	1		5	4	3	2	1

3.Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBÖ)

Açıklama; Saygıdeğer katılımcı, aşağıda verilen ifadeleri son 1 yıldaki sosyal medya (MySpace, Facebook, Bebo, LinkedIn, Tumblr, Bloglar, Instagram, WhatsApp, Viber, Line, Tango, Snapchat, Wikipedia, Podcast Apple iTunes, Forumlar, YouTube, Twitter; vb.) kullanımınızı düşünerek işaretleyiniz.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen/ara sıra	Çoğunlukla	Her zaman
	1	2	3	4	5
1 Sosyal medyayı kullanmadığımda sinirli, endişeli veya üzgün olurum.					
2 Aklımda sürekli sosyal medyada yaptığım veya yapacağım etkinlikler vardır.					
3 Sosyal medyayı çok kullandığım için sinema, tiyatro, müzik, spor gibi diğer etkinliklere veya hobilerime zamanım kalmıyor.					
4 Sosyal medyada gezinirken “biraz daha” diyerek süreyi uzatırım.					
5 Sosyal medya iş, okul veya aile hayatımı olumsuz etkilemesine rağmen sosyal medyayı kullanmaya devam ediyorum.					
6 Sosyal medya kullanımımı kontrol etmeye, azaltmaya veya durdurmaya çalışırken zorlanıyorum.					
7 Kendimi mutlu hissetmek için sosyal medyayı daha fazla kullanırım.					
8 Sosyal medyada harcadığım zaman miktarını ailemden veya çevremdeki insanlardan gizlerim.					
9 Sosyal medyada harcadığım süre yüzünden insanlarla (aile, arkadaş ve sosyal çevre) ilişkilerimde ciddi çatışmalar yaşarım.					

Not. Referans gösterilerek izin alınmadan araştırma amaçlı kullanılabilir.

4.Promis 11-17 Yaş Depresyon Ölçeği

							Klinisyen İçin
Son YEDİ (7) GÜN boyunca...							Madde Puanı
		Hiçbir Zaman	Neredeyse Hiçbir Zaman	Bazen	Sıklıkla	Nerdeyse Her Zaman	
1.	Üzgün hissetmeme engel olamadım.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
2.	Yalnız hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
3.	Hayatımda her şeyin ters gittiğini hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
4.	Hiçbir şeyi doğru yapamıyormuşum gibi hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
5.	Kimsesiz tek başıma kalmış gibi hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
6.	Üzgün hissettim	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
7.	Mutsuz hissettim	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
8.	Hayatımın kötü olduğunu düşündüm.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
9.	Üzgün olmak arkadaşlarımla birlikte bir şeyler yapabilmemi zorlaştırdı	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
10.	Hiçbir şey ile ilgilenmedim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
11.	Stresli hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
12.	Yemek yiyemeyecek kadar üzgün hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
13.	Kendi başıma kalmak istedim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
14.	Eğlenmek benim için çok zordu.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
Toplam/Kısmi Ham Puan:							
Eşit Dağıtılmış Toplam Ham Puan:							
T-Puanı:							

5.Resmi Yazılar



T.C.
TEKİRDAĞ VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-43996270-44-88694749
Konu : Anket İzni (Yalçın AVCI)

02/11/2023

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğünün
26/09/2023 tarih ve 2300004936 sayılı yazısı.

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, tezli yüksek lisans programı 522520023 numaralı öğrencisi Yalçın AVCI'nın "Ortaokul Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon ile İlişkisi" konulu araştırma uygulamasını, İlimiz ilçelerine bağlı bulunan resmi ortaokullardaki öğrencilere yönelik anket uygulama isteği, ilgi yazı ile Müdürlüğümüze bildirilmiştir.

Söz konusu araştırma uygulaması, Süleymanpaşa İlçesi Tekirdağ Rehberlik ve Araştırma Merkezinin 27.10.2023 tarih ve 88250059 sayılı yazısı ile uygun görülmüş olup, Müdürlüğümüz Değerlendirme Komisyonu tarafından incelenmiş ve anketin uygulanmasında bir sakınca görülmediği, yapılacak çalışmalar sonucunda hazırlanacak raporun Müdürlüğümüze gönderilmesinin uygun olacağı bildirilmiştir.

Bu kapsamda onaylı bir örneği Müdürlüğümüzde muhafaza edilen, uygulama sırasında da mühürlü ve imzalı örnekten çoğaltılan anket sorularının eğitim öğretimi aksatmayacak şekilde, okul/kurum müdürünün koordinesinde ve kontrolünde, gönüllü resmi ortaokullardaki öğrencilere yönelik **Millî Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 2020/2 sayılı "Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzni" konulu genelgesine** göre gerçekleştirilmesi Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde Olurlarınıza arz ederim.

Gürcan AYVAZ
Şube Müdürü

Uygun görüşle arz ederim.

Ersan ULUSAN
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
Asalet KARABULUT
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek: İlgi Yazı ve Ekleri

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : 100. Yıl Mh.İnci Sk.No:17-19/1 Süleymanpaşa/TEKİRDAĞ

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Telefon No : 0 (282) 261 21 20

E-Posta: strategigelistirme59@meb.gov.tr

Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

İnternet Adresi: tekirdag.meb.gov.tr

Bilgi için: N.BULUT
Unvan : Şef
Faks:2822618722

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evrak.sagun.meb.gov.tr/adresinden> 7fd3-d0f6-3ac3-80b6-8e2f kodu ile teyit edilebilir.





Istanbul
Zaim
Universitesi

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-34555043-050.01.04-2300004936
Konu : Araştırma İzni Hk. (Yalçın AVCI)

26.09.2023

MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞINA
(Tekirdağ İl Milli Eğitim Müdürlüğü)

Enstitümüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, tezli yüksek lisans programı 522520023 numaralı öğrencisi Yalçın AVCI'nın tez konusu "Ortaokul Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon ile ilişkisi" olarak belirlenmiştir. Tez çalışması hakkında adı geçenin veri toplayabilmesi için gerekli iznin verilmesi hususunda gereğini arz/rica ederim.

Prof. Dr. İbrahim GÜNEY
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

Ek:

- 1- Araştırma İzni Evrakları
- 2- Tez Önerisi

Belge Doğrulama Kodu: 4ACCC9F

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi: <https://ubys.izu.edu.tr/ERMS/Record/ConfirmationPage/Index>

Adres: Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul

Bilgi için :

Hüseyin Yazıcı
Uzman

Telefon No:

Faks No:

Telefon No:

e-Posta:

İnternet Adresi:

Direkt Hat:

Kep Adresi: izu@hs01.kep.tr





T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı : E-20292139-050.01.04-56562
Konu : Etik Kurul Kararları

Sayın Yalçın AVCI
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi

"Ortaokul Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon ile İlişkisi" başlıklı araştırmanızla ilgili başvurunuz, kurulumuzun 31.05.2023 tarihli ve 2023/05 sayılı toplantısında değerlendirilerek araştırmanızın etik açıdan uygun bulunduğu katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Kadir CANATAN
Kurul Başkanı

Ek:20-Yalçın Avcı Etik Onay Belgesi (1 Sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : *BSV33NPU0R* Pin Kodu : 50182
Adres: Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul
Telefon: 444 97 98 Faks: +90 (212) 693 82 29
e-Posta: bilgi@izu.edu.tr Web: www.izu.edu.tr
Kep Adresi: izu@hs01.kep.tr

Belge Takip Adresi : https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Validate_Doc.aspx

Bilgi için: Zeynep Funda TEZ
KURTULUŞ
Unvanı: Yeminli Katip
Tel No: +902126929606



Evrak Tarih ve Sayısı: 19.06.2023-E.55592



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU

ETİK ONAY BELGESİ

Tarih	31.05.2023
Sayı	2023/05
Araştırmanın Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Araştırmanın Adı	<i>Ortaokul Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon ile İlişkisi</i>
Sorumlu Araştırmacının Adı Soyadı	Yalçın AVCI
Danışman Adı Soyadı	Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ORAL
Karar	UYGUNDUR

(İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu'nun kararı tavsiye niteliğinde olup, Üniversitemizle ilgili etik ilkelerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amacını taşımaktadır.)

(Katıldı)

Prof. Dr. Kadir CANATAN
Başkan

(Katıldı)

Prof. Dr. Mehmet Emin KÖKTAŞ
Başkan V.

(Katıldı)

Prof. Dr. Mustafa ATEŞ
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Beytullah KAYA
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Ayşe Nefise BAĞÇECİK
Üye

(Katıldı)

Prof. Dr. Yahya Kemal YOĞURTÇU
Üye

(Katıldı)

Av. Bilal ŞAMAT
Üye

Kurul Yeminli Kâtibi

Zeyneb Funda TEZ KURTULUŞ

1 / 1

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Evrak sorgulaması <https://ebys.izu.edu.tr/enVision/Sorgula/BS5333K2ZR> adresinden yapılabilir.

2-Siber Zorbalık Ölçeği

Aşağıdaki ifadeleri yaşama durumunuza göre "Bana Yapıldı" ve "Ben Yaptım" kısımlarına göre işaretleyiniz.	Bana Yapıldı					Ben Yaptım				
	Daima	Sık sık	Bazen	Nadiren	Asla	Daima	Sık sık	Bazen	Nadiren	Asla
1. İnternette söylenti çıkarma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
2. İnternette rahatsız edici lakap takma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
3. İnternette hakaret edici semboller kullanma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
4. İnternette dalga geçme	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
5. İnternette paylaşılan bilgilerle alay etme	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
6. İnternet sitelerindeki haberlerle ilgili çirkin cevaplar yazma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
7. İnternette küçük düşürücü ifadeler kullanma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
8. İnternette başkasının kimliğini kullanma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
9. İnternette kimliğini gizleme	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
10. İnternette başkalarının sayfalarına izinsiz girme	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
11. İnternette şifre kırma (hacklemek)	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
12. İnternette virüslü dosya/programı gönderme	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
13. İnternette izinsiz videolar gösterme	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
14. İnternette izinsiz fotoğraf yayınlama	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
15. İnternetteki fotoğrafları rencide edecek şekilde yeniden düzenleme	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
16. İnternette mahrem konularda konuşmaya zorlama	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
17. İnternette sohbet ederken mahrem içerikli semboller kullanma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
18. İnternette mahrem içerikli görüntüler paylaşma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
19.İnternette kötü söz/hakaret içerikli mesajlar gönderme	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
20.İnterneti karalama aracı olarak kullanma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
21. İnterneti çıkarları doğrultusunda propaganda aracı olarak kullanma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
22. İnterneti bir kişiye zarar vererek kendine yarar sağlama amaçlı kullanma	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1



3- Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Ergenler için Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği (ESMBO)

Açıklama: Saygıdeğer katılımcı, aşağıda verilen ifadeleri son 1 yıldaki sosyal medya (MySpace, Facebook, Bebo, LinkedIn, Tumblr, Bloglar, Instagram, WhatsApp, Viber, Line, Tango, Snapchat, Wikipedia, Podcast Apple iTunes, Forumlar, YouTube, Twitter, vb.) kullanımınızı düşünerek işaretleyiniz.

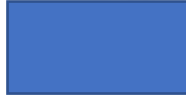
	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen ara sıra	Çoğunlukla	Her zaman
	1	2	3	4	5
1 Sosyal medyayı kullanmadığımda sinirli, endişeli veya üzgün olurum.					
2 Aklımda sürekli sosyal medyada yaptığım veya yapacağım etkinlikler vardır.					
3 Sosyal medyayı çok kullandığım için sinema, tiyatro, müzik, spor gibi diğer etkinliklere veya hobilerime zamanım kalmıyor.					
4 Sosyal medyada gezinirken "biraz daha" diyerek süreyi uzatırım.					
5 Sosyal medya iş, okul veya aile hayatımı olumsuz etkilemesine rağmen sosyal medyayı kullanmaya devam ediyorum.					
6 Sosyal medya kullanımımı kontrol etmeye, azaltmaya veya durdurmaya çalışırken zorlanıyorum.					
7 Kendimi mutlu hissetmek için sosyal medyayı daha fazla kullanırım.					
8 Sosyal medyada harcadığım zaman miktarını ailemden veya çevremdeki insanlardan gizlerim.					
9 Sosyal medyada harcadığım süre yüzünden insanlarla (aile, arkadaş ve sosyal çevre) ilişkilerimde ciddi çatışmalar yaşıyorum.					

Not: Referans gösterilerek izin alınmadan araştırma amaçlı kullanılabilir.



4.Promis 11-17 Yaş Depresyon Ölçeği

Son YEDİ (7) GÜN boyunca...						Klinisyen İçin Madde Puanı
	Hiçbir Zaman	Neredeyse Hiçbir Zaman	Bazen	Sıklıkla	Neredeyse Her Zaman	
1. Üzgün hissetmeme engel olamadım.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
2. Yalnız hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
3. Hayatımda her şeyin ters gittiğini hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
4. Hiçbir şeyi doğru yapamıyordum gibi hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
5. Kimsesiz tek başıma kalmış gibi hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
6. Üzgün hissettim	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
7. Mutsuz hissettim	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
8. Hayatımın kötü olduğunu düşündüm.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
9. Üzgün olmak arkadaşlarımla birlikte bir şeyler yapabilmemi zorlaştırdı	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
10. Hiçbir şey ile ilgilenmedim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
11. Stresli hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
12. Yemek yiyemeyecek kadar üzgün hissettim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
13. Kendi başıma kalmak istedim.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
14. Eğlenmek benim için çok zordu.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	
Toplam/Kısmi Ham Puan:						
Eşit Dağıtılmış Toplam Ham Puan:						
T-Puanı:						



Gönderen: Şermin Yalın <[redacted]>
Gönderildi: 18 Nisan 2022 Pazartesi 21:16
Kime: Yalın A [redacted]
Konu: Re: Ölçek İzn

Merhaba
Ölçek ekte
Kolaylıklar dilerim
Şermin Yalın Sapmaz

From: Yalın Avcı [redacted]
Sent: Monday, April 18, 2022 4:48 PM
To: [redacted] <[redacted]@mail.com>
Subject: Ölçek İzn

Sayın Şermin YALIN SAPMAZ;

İstanbul Sebattin Zaim Üniversitesi'nde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında Yüksek Lisans öğrencisiyim. Dr. Öğretim Üyesi Emre ULAŞ danışmanlığında yapacağım yüksek lisans tez çalışmamda "Ortaokul Öğrencilerinde Siber Zorbalık ve Sosyal Medya Bağımlılığının Depresyon ile ilişkisi"nin incelenmesine çalışıyorum. İzin verirsiniz geliştirmiş olduğunuz "İsm-S-dizesi-2-depresyon-ölçeği" referans vererek tezimde kullanmak istiyorum. Sayın hocam ölçek kullanım iznini ve ölçeğin bir formunu gönderebilmeniz mümkün müdür?

Saygılarımla,

Yalın Avcı
Yüksek Lisans Öğrencisi



ÖZ GEÇMİŞ

Kişisel Bilgileri

Ad Soyad : Yalçın AVCI

E-posta :

Eğitim Hayatı

Lisans :2007-2011, Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, İlköğretim Bölümü/ Sosyal Bilgiler Öğretmenliği Programı- Buca/ İZMİR

Lise :2004-2007, BALIKESİR Zühtü Özkardaşlar Lisesi

Mesleki Tecrübeleri

2022- : Sosyal Bilgiler Öğretmeni, Düvertepe Yatılı Bölge Ortaokulu Sındırgı/BALIKESİR

2015-2022 : TEKİRDAĞ-Çerkezköy, Sosyal Bilgiler Öğretmenliği ve Çeşitli İdarecilik Görevleri

2012-2015 : Sosyal Bilgiler Öğretmenliği, Cumhuriyet Ortaokulu Borçka/ARTVİN

Ödül Kaydı

2022 : Üstün Başarı Belgesi, Kaymakamlık, Çalışkanlık

2022 : Başarı Belgesi, MEB, Çalışkanlık (İki Adet)

2020 : Başarı Belgesi, Kaymakamlık, Çalışkanlık