2021

DOKTORA TEZİ

Dilek ULUDAŞDEMİR

T.C.

ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

SAĞLIĞI GELİŞTİRME MODELİNE TEMELLENDİRİLMİŞ WEB TABANLI SİBER ZORBALIK EĞİTİMİ İLE SİBER ZORBA ADÖLESAN VE EBEVEYNLERİNDE FARKINDALIK OLUŞTURMA

DOKTORA TEZİ

Dilek ULUDAŞDEMİR

HEMŞİRELİK PROGRAMI

Ankara, 2021

T.C.
ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

SAĞLIĞI GELİŞTİRME MODELİNE TEMELLENDİRİLMİŞ WEB TABANLI SİBER ZORBALIK EĞİTİMİ İLE SİBER ZORBA ADÖLESAN VE EBEVEYNLERİNDE FARKINDALIK OLUŞTURMA

DOKTORA TEZİ

Dilek ULUDAŞDEMİR

HEMŞİRELİK PROGRAMI

Ankara, 2021

T.C.
ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi ile Siber Zorba Adölesan ve Ebeveynlerinde Farkındalık Oluşturma

Dilek ULUDAŞDEMİR

Doktora Tezi

24/12/2021

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Sibel KÜÇÜK

Jüri Üyeleri
Prof. Dr. Nurgün PLATİN
Prof. Dr. Rıza GÖKLER
Prof.Dr. Dilek YILDIZ
Doç. Dr. Sibel KÜÇÜK
Dr. Öğretim Üyesi Evrim KIZILER

Okuduğumuz ve Savunmasını dinlediğimiz bu tezin bir Doktora derecesi için gereken tüm kapsam ve kalite şartlarını sağladığını beyan ederiz.

Prof. Dr. Seyfullah Oktay ARSLAN
Enstitü Müdürü
Bu tezin Doktora derecesi için gereken tüm şartları sağladığını tasdik ederim.

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda patent ve telif haklarını ihlal edici etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tezde kullanılmış olan tüm bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi beyan ederim.

24/12/2021

Dilek ULUDAŞDEMİR

TEŞEKKÜR

Bilim dünyasına adım attığım günden bu tezin hazırlanmasına kadar geçen sürede desteğini esirgemeyen danışmanım Doç. Dr. Sibel KÜÇÜK'e en içten dileklerimle teşekkür ederim. Tez sürecimde en yoğun günlerinde bile zaman ayırarak değerli görüşlerini paylaşan Prof. Dr. Rıza GÖKLER'e ve Prof. Dr. Dilek YILDIZ'a, jüri üyeleri Prof. Dr. Nurgün PLATİN'e ve Dr. Öğretim Üyesi Evrim KIZILER'e çok teşekkür ederim.

Covid-19 Pandemisi nedeniyle karşıma çıkan birçok zorlukta bilimsel bilginin elde edilmesine destek vermek amacıyla yardımlarını esirgemeyen, çalışmanın yürütüldüğü tüm okul yöneticilerine ve öğretmenlerinden Ünsal ÇOLAK, Ali AYDIN, Deniz YÜCEL, Saadet ÇINAR, Naci İLERİ, İhsan KANDEMİR'e ayrı ayrı teşekkür ederim. Covid-19 Pandemisi sürecinde içerisinde zorlu zamanlardan geçerken bilime verdikleri değer ile bu tezin gerçekleşmesinde en büyük katkıyı sunan Değerli Öğrenciler ve Ailelerine en içten duygularım ile teşekkürü bir borç bilirim.

Çok değerli aileme ve kardeşlerime bu süreçte dualarını üzerimden eksik etmeyen tüm dostlarıma, arkadaşlarıma teşekkür gönül borcumdur. Bu tezin yürütülmesinde her adımımda destekçim olan sevgili eşim Mehmet Ertürk'e ve varlığı ile bana güç veren sevgili kızım Duru Ela'ya sonsuz sevgilerimle teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

ÖZET ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ ..... **viii**
ŞEKİLLER DİZİNİ ..... **ix**
TABLOLAR DİZİNİ ..... **x**
1. GİRİŞ **1**
1.1. Problemin Tanımı ve Önemi 1
1.2. Araştırmanın Amacı 3
1.3. Araştırma Sorusu 4
1.4. Araştırmanının Ana Hipotezleri 4
1.5. Araştırmanın Alt Hipotezleri 4
1.6. Araştırmanın Varsayımları 5
1.7. Araştırmanın Terminolojisi 5
2. GENEL BİLGİLER **6**
2.1. Siber Zorbalık 6
2.2. Siber Zorbalığın Yaygınlığı 8
2.3. Siber Zorbalık Çeşitleri, Nedenleri, Siber Mağdurlar Üzerine Olumsuz Etkileri ve Yasal Sonuçları 9
2.3.1. Siber Zorbalık Çeşitleri ve Nedenleri 9
2.3.2. Siber Zorbalık Nedenleri 10
2.3.3. Siber Zorbalığın Mağdurlar Üzerine Olumsuz Etkileri 12
2.3.4. Siber Zorbalığın Yasal Sonuçları 13
2.4. Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesi 14
2.4.1. Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesinde Web Tabanlı Eğitim 19
2.5. Adölesanlarda Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesinde Dijital Vatandaşlık, Empati ve Güvenlik İnternet Kullanımının Önemi 20
2.5.1. Siber Zorbalık Önleme ve Müdahalesinde Dijital Vatandaşlık Kavramının Önemi 20
2.5.2. Siber Zorbalık Önleme ve Müdahalesinde Empati Kavramının Önemi 25

2.5.3. Siber Zorbalığın Önlemesi ve Müdahalesinde Güvenli İnternet Kullanımının Önemi 28
2.6. Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesinde Ebeveynlerin Rolü: Dijital Ebeveynlik 31
2.7. Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli 34
2.7.1. Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesinde Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli'ne Temellendirilmesi 38
2.8. Siber Zorbalığı Önleme ve Müdahalede Çocuk Sağlığı Hemşiresinin Rolü 40
3. MATERYAL VE YÖNTEM 44
3.1. Araştırmanın Şekli 44
3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri 44
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi 45
3.3.1. Araştırmanın Evreni 45
3.3.2. Araştırmanın Örneklemi 46
3.4. Araştırmaya Dâhil Edilme ve Dışlama Kriterleri 50
3.4.1. Adölesanların Araştırmaya Dâhil Edilme Kriterleri 50
3.4.2. Ebeveynlerin Araştırmaya Dahil Edilme Kriterleri 50
3.4.3. Adölesan ve Ebeveynler İçin Araştırmadan Dışlanma Kriterleri 50
3.5. Veri Toplama Araçları 51
3.5.1. Adölesan Veri Toplama Araçları 51
3.5.2. Ebeveyn Veri Toplama Araçları 52
3.5.3. Web Sitesi Değerlendirmesine Kullanılan Veri Toplama Araçları 54
3.6. Araştırmanın Etik Boyutu 55
3.7. Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Programı İçeriğinin Geliştirilmesi, Pender'in Sağlığı Geliştirme Model'ine Temellendirilmesi ile Eğitim Yöntemi ve Materyalinin Belirlenmesi .. 55
3.7.1. Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Programı İçeriğinin Geliştirilmesi 55
3.7.2. Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Programı'nın Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmesi 61

3.7.3. Siber Zorbalık Farkındalık Eğitiminde Kullanılan Web Sitesinin Hazırlanması 74
3.7.4. Eğitim Materyali Olarak Kullanılan Videoların Hazırlanması 81
3.8. Verilerin Toplanması 83
3.9. Araştırmanın Uygulanması 84
3.9.1. Ön Uygulama Aşaması 84
3.9.2. Araştırmanın Uygulanması 85
3.10. Araştırmanın Bağımlı ve Bağımsız Değişkenleri 88
3.11. Araştırmanın Analizi 88
3.12. Araştırmanın Sınırlılıkları 89
4. BULGULAR 90
4.1. Müdahale ve Kontrol Grubunda Yer Alan Adölesanların Tanımlayıcı Özelliklerinin Karşılaştırılması 90
4.2. Müdahale ve Kontrol Grubunda Yer Alan Ebeveynlerin Tanımlayıcı Özelliklerinin Karşılaştırılması 95
4.3. Adölesanlara Ait Hipotezlerin Sınanmasında Kullanılan Bağımlı Değişkenlere Ait Bulgular 99
4.4. Ebeveynlere Ait Hipotezlerinin Sınanmasında Kullanılan Bağımlı Değişkenlere Ait Bulgular 111
4.5. Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi ve Eğitim Videoları Değerlendirmesine Yönelik Bulgular 121
4.5.1. Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi Değerlendirmesine Yönelik Bulgular 121
4.5.2. Müdahale Grubunda Yer Alan Adölesan ve Ebeveynlerin Eğitim Videoları Değerlendirmesine Yönelik Bulgular 126
5. TARTIŞMA 129
5.1. Adölesanlara Ait Bulgularının Tartışılması 129
5.2. Ebeveynlere Ait Bulgularının Tartışılması 136
5.3. Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi ve Eğitim Videoları Değerlendirmesine Yönelik Bulguların Tartışılması 141
6. SONUÇ VE ÖNERİLER 143
6.1. Sonuçlar 143
6.1.1. Adölesanlara Yönelik Sonuçlar 143

6.1.2. Ebeveynlere Yönelik Sonuçlar 144
6.1.3. Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi Değerlendirme ve Eğitim Videoları Değerlendirmesine Yönelik Sonuçlar 146
6.2. Öneriler 146
7. KAYNAKLAR 148
8. EKLER 180
EK-1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyodemografik, İnternet, Sosyal Medya ve Oyun Oynama Özelliklerine Ait Veriler Tablosu 180
EK-2. Müdahale ve Kontrol Grubuna Katılacak Minimum Öğrenci Sayısını Belirlemek Amacıyla Yapılan Güç Analizi Sonucu 182
EK-3. Adölesan Veri Toplama Formu 183
EK-4. Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri- II 185
EK-5. Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu 186
EK-6. Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu Uygunluğu Uzman Görüşü Formu 188
EK-7. Adölesan SZFE Değerlendirme Formu Kapsam Geçerlilik İndeksi 190
EK-8. Ebeveyn Veri Toplama Formu 191
EK-9. Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu 193
EK-10. Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu Uygunluğu-Uzman Görüşü Formu 195
EK-11. SZFE Ebeveyn Değerlendirme Formu Kapsam Geçerlilik İndeksi 197
EK-12. Sistem Kullanılabilirlik Skalası 198
EK-13. Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formu 199
EK-14. Etik Kurul Onay Sayfası 200
EK-15. Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü Araştırma İzin Onayı 201
EK-16. Bilgilendirilmiş Onam Formu 202
EK-17. Aydınlatılmış Onam Formu 203
EK-18. Aydınlatılmış Onam Formu 204
EK-19. Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri-Iı Kullanım İzni 205

EK-20. Sistem Kullanılabilirlik Skalası (Sus) Kullanım İzni 206
EK-21. Adölesan 1. Konu: Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri Eğitim İçeriği 207
EK-22. Adölesan 2. Konu: Siber Zorbalığın Nedenleri ve Sonuçları Eğitim İçeriği 209
EK-23. Adölesan 3. Konu: Dijital Vatandaşlık Eğitim İçeriği 211
EK-24. Adölesan 4. Konu: Empati Eğitim İçeriği 213
EK-25. Adölesan 5. Konu: Güvenli İnternet Kullanımı Eğitim İçeriği 215
EK-26. Ebeveyn 1. Konu: Siber Zorbalık Tanımı Ve Çeşitleri Eğitim İçeriği 217
EK-27. Ebeveyn 2. Konu: Siber Zorbalık Nedenleri ve Çeşitleri Eğitim İçeriği 219
EK-28. Ebeveyn 3.Konu: Dijital Ebeveynlik Eğitim İçeriği 222
EK-29. Ebeveyn 4. Konu: Empati Eğitim İçeriği 224
EK-30. Ebeveyn 5.Konu: Güvenli İnternet Kullanımı Eğitim İçeriği 226
EK-31. Adölesanların Siber Zorbalık Konusu ve Siber Zorbalık Eğitiminin Sağlığı Geliştirme Modeline Uygunluğu Uzman Değerlendirme Formu 228
EK-32. Ebeveynlerin Siber Zorbalık Eğitiminin Sağlığı Geliştirme Modeline Uygunluğu Uzman Değerlendirme Formu 230
EK-33. Adölesanların Siber Zorbalık Konusu ve Siber Zorbalık Eğitiminin Sağlığı Geliştirme Modeline Uygunluğu Uzman Değerlendirme Formu-Kapsam Geçerlilik İndeksi 232
EK-34. Ebeveyn Siber Zorbalık Konusu ve Siber Zorbalık Eğitiminin Sağlığı Geliştirme Modeline Uygunluğu Uzman Değerlendirme Formu-Kapsam Geçerlilik İndeksi 233
EK-35. Eğitim Videolarında Sık Kullanılan Terimler Sözlüğü 234
EK-36. Teşekkür Belgesi 236
EK-37. Özgeçmiş 237

ÖZET

Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi ile Siber Zorba Adölesan ve Ebeveynlerinde Farkındalık Oluşturma

Araştırma Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi (SGM-SZFE) ile siber zorba adölesan ve ebeveynlerinde farkındalık oluşturmak amacıyla ön test son test müdahale ve kontrol gruplu deneysel desende yapılmıştır.

Ankara il merkezinde yer alan 12 lisede öğrenim gören, Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri II (YSZE-II) "ben yaptım" bölümünden 11 ve üzerinde puan alan müdahale grubunda 33, kontrol grubunda 31 olmak üzere toplam 64 adölesan ve ebeveyni araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Müdahale grubunda yer alan adölesanlara Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı, ebeveynlere ise Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz yeterliliği, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı konularına ait eğitim videoları ile araştırmacı tarafından oluşturulan www.dijitalgencdijitalebeveyn.com web sitesi üzerinden her hafta bir eğitim olmak üzere toplam beş hafta eğitim verilmiştir. Kontrol grubuna herhangi bir eğitim verilmemiştir.Veriler çevrimiçi olarak Adölesan, Ebeveyn Veri Toplama Formu, YSZE-II, SGM- SZFE Adölesan ve Ebeveyn Değerlendirme Formları, Sistem Kullanılabilirlik Skalası (SUS), Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formu ile çevrimiçi toplanmıştır. Analizde sayı, yüzde, gruplar arası homojenlik, Mann Whitney U, Wilcoxon, bağımsız örneklemler t testleri kullanılmıştır.

Araştırmada müdahale grubunda eğitim sonrası SGM-SZFE Adölesan ve Ebeveyn Değerlendirme Formlarından alınan puanların anlamlı bir şekilde arttığı ($p<0.05$). adölesanların YSZE-II "ben yaptım" bölümünden aldıkları puan anlamlı olarak azaldığı ($p<0.05$) ancak kontrol grubu ile arasındaki farkın anlamsız olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE programının etkili olduğu belirlenmiştir.

Adölesanlarda siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde ebeveynlerin de eğitimlere dâhil edildiği, teorik çerçevesi bir hemşirelik modeline temellendirilmiş, web tabanlı ve video anlatımlı uygulamaların kullanılması önerilebilir.

Anahtar kelimeler: Adölesan, ebeveyn, Pender Sağlığı Geliştirme Modeli, siber zorbalık, web tabanlı eğitim.

ABSTRACT

Raising Awareness of Cyberbully Adolescents and Their Parents with Web-Based Cyberbullying Training Based on the Health Promotion Model

The research was conducted in an experimental design with pre-test, post-test intervention and control group in order to raise awareness of cyberbullying adolescents and their parents with Web-Based Cyberbullying Training (HPM CBAT) based on Pender's Health Promotion Model.

A total of 64 adolescents and their parents, 33 in the intervention group and 31 in the control group, who are receiving education in 12 high school in the city center of Ankara and scored 11 or more in the "I did it" section of the Renewed Cyberbullying Inventory II (RCBI-II), constituted the sample of the research. Training videos, for the adolescents in the intervention group; on Definition and Types of Cyberbullying, Causes and Consequences of Cyberbullying, Digital Citizenship Self-Efficacy, Empathy, Safety Internet Use, and for parents on Definition and Types of Cyberbullying, Causes and Consequences of Cyberbullying, Digital Parenting Self-Efficacy and Safety Internet Use were given for a total of five weeks, one training per week, on the website www.digitalgencdijitalebeveyn.com created by the researcher. No training was given to the control group. Data were collected online with Adolescent, Parent Data Collection Form, RBCI-II, HPM-CBAT Adolescent and Parent Evaluation Forms, System Usability Scale (SUS), Evaluation of Training Videos. Number, percentage, homogeneity between groups, Mann Whitney U, Wilcoxon, independent samples t test, were used in the analysis.

In the study, the scores obtained from the HPM-CBAT Adolescent and Parent Evaluation Forms increased significantly after the training in the intervention group ($p<0.05$). It was found that the scores of the adolescent in the RCBI-II "I did it" section decreased significantly ($p<0.05$), but there was no statistical significant difference with the control group ($p>0.05$). It has been determined that the HPM grounded Web-Based CBAT program is effective.

In the prevention and intervention of cyberbullying in adolescents, it can be recommended to use web-based and video-based applications, the theoretical framework of which is based on a nursing model, in which parents are also included in the training.

Keywords: Adolescent, cyber bullying, parents, Pender's Health Promotion Model, web-based education.

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

χ^2	: Pearson ki kare
%	: Yüzde
AL	: Anadolu Lisesi
BT	: Bilişim Teknolojileri
BTK	: Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu
IQR	: Interquartile Range (Çeyrekler Açıklığı)
KVKK	: Kişisel Verileri Koruma Kanunu
n	: Örneklem Sayısı
p	: Olasılık
RTÜK	: Radyo ve Televizyon Üst Kurulu
SGM	: Sağlığı Geliştirme Modeli
SGM SZFE	: Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi
SZFE	: Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi
t	: t testi
TCK	: Türk Ceza Kanunu
TİK	: Tez İzleme Kurulu
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
UNICEF	: Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu
YSZE-II	: Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri II
z*	: Man Whitney U Tablo Değeri
z**	: Wilcoxon Test Tablo Değeri

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 2.1. Pender'in sağlığı geliştirme modeli..... 36
Şekil 3.1. Örneklem seçimi akış şeması 49
Şekil 3.2. Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim Programının Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmesi Akış Şeması. 67
Şekil 3.3. Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim Programının Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmesi Akış Şeması. 73
Şekil 3.4. Web sitesinde yer alan sohbet kutusu. 74
Şekil 3.5. Web sitesi "Yönetici Paneli" ara yüz görüntüsü..... 75
Şekil 3.6. Web sitesi adölesanlar ve ebeveynler için kullanıcı girişi ara yüz görüntüsü. 76
Şekil 3.7. Web sitesi "Hakkımızda" sekmesi ara yüz görüntüsü. 76
Şekil 3.8. Web sitesi "Araştırmanın Amacı" sekmesi ara yüz görüntüsü. 77
Şekil 3.9. Web sitesi "Genç Eğitim Videoları" sekmesi ara yüzü görüntüsü. 78
Şekil 3.10. Web sitesi "Ebeveyn Eğitim Videoları" sekmesi ara yüzü görüntüsü. ... 79
Şekil 3.11. Web sitesi "Sözlük" sekmesi ara yüzü. 80
Şekil 3.12. Web sitesi "Formlar" sekmesi ara yüzü. 80
Şekil 3.13. Web sitesi "İletişim" sekmesi ara yüzü görüntüsü. 81
Şekil 3.14. Araştırma uygulanma akış şeması. 87

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 2.1. Siber zorbalık davranışını etkileyen adölesan ve ebeveynlerle ilişkili nedenler. 12
Tablo 2.2. Dijital vatandaşlık ilkeleri 25
Tablo 2.3. Siber zorba ve siber mağdur olan adölesanların davranışları..... 41
Tablo 2.4. Çocuğu siber zorbalık yaptığında veya siber mağdur olduğunda siber zorbalığın önlenmesi için ebeveynlerin izlemesi gereken adımlar. 42
Tablo 3.1. Araştırmanın yürütüldüğü okulların bulunduğu ilçe, okul adı, öğrenci sayısı ve okulların siber zorbalık ile ilgili eğitim etkinlikleri. ... 45
Tablo 3.2. Araştırmanın yürütüldüğü ilçelerde yer alan okulların adı, toplam 9 ve 10. sınıf öğrenci sayısı ile araştırmaya katılmayı kabul eden öğrenci sayısı ve müdahale kontrol grubuna atanan toplam öğrenci sayıları. 48
Tablo 3.3. Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim programının Sağlığı Geliştirme Modeline temellendirilmesi. 65
Tablo 3.4. Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim programının Sağlığı Geliştirme Modeline temellendirilmesi. 65
Tablo 3.5. Adölesan ve ebeveyn için hazırlanan videolar konuları ve süreleri..... 82
Tablo 3.6. Araştırmanın uygula modeli..... 86
Tablo 3.7. Araştırma uygulama tarih ve aşamaları..... 86
Tablo 4.1. Müdahale ve kontrol grubunda bulunan adölesanların yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, ders başarı durumu, anne-baba eğitim düzeyi, cep telefonu kullanma, internette geçirilen süre, sürekli erişim, erişim kaynağı, kullanma amacı özelliklerine göre dağılımı ve gruplar arası karşılaştırılması. 90
Tablo 4.2. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların sosyal medya kullanım özellikleri, siber zorbalıkla karşılaşıldığında ebeveyn ile paylaşma ve siber zorbalık bilgi düzeyine ait özelliklerin dağılımı ve gruplar arası karşılaştırılması. 93
Tablo 4.3. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi özelliklerinin dağılımı ile gruplar arası karşılaştırılması. 95

Tablo 4.4. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin çocuklarının cep telefonuna sahip olması, internete sürekli erişim sağlaması, internette geçirdiği günlük süre ve erişim aracı ile kendisinin ve çocuğunun sosyal medya hesabı kullanımı, süresi, çeşitleri, paylaştığı bilgiler, çocuğuyla arkadaş olma ve kontrol etmesi özelliklerinin gruplar arası karşılaştırmaları. 96
Tablo 4.5. Adölesanların Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı Eğitimi konularına SZFE eğitimi öncesi ve sonrası verilen yanıtların dağılımı. 100
Tablo 4.6. Adölesanların SZFE öncesi ve sonrasında Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı puanlarının grup içi ve gruplar arası karşılaştırılması. 106
Tablo 4.7. Adölesanların SZFE öncesi ve sonrasında Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri –II (YSZE-II) puanlarının grup içi ve gruplar arası karşılaştırılması. 109
Tablo 4.8. Ebeveynlerin Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı konularına SZFE öncesi ve eğitim sonrası verilen yanıtların dağılımı. 112
Tablo 4.9. Ebeveynlerin SZFE öncesi ve sonrasında Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı puanlarının grup içi ve gruplar arası karşılaştırılması. 118
Tablo 4.10. SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan adölesanların Sistem Kullanılabilirlik Skalasına verdiği yanıtların dağılımına ait bulgular. 123
Tablo 4.11. SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin Sistem Kullanılabilirlik Skalasına verdiği yanıtların dağılımına ait bulgular. 125
Tablo 4.12. SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE'inde kullanılan video süresi, video ortalama izleneme süresine ait bulgular. 126

Tablo 4.13. SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan adölesanların ve ebeveynlerin Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formuna verdikleri yanıtların dağılımına ait bulgular. 127

1. GİRİŞ

1.1. Problemin Tanımı ve Önemi

Günümüzde internetin aktif kullanımı iletişimi çevrimiçi ortamlara taşımakta ve adölesanlar tarafından kolaylıkla benimsenmektedir (1). Adölesanlar cep telefonu, internet, video oyunları ve sosyal paylaşım sitelerini yoğun bir şekilde kullanmaktadırlar (2). İnternet ortamındaki iletişim ve etkileşim adölesanlara pek çok yarar sağlamasının yanında yanlış ve bilinçsizce kullanıldığında siber zorbalık davranışlarının görülmesine neden olmaktadır (3).

Elektronik cihazlar ve dijital medya aracılığıyla (4) bir kişi ya da grup tarafından başkalarına zarar veya rahatsızlık vermek amacıyla, düşmanca veya saldırgan ileti göndermeyi kapsayan siber zorbalık (5,6), internet yardımıyla erişilebilen sohbet odaları, e-posta, anlık mesajlaşma, web sitesi, blok sayfaları gibi sosyal ağ ortamlarında gerçekleşmektedir (7). Dünya genelinde siber zorbalık %1-43 (8,9,10), siber mağduriyet %3-72 oranında (8,10,11), görülürken, Ülkemizde siber zorbalığın %20-60 (12,13,14) siber mağduriyetin ise %18-65 oranında olduğu belirlenmiştir (13,14,15).

Adölesanların intikam alma, dikkat çekme, güç gösterme, eğlenme, popüler görünmek amacıyla siber zorbalık yaptıkları bildirilmektedir (13). Erkek, yaşı büyük ve internette uzun süre geçiren, sosyal medya kullanan, kişisel verilerini paylaşan adölesanların siber zorbalık sıklığının arttığı belirtilmektedir (12,9,14,16,17). Dijital platformların kimliği gizlemeye olanak sağlaması, agresif mizah anlayışı (18) empati yoksunluğu (11,19), dijital mahremiyet ve çevrimiçi nezakete önem vermeme (11) gibi nedenlerin adölesanların siber zorbalık davranışlarını artırdığı bilinmektedir. Uygun olmayan ebeveyn stratejileri, iletişim sorunları, sosyal kontrol yokluğu, aile denetiminden uzak internet kullanımı siber zorbalık davranışlarına neden olabilmektedir (17,20-25).

Ebeveynlerin siber zorbalık konusunda farkındalıklarının yeteri kadar olmadığı, ebeveynlerin yaklaşık %75-98.8'i çocuğunun siber zorbalık yapmadığını

düşündüğü (13,26), çocuklarını çevrimiçi aktivitelerini takip eden ebeveynlerin çocuklarının siber zorbalık davranışlarının azaldığı bilinmektedir (27).

Buna karşın ebeveynlerin % 35.9'unun çocuklarının çevrimiçi ne yaptığını hiç kontrol etmediği, %51.9'unun sosyal hesap kullanımını denetlemediği ve % 43.6'sının güvenli internet kullanımı hakkında çocuklarına eğitim vermediği bildirilmiştir (10). Bu durumun ebeveynlerin çocuklarını internet risklerinden uzak tutmayı sağlayacak yeterli bilgiye sahip ve değişen ebeveynlik stratejilerinin farkında olmamalarından kaynaklandığı belirtilmektedir (27,28). Oysaki internet teknolojisinin gelişmesi ebeveynlere yeni roller ve sorumluluklar yüklemektedir. Ebeveynlerin çocuklarının interneti yanlış ve bilinçsiz kullanımı nedeniyle uğrayabilecekleri tehlikeleri önlemek amacıyla kullandıkları çevrimiçi ortamlara ve bu ortamlarda sergiledikleri davranışın farkında olması gerekmektedir. Bu amaçla ortaya çıkan dijital ebeveynlik kavramı, içinde bulunulan teknoloji çağına dijital araçları doğru kullanarak, çevrimiçi risklerin farkına varıp çocuğunu bu risklerden koruma ve uzak tutmayı, çevrimiçi etik davranışlara duyarlık göstererek uyum sağlamayı ifade etmektedir. Ebeveynlerin çocuklarını çevrimiçi risklerden koruyabilmeleri için dijital okuryazarlık, farkındalık, kontrol, etik ve yenilikçilik rol becerilerine sahip olmaları gerekmektedir (29).

Siber zorbalık sıklığının Dünyada ve Türkiye'de yaygınlaşması, toplumsal bir sorun haline gelmesi konuyu inceleyen farklı çalışmalar yapılmasına neden olmuştur (30). Bu amaçla ConRed, Online Pestkoppenstoppen gibi müdahale ve eğitim programları ile siber zorbalığa ve mağduriyete yönelik farklı çalışmalar yapılmaktadır. Bu çalışmaların büyük çoğunluğu siber mağduriyetten korunma konusunu kapsamaktadır (31,32). Gaffney ve arkadaşları (2018) siber zorbalık konusunda geliştirilen stratejilerin etkili ancak yetersiz olduğunu bildirmektedir (33).Ayrıca siber zorbalığı önleme ve müdahale çalışmalarında ebeveynlerin rolünün önemli olduğu bildirilmesine karşın hem ebeveyn hem de çocuğun birlikte ele alındığı çalışmalarında yetersiz olduğu görülmüştür. Ülkemizde yapılan farklı çalışmalarda da adölesanlarla birlikte ebeveynlerin de eğitim programlarına dahil edilmesi gerektiği bildirilmektedir (34, 35,14).

Sağlık eğitimleri bilimsel bilgi içeriğine dayandırılarak yapılan eğitimleri kapsamaktadır (36). İnternetin yaygın olarak kullanılması web ortamında bilgi alışverişinin kolaylaşması ve eğitim yöntemlerinin zenginleşmesine katkı sağlamaktadır (37). Teknolojinin etkin kullanımı aracılığıyla eğitimi genişletmek,

geliştirmek için bilgi ve kaynak paylaşımlarının yapılabildiği organizasyonlar olan uzaktan eğitim ile sağlık eğitimi web tabanlı olarak verilebilmektedir (38,39).

Günümüzde yüz yüze eğitime alternatif veya tamamlayıcı olarak kullanılan web tabanlı eğitimlerin hem öğrenciler hem de ebeveynler için çeşitli avantajları bulunmaktadır. Yapılan farklı çalışmalarda web tabanlı eğitimlerin bireysel motivasyonu artırarak eğitimden yarar sağlandığı (40), aktarılan bilgilerin öğrenciler tarafından daha kolay hatırlandığı (41) ebeveynlerin bilgilerinin artmasının özgüvenlerini artırdığı belirlenmiştir (42). Web tabanlı eğitimlerin zaman ve mekan sınırlaması olmadan eğitim alan kişilere fayda sağlamasının avantajı ile siber zorbalık farkındalık eğitimi, hem adölesan hem de ebeveynine aynı anda ulaşabilmeyi kolaylaştırabilir.

Araştırmalarda ve uygulamalarda hemşirelik modelleri kullanmak, uygulama ile ilgili kavramlara ve ilkelere bilimsel bir temel oluşturmakta ve bakıma sistematik bir yaklaşım sağlamakta (36,43), model kullanımı araştırmada uygulanan girişimler için rehberlik etmektedir. Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli sağlık davranışlarını etkileyen faktörleri açıklamada kullanılan uygun bir model olduğu belirtilmektedir (44). Sağlığı geliştirmede etkin olan sağlıklı yaşam biçimi davranışları DSÖ'ne göre 10-19 yaş grubu olarak kabul edilen adölesan dönemde kazanılmaktadır (45). Özellikle hem sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını olumsuz etkileyen hem de olumsuz yaşam biçimi davranışlarının bir sonucu olarak karşımıza çıkan siber zorbalık davranışının değiştirilmesinde bu modelin uygulanabilir ve etkili olabileceği ön görülmüştür. Modelde yer alan algılanan engel, algılanan yarar ve öz etkililik bu davranışın neden geliştiğini açıklamamıza yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Ayrıca kişilerarası etkiler boyutu ile ebeveynlerin eğitim sürecine dahil edilmesi siber zorbalık davranışını değiştirmede etkili olabileceği düşünülerek bu model seçilmiştir. Buradan hareketle Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli temel alınarak geliştirilen eğitim programı ile adölesanlarda ve ebeveynlerinde siber zorbalık farkındalığı oluşturacağı varsayılmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma, siber zorba adölesanların ve bu adölesanların ebeveynlerinin Sağlığı Geliştirme Modeli 'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi ile siber zorbalık farkındalıklarını artırmayı amaçlamaktadır.

1.3. Araştırma Sorusu

Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi alan müdahale grubu ile kontrol grubu arasında adölesanların (1)siber zorbalık, (2) dijital vatandaşlık öz yeterlilikleri, (3) empati, (4) güvenli internet kullanımı ile ebeveynlerin (1) siber zorbalık, (2) dijital ebeveynlik öz yeterlilikleri, (3) empati, (4) güvenli internet kullanımı puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?

1.4. Araştırmanının Ana Hipotezleri

H_1: Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi alma adölesanların siber zorbalık farkındalığını artırır.

H_2: Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi alma ebeveynlerin siber zorbalık farkındalığı artırır.

1.5. Araştırmanın Alt Hipotezleri

$H_{1.1.}$ Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan adölesanların dijital vatandaşlık öz yeterlilik farkındalıkları eğitim öncesine göre artar.

$H_{1.2.}$ Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan adölesanların empati farkındalıkları eğitim öncesine göre artar.

$H_{1.3.}$ Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan adölesanların güvenli internet kullanımı farkındalıkları eğitim öncesine göre artar.

$H_{2.1.}$ Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimleri ebeveynlerin dijital ebeveynlik öz yeterlilik farkındalıkları eğitim öncesine göre artar.

$H_{2.2.}$ Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan ebeveynlerin empati farkındalıkları eğitim öncesine göre artar.

$H_{2.3.}$ Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan ebeveynlerin güvenli internet kullanımı farkındalıkları eğitim öncesine göre artar.

1.6. Araştırmanın Varsayımları

Bu araştırmada,

- Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan adölesanların farkındalıklarının artarak siber zorbalık davranışında bulunmayacakları,
- Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan ebeveynlerin çocukları siber zorbalık konusu hakkında bilgilendireceği,

varsayılmıştır.

1.7. Araştırmanın Terminolojisi

Siber zorba adölesan: Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri II "ben yaptım" bölümünden 11 ve üzerinde puan alan 9. ve 10. sınıf öğrencileri

Siber mağdur adölesan: Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri II "bana yapıldı" bölümünden 11 ve üzerinde puan alan 9. ve 10. sınıf öğrencileri

Ebeveyn: Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri II "ben yaptım" bölümünden 11 ve üzerinde puan alan 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin anne veya babası

Orta sosyoekonomik düzey: Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre Ankara ili merkez ilçeleri arasında sosyoekonomik gelir düzeyi "orta" olarak belirlenen ilçeler

Farkındalık oluşması: Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi eğitim değerlendirme formlarından alınan puanların artması

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Siber Zorbalık

Günümüz teknolojilerinin vazgeçilmezleri arasında yer alan internet teknolojisi iletişim, eğitim, bilgi paylaşımı ve alışveriş gibi birçok eylemin gerçekleştirildiği bir platform olarak karşımıza çıkmaktadır. Keşfedilmesiyle birlikte çok hızlı bir şekilde günlük yaşantımıza entegre olan internetin kullanımı tüm dünyada oldukça yaygındır. Digital 2021 raporunda dünya genelinde 4.6 milyar kişinin internet kullanıcısı, 4.2 milyar kişinin aktif sosyal medya kullanıcısı olduğu kısaca dünya nüfusunun yarısından fazlasının interneti aktif kullandığı ve günde ortalama 6 saat 54 dakikasını internette harcadığı bildirilmektedir (46). Dünyada olduğu gibi ülkemizde de internet kullanımı yaygındır. Türkiye nüfusun %92.0'si evden internete bağlanmakta ve %76.5'i interneti her gün ve günde ortalama 7 saat 57 dakikasını kullanmaktadır (47). İnterneti en yoğun kullana yaş grubunun genç yaş grubu olduğu bilinmektedir (48). Athanasiades ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında adölesanların yaklaşık %88'nin en az bir tane sosyal medya hesabı olduğu, %91'inin sosyal medyada günde ortalama 4 saat zaman geçirdiği belirlenmiştir (49). Ülkemizde 12 ilde aynı anda yürütülen bir araştırmada 9-16 yaş arasındaki adölesanların %85'nin evinde internet bağlantısı olduğu, %89.5'nin sosyal medya hesabı kullandığı, özellikle 13-16 yaş grubunda sosyal medya kullanma oranın %90.0'nın üzerinde olduğu ve interneti en fazla sosyal medyaya erişim amacıyla kullandığı belirlenmiştir (50).

İnternetin aktif kullanımı iletişimi çevrimiçi ortamlara taşımakta ve bu iletişim adölesanlar tarafından kolaylıkla benimsenmektedir (1). Adölesanlar cep telefonu, internet, video oyunları ve sosyal paylaşım sitelerini yoğun bir şekilde kullanmaktadır (2). İnternet ortamındaki iletişim adölesanlara pek çok yarar sağlamasının yanında yanlış ve bilinçsizce kullanıldığında yüz yüze iletişimde olduğu gibi siber dünyada da zorbalık davranışlarının görülmesine neden olmaktadır (3).

Tarafları arasında olumsuz etkiler bırakan geleneksel zorbalık davranışının dünyanın pek çok ülkesinde karşılaşılan bir problem olduğu bilinmektedir (51). Olweus (2011)'a göre zorbalık "*bir kişi ya da kişiler tarafından kendini savunamayan diğer bir kişiye karşı uygulanan agresif davra*nışlar"dır (52).

Agresif davranışların zorbalık olarak adlandırılabilmesi için zorba ile mağdur arasında güç dengesizliğinin olması, davranışın tekrarlı ve kasıtlı bir şekilde zarar vermek amacıyla yapılması gerekmektedir (52). Fiziksel zorbalık, sözel zorbalık, dışlama-yalnızlaştırma, söylenti çıkarıp yayma ve bireyin mal ve eşyalarına zarar verme şeklinde karşılaşılan zorbalık (51), elektronik iletişim teknolojilerinin hızla gelişmesi ile siber ortama taşınmıştır (53).

Zorbalığın bir çeşidi olan siber zorbalık, "*elektronik ortamda başkalarına zarar veya rahatsızlık vermeyi amaçlayan, düşmanca veya saldırgan iletileri tekrar tekrar ileten bir kişi ya da grup tarafından bilgisayar, tablet, cep telefonu gibi elektronik cihazlar ile çevrim içi ortamda gerçekleştirilen davranışlar"* olarak tanımlanmaktadır (54). Bir başka tanımda ise siber zorbalık "*Bir grup veya birey tarafından, elektronik iletişim türlerinin kullanarak, kendisini kolayca savunamayan bir kurbana karşı defalarca ve farklı zamanlarda gerçekleştirilen agresif, kasıtlı bir davranış*" olarak açıklanmaktadır (6). Dilmaç (2020) bir iletişim sorunu da diyebileceğimiz siber zorbalığı, "*iletişim halindeki kişilerden birinin karşı tarafa göstermesi gereken sosyal mesafeyi ihlal etmesi böylece saygı sınırının aşılmasıyla gerçekleşen bir saldırı*" olarak da tanımlanmaktadır (55). Siber zorbalık davranışlarında bulunan kişiler "siber zorba", siber zorbalık davranışlarından maddi ve manevi mağduriyet yaşayanlara "siber mağdur", hem siber zorbalık davranışı sergileyen hem de siber mağdur olan kişiler "siber zorba-mağdur" olarak adlandırılmaktadır (5,56). Siber zorbalık yeni bir kavram olarak ele alınıyor olsa da internet ortamında bireylerin cinsiyetlerini, dış görünüşlerini, yaptığı paylaşımlar üzerinden düşüncelerini, genel olarak sosyal değerlerini hedef alan bir saldırı olduğu bu nedenle siber zorbalığın yeni bir şiddet türü olmadığı, kimlik, güç ve cinsiyet üzerinde kök salmış şiddet türlerinin yeni bir ifadesi olarak karşımıza çıktığı ileri sürülmektedir (57).

Siber zorbalık tanımından da anlaşılacağı gibi cep telefonu, bilgisayar, tablet gibi iletişim araçları ile kısa mesajlar, sohbet odaları, blok sayfaları, forum sayfaları, e-posta alma ve gönderme siber zorbalığın gerçekleştiği ortamlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Benzer şekilde kullanıcı sayısı her geçen gün artan birden fazla kullanıcı ile oynanan çevrimiçi oyunlarda siber zorbalık yaşanmaktadır (4). Adölesanların interneti en sık sosyal medya hesabında vakit geçirmek için kullandığı ve neredeyse on kişiden dokuzunun en az bir tane sosyal medya hesabı olduğu bilinmektedir.

Siber zorbalık günümüzde çok sık kullanılan Youtube, Instagram, Facebook, Twitter vb sosyal medya hesaplarında yaşanmaktadır (14). Abaido (2020) tarafından yapılan bir araştırmada gençler, Instagram (% 55.5), Facebook (% 38.0) ve Twitter'ı (% 35.5) siber zorbalığın yaşandığı ilk üç platform olarak belirtmişlerdir (58). Sosyal medya hesaplarında isim soy isim, yaş, cinsiyet, okul bilgileri, resim, video, kişisel düşünceler ve ilgi alanları gibi bilgilerin paylaşılabilmesi siber zorbaların, zorbalık yapmak için kullanacağı veriler haline dönüşebilmektedir (59).

2.2. Siber Zorbalığın Yaygınlığı

Son yirmi yıldır teknoloji ve internet kullanımının yaygınlaşması ile karşımıza çıkan yeni zorbalık türü siber zorbalık ve siber mağduriyet yaygınlığı ile ilgili yapılan çalışmalar devam etmektedir. Siber zorbalık ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde siber zorbalık yaygınlığı, ülkeler arasında farklılık gösteren siber zorbalık tanımları, siber zorbalık davranışını değerlendiren ölçeklerin farklılığı, kültüre göre değişkenliği gibi nedenlerle heterojenlik göstermektedir (60). Genel olarak bakıldığında ise siber zorbalık ve mağduriyetin evrensel bir sorun olduğu anlaşılmaktadır (61).

Dünyada siber zorbalık oranlarının %1-43 (9,10,62) siber mağduriyet oranlarının ise %3-72 arasında değiştiği bildirilmektedir (10,62,63). Avrupa ve Asya ülkelerinin dahil olduğu bir sistematik derlemede en yüksek siber mağduriyet oranları Kanada ve Çin'de, en düşük siber mağduriyet oranları ise İsveç, Avusturalya ve Almanya'da yaşayan çocuk ve adölesanlarda olduğu tespit edilmiştir. Yine bu ülkeler arasında siber zorbalık oranlarının Almanya ve İspanya'da en yüksek olduğu belirlenmiştir (60). Ülkemizde siber zorbalık oranlarının yaklaşık olarak %20-60 (12-14) siber mağduriyet oranlarının ise yaklaşık %18-65 arasında değiştiği belirlenmiştir (12-15). Hem dünyada hem de Türkiye'de siber zorbalık ve siber mağduriyet oranları göz önüne alındığında yeni çıkan bir kavram olmasına rağmen oranların yüksek olduğu söylenebilir. Siber zorbalık ve siber mağduriyet yaygınlığı ile ilgili yapılan bu çalışmaların interneti en yoğun kullanan grup olan gençler üzerinde özellikle okul çağı dönemi ile birlikte üniversite öğrencilerini kapsayan bir yaş aralığında yoğunlaştığı görülmektedir (14, 64-72). Siber zorbalık yaygınlığının yaşın artması ile arttığı (14,73,74) lise düzeyinde eğitim öğretimine devam eden öğrencilerin siber zorbalık oranlarının diğer yaş gruplarına daha yüksek olduğu belirlenmiştir (14, 73, 75).

Siber zorbalıkla ilişkili olan siber mağduriyet benzer şekilde en fazla lise düzeyindeki öğrencilerde görülmektedir (73-75). Siber zorbalığın cinsiyetler arasındaki yaygınlığı incelendiğinde siber zorbalık davranışının erkeklerde sık görüldüğü, siber mağduriyetin ise kızlarda sık görüldüğü belirlenmiştir (73-75). Ancak hem siber zorbalık hem de siber mağduriyet oranlarının erkeklerde yüksek olduğu, siber zorbalık ve siber mağduriyet yaygınlığının cinsiyetler arası farkın anlamsız olduğu çalışmalar da mevcuttur (9,14, 76-78).

Siber zorbalık, geleneksel zorbalıktan farklı olarak kişinin kendi evinde, gece ve ya gündüz fark etmeksizin günün herhangi bir saatinde, genellikle anonim bir şekilde akranını mağdur etmeyi amaçlayan şekilde gerçekleşebilmektedir (79).Siber mağdur olan kişilerle görüşüldüğünde en sık sınıf arkadaşları tarafından siber zorbalığa uğradıklarını belirtmişlerdir. Aynı şekilde adölesanlar aynı okuldan farklı şubeden arkadaşları, okul dışında tanıdıkları kişiler (komşu, akraba vb), internet ortamında tanıştıkları kişiler tarafından siber zorbalığa uğradıklarını bildirmişlerdir (80).

2.3. Siber Zorbalık Çeşitleri, Nedenleri, Siber Mağdurlar Üzerine Olumsuz Etkileri ve Yasal Sonuçları

Bu bölümde siber zorbalığın çeşitleri, siber zorbalık davranışına neden olan adölesanlara ve ebeveynlere ait durumlar, siber zorbalık davranışının mağdur üzerindeki olumsuz etkileri ile siber zorbalığın yasal sonuçları ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

2.3.1. Siber Zorbalık Çeşitleri ve Nedenleri

Çevrimiçi ortamda bilgisayar, akıllı cep telefonu, tablet gibi iletişim cihazları ile hedef alınan kişiye çeşitli yollar ile siber zorbalık yapılabilmektedir (81). Siber mağduriyete neden olan siber zorbalık davranışları yedi maddede sıralanmaktadır.

- Hakaret etmek: Bir şahsa/şahıslara veya özel olarak çevrimiçi bir gruba yönelik öfkeli, kaba, kırıcı mesaj göndermek,
- Taciz: Bir şahsa sürekli hakaret edici mesajlar yollamak,

- İftira atmak: Kişi hakkında dedikodular, zarar verici ve doğru olmayan bilgi göndermek/postalamak,
- Kişiliğe Bürünme / Gizlenme: Başka bir şahıs gibi davranmak ve büründüğü kişiyi kötü göstermek için çevrimiçi materyal postalamak/göndermek,
- Düzenbazlık: Başkaları hakkındaki özel ve yüz kızartıcı bilgileri göndermesi için diğer kişileri kandırmak,
- Dışlama: Herhangi bir kişiyi kasıtlı olarak çevrimiçi bir gruptan dışlamak.
- Siber Taciz: Zarar amaçlı tehdit veya aşırı korkutucu öğeleri içeren taciz durumu

olarak açıklanmaktadır (81).

Hamm ve arkadaşları (2015) isim takmak, dedikodu yapmak ve söylenti çıkarmanın en sık görülen siber zorbalık davranışları arasında yer aldığını bildirmektedir (82). Çimen (2018) tarafından 12-14 yaş grubunda yapılan siber zorbalık araştırmasında adölesanların %59'u siber zorbalık çeşitlerinden dışlama ve siber taciz, %53'ünün iftira atma davranışlarını yaptığı belirlenmiştir (24). Çin'de ilkokuldan liseye kadar geniş bir örneklemin incelendiği çalışmada siber zorbalık türleri arasında en sık (%7) "alay etmek" ile karşılaşıldığı saptanmıştır (83). Radyo Televizyon Üst Kurumu (RTÜK) (2018) tarafından yapılan çalışmada ise siber zorbalık türlerinden en fazla "başkaları hakkında olumsuz yorum yapma" ile karşılaşıldığı, bu davranışın sıklığının yaşın ilerlemesi ile arttığı ve en fazla oranla 14-17 yaş grubunda rastlanıldığı belirlenmiştir (84). Bununla birlikte izinsiz fotoğraf paylaşmak, başkası adına sosyal medya hesabı açarak o kişiyi kötüleyen paylaşımlar yapmak, sosyal medya ve çevrimiçi oyun şifrelerini ele geçirmek gibi davranışlar yaygın olarak görülen siber zorbalık çeşitleri arasında yer almaktadır (85).

2.3.2. Siber Zorbalık Nedenleri

Siber zorbalık ve siber mağduriyeti etkileyen, ortaya çıkmasına neden olan çeşitli etmenler bulunmaktadır. Siber zorbalığa neden olan durumların başında siber mağduriyet yer almaktadır. Siber zorbalık ile siber mağduriyetin ilişkili olduğu (14), siber mağdur olanların öfke ve intikam duygularıyla siber zorbalık yaptığı bilinmektedir (88). Siber zorbalık veya siber mağduriyete neden olan durumlar

adölesanların kişilik özellikleri, akran ilişkileri, internet kullanım alışkanlıklarından kaynaklanabilmektedir.

Depresif, kaygılı, empati düzeyi düşük ve narsist kişilik özellikleri olan adölesanların siber zorbalık davranışı sergilediği belirlenmiştir (4,76,87). Arkadaşlık ilişkileri de siber zorbalığın ortaya çıkmasına neden olan etmenlerden biridir. Adölesanın üyesi olduğu akran grubunun siber zorbalığa olan olumlu tutumu, siber zorbalık davranışı sergilemesi benzer davranışı sergilemeyi normalleştirmektedir.

Hinduja ve Patchin (2013) çalışmasında arkadaşlarının siber zorbalık yaptığına şahit olmayanların %4'ü siber zorbalık yaptığını bildirirken, arkadaşlarının siber zorbalık yaptığına şahit olan adölesanların %62'si kendilerinin de siber zorbalık yaptığını bildirmiştir (3).Sosyal yalnızlık çeken ergenlerin dijital dünyada bu yalnızlığını gidermek istemesi ve siber zorbalık yaparak güçlü olduğunu kanıtlamaya çalışması siber zorbalığa neden olmaktadır (88). Adölesanların internet kullanım alışkanlıklarından siber zorbalığa neden en önemli durumlardan birisi internette geçirilen süredir. İnternette günde üç saatten fazla zaman geçiren adölesanların siber zorbalık davranışının sıklığının arttığı belirlenmiştir (61,89,90). Siber zorbalık ve mağduriyet için bir diğer neden ise sosyal medya hesabı kullanımıdır. Sosyal medyada geçirilen süre, birden fazla sosyal medya hesabının olması, sosyal medyada paylaşılan bilgilerin siber zorbalık riskini artırdığı belirlenmiştir (14, 65, 91-94).

Adölesanların siber zorbalık davranışını ebeveynleri olan iletişimi, ebeveynlerin eğitim düzeyi, ebeveynlerin siber zorbalık farkındalığı, internet denetimi ve tutumu gibi faktörler etkilemektedir. Çocukları ile iletişimi yetersiz olan, internet kullanımını denetlemeyen, eğitim düzeyi düşük olan ebeveynlerin çocuklarının siber zorbalık ve siber mağduriyet deneyimlerinin arttığı belirlenmiştir (10, 24, 95-97). Siber zorbalık ve siber mağduriyet ile ilişki olan nedenler yapılan farklı çalışmada araştırılmıştır (Tablo 2.1).

Tablo 2.1. Siber zorbalık davranışını etkileyen adölesan ve ebeveynlerle ilişkili nedenler.

Adölesan ile ilişkili nedenler	Ebeveynler ile ilişkili nedenler
• Siber mağduriyet • Çevrimiçi ortamda günde ortalama üç saatten fazla zaman geçirmeleri • Sosyal medya kullanma ve günde üç saatten fazla zaman geçirmeleri • Birden fazla sosyal medya hesabı kullanma • Çevrim içi ortamlarda kişisel bilgilerin paylaşılması • İnternete erişim kolaylığı • İnternetin anonim yapısı; sosyal medya, oyun, blog sayfalarında kişiliğini gizleyip başka birisi gibi bilgiler paylaşabilmeye müsait bir ortam olması, takma isimlerle sohbetlere katılmak • Yüz yüze iletişim olmadığı için yapılan davranışlara, söylenilen sözlere dikkat etmeme • Çevrim içi ortamda siber zorbalığa maruz kalmak; intikam alma isteği ile siber zorbaca davranışlara yönlenme • Empati eksikliği • Siber zorbalığı eğlenme, şaka, havalı bir davranış olarak algılama • Siber zorbalık yapan arkadaşa sahip olma • Agresif mizah anlayışı • Dijital mahremiyete ve çevrimiçi nezakete önem vermeme • Yalnızlık • Benlik saygısında azalma	• Ebeveynlerin siber zorbalık hakkında bilgilerinin yetersiz olması • Çocuğunun siber zorbalık davranışlarının farkında olmaması • Çocuğunun siber mağdur olduğunu bilmemesi • Çocuğunun çevrimiçi etkinliklerinin farkında olmamaları • İhmalkar ve otoriter aile internet tutumu • Ebeveyn ergen iletişiminin yetersiz olması • Ebeveynlerin eğitim düzeyi • Çocukların algıladıkları sosyoekonomik durum • Ebeveynden uzakta internet erişimi sağlamak (internet kafe gibi) • İnternet kullanımının denetlenmemesi • İnternette paylaşılan bilgiler hakkında çocuğun bilgilendirilmemesi • Güvenli internet kullanımı hakkında çocuğunu bilgilendirmemesi • Ebeveynlerin internet ve bilgisayar kullanma becerisinin yetersiz olarak algılanması

*****Tablo araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir (3,10,14,18,24,66,86,88,91,93,95,97-103,185).

2.3.3. Siber Zorbalığın Mağdurlar Üzerine Olumsuz Etkileri

Siber zorbalığın gerçekleşme biçimi ve ortamı yüz yüze zorbalıktan farklı olsa da mağdur üzerine bıraktığı etkilerin benzer ve ya daha da olumsuz sonuçlara neden olmaktadır. Siber zorbalık sonucu üretilen saldırgan içeriğin oluşturulduğu platformda ne kadar süre kalacağının belirsiz olması, hızla yayılması ve yüz yüze zorbalığa göre izleyicisinin çok olması mağdur üzerindeki olumsuz etkinin şiddetini artırmaktadır (104).

Adölesanların siber zorbalığa maruz kalması fiziksel, psikolojik, sosyal ve akademik alanda olumsuz sonuçlara neden olmaktadır. En sık yaşanan siber zorbalık davranışı, karşıdaki kişiyi aşağılama, sosyal statüsüne zarar verme girişimi olarak karşımıza çıkmaktadır (105). Bu nedenle adölesanlar siber mağdur olduklarında özellikle içselleştirme sorunları yaşadıkları bildirilmektedir. Psikolojik ve duygusal olarak olumsuz iç süreçler olan içselleştirme davranışları arasında en sık depresyon,

anksiyete, öfke, kızgınlık, benlik saygısında azalma ve stres yaşanmaktadır (106-108). Özellikle siber mağduriyet yaşayan kız öğrencilerde depresyonun erkek öğrencilerden daha fazla yaşandığı belirtilmektedir. Bunun yanı sıra siber mağdur olan adölesanlarda dışsallaştırma davranışları da yaygın olarak görülmektedir. Siber mağduriyet yaşayan kız öğrencilere göre erkek öğrencilerde saldırganlık, madde kullanımı ve riskli cinsel ilişki dışsallaştırma davranışları daha sık görülmektedir (106, 109). Siber mağduriyet ve siber zorbalığın akademik başarıda azalma (107), konsantrasyonda azalma (110), gibi sağlık sorunları ile ilişkisinin olduğu belirlenmiştir. Uyku bozukluğu yaşayan adölesanların artan öfke yoluyla siber zorbalık davranışı sergilediği de bildirilmektedir (111). Dünyada adölesanlarla yapılan çalışmaların sonuçlarına benzer şekilde ülkemizde de adölesanlar siber zorbalığa maruz kaldıklarında olumsuz durumlarla baş etmek zorunda kalmaktadırlar. Siber zorbalığa maruz kalan adölesanların fiziksel bir nedene bağlı olmaksızın gelişen somatizasyon bozuklukları, depresyon, anksiyete yaşadığı belirlenmiştir (112). Siber zorbalığa maruz kalmanın en korkutucu sonuçlarından birisi de intihar düşüncesi ve ya intihardır. Siber mağduriyetin neden olduğu hayal kırıklığı, utanma hissinin intihar düşüncesine neden olduğu belirlenmiştir (105,113).

Siber mağdur olan adölesanların kendine zarar verme riskinin 2 kat, intihara meyilli davranışlara sergileme riskinin 2.5 ve intihara teşebbüs riskinin 2.1 kat daha fazla olduğu bildirilmektedir (114).

2.3.4. Siber Zorbalığın Yasal Sonuçları

Siber zorbalık davranışına maruz kalan kişilerde intihara varabilecek kadar olumsuz sonuçlara neden olması siber zorbalığın engellenmesi için farkındalık, önleme ve müdahale çalışmalarının yanı sıra hukuki yaptırımlarının da olması gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır. Dünyada olduğu gibi ülkemizde de siber zorbalık davranışı adı altında önleyici bir yasa yoktur (115,116). Siber zorbalık kavramının yeni bir kavram olması, tanımının tam olarak ortaya konulamamış olması, teknolojiyi çok yaygın kullanan ergenler arasında meydana gelmesi, sıklıkla anonim bir şekilde gerçekleşmesi siber zorbalık yasasının çıkarılmasındaki engeller olarak görülmektedir (115). Ancak kişisel bilgilerin izinsiz paylaşılması, tehdit, hakaret, uygun olmayan görüntü, fotoğraf paylaşımı, aşağılayıcı ve dışlayıcı bir iletişim yoluyla gerçekleşen

siber zorbalığın, Türk Ceza Kanunu'nda (TCK) ayrı ayrı başlıklarda yaptırımları olduğu görülmektedir (81, 117). Bir başka deyişle siber zorbalık ile işlenen suçun türüne göre değerlendirme yapılmaktadır. Örneğin, sosyal medya hesaplarında akranlarına kırıcı, küçük düşürücü, gözdağı içeren mesaj ve ya cep telefonu ile kısa mesaj göndermenin karşı tarafın şikayeti üzerine üç ay ile iki yıla kadar hapis cezası ve ya adli para cezası verilebilmektedir. Özel hayatın gizliliği ilkesince bir kişi arkadaşlarının izni olmadan görüntü paylaşması, TCK'nun 132 ve 134 maddeleri gereğince arkadaşının şikayet üzerine iki yıldan beş yıla kadar hapis ile cezalandırılabilir (116,117).

Okullarda geleneksel zorbalık sonrası siber zorbalığa dönüşen olaylarda Milli Eğitim Bakanlığı'nın (MEB) yönetmeliklerine göre de siber zorbalık davranışı sergilen öğrencilere çeşitli cezalar verilebilmektedir. Uyarma, kınama, okuldan uzaklaştırmaya kadar varabilen disiplin cezaları bilişim araçları ile kişilere zarar vermek, görüntü ses kaydı oluşturmak gibi davranışlar sonucu verilmektedir (118). Siber zorbalığın bir suç olmasının yanı sıra yetişkinliğe hazırlanma dönemi olan adölesan dönemde böyle bir davranışta bulunulması gelecek yaşamı da olumsuz etkileyebilmektedir.

İnternet ortamında paylaşılan bilgiler, fotoğraflar, videolar, konumlar, yorumlarla oluşan dijital ayak izi, iş başvurularında kişi ile ilgili bilgi elde etmek isteyen iş sahiplerine veri olarak düşebilmektedir. Bu durum madde kullanımı, uygunsuz fotoğraf paylaşımı, nefret ve ayrımcılık içeren söylemler içeren bir dijital ayak izine sahip olan kişinin işe kabul edilmemesine neden olabilmektedir (119,120).

2.4. Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesi

İnternet kullanımının yaygınlaşması ile birlikte siber zorbalık oranlarının artması, siber mağdurların yaşadığı olumsuz sonuçlar, ebeveynlerin farkındalığının yetersiz olması siber zorbalığı önleme ve müdahale çalışmalarının gerekliliğini ortaya çıkararak pek çok araştırmacının konu üzerine yoğunlaşmasını sağlamıştır. Bu doğrultuda ilkokuldan üniversiteye kadar çeşitli yaş gruplarına yönelik eğitim programları geliştirilerek bilimsel araştırmalar ile etkililiği değerlendirilmektedir. Yapılan çalışmalarda siber zorbalığı önleme ve müdahale programlarının siber zorbalık davranışında bulunmayı %9-15 ve siber zorbalık mağduriyetinde yaklaşık

%14-15 oranında bir azalma sağladığı belirlenmiştir (33). Programların etkili olmasına rağmen siber zorbalık ile karşılaşıldığında siber zorbaya nasıl tepki vereceğini ve nasıl kanıt toplayacağını bilen adölesanların oranının %7 olduğu bildirilmiştir (121). Bu durum adölesanların siber zorbalıktan kaçınma ve korunma konusunda farkındalıklarının yetersiz olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla siber zorbalığı önleme ve müdahale programlarının birincil amacı adölesanların siber zorbalık farkındalığını artırmak olmuştur. İnternet kullanımı ebeveyn kontrolünde olan adölesanların siber zorbalık ve siber mağduriyet deneyimlerinin azalması siber zorbalık önleme ve müdahale çalışmalarına ebeveynlerin dâhil olmasının önemli olduğunu göstermiştir (14, 121,122). Ancak ebeveynlere ve çocuklarına yönelik siber zorbalığı önleme ve müdahale programlarının birlikte yürütüldüğü çalışmalar oldukça sınırlıdır. Halk sağlığı tehdidi olarak ele alınması gerektiği bilinen siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesi için daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu belirtilmektedir (33).

Dünyanın çeşitli ülkelerinde siber zorbalığı önleme ve müdahale programları geliştirilirken beceri geliştirme, müfredat geliştirme, psiko eğitim, multimedya materyalleri, eğitim, okul iklimi oluşturma ve grup ve bireysel hedefli çözümler olmak üzere çeşitli yöntemler kullanılmıştır (123).

Siber zorbalığı önleme ve müdahale programları arasında iletişim ve sosyal becerilerin desteklenmesi, empati eğitimi, baş etme becerilerinin desteklenmesi ve dijital vatandaşlık konularını kapsayan programların daha etkili olduğu belirlenmiştir (124). Dünyada olduğu gibi Türkiye'de de siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesine yönelik bilimsel çalışmalar yürütülmekte, geliştirilen programların etkililiği denenerek kanıta dayalı veriler elde edilmektedir.

Türkiye'de siber zorbalığı önleme ve müdahale çalışmalarının okul temelli yaklaşımlar olarak geliştirildiği (71,72,125-127), siber zorba ve mağdur ortaokul ve lise öğrencilerine odaklanıldığı, ebeveyn, akran ve öğretmenleri kapsayan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bununla birlikte biyopsikososyal sağlığı olumsuz etkileyen siber zorbalık davranışının ilköğretim ve lise yaş grubunda önlenmesi ve müdahalesine yönelik sağlık profesyonelinin yürüttüğü herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesine yönelik geliştirilen programlar incelendiğinde sıklıkla yüz yüze olarak sınıf içi etkinliklere dayandığı, video ve web destekli uygulamalar ile desteklendiği anlaşılmaktadır (67,128, 129). Okul temelli ve müfredata entegre edilmiş programların siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde etkili olduğu belirlenmesine rağmen, uygulanacak olan eğitimlerde teknolojiyle desteklenen, işlevsel ve ücretsiz çözümlerin kullanılması önerilmektedir (130).

Dünyada Uygulanan Siber Zorbalık Önleme ve Müdahale Programları Örnekleri:

WebQuest Siber Zorbalık Önleme Programı (2013): Lee ve arkadaşları (2013) tarafından web sayfası aracılığıyla sunulan öğretim etkinliklerini kapsayan, ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık hakkında doğru bilgi ve tutumu geliştirmek, siber zorbalık davranışını azaltmak amacıyla hazırlanan bu program deney ve kontrol gruplu ön test son test ve izleme testi araştırma deseni ile yürütülmüştür. Deney grubunda bulunan (n=30) öğrenciye 45 dakikalık süre ile 8 hafta boyunca eğitim verilmiştir. Eğitim sonrasında deney grubunda yer alan öğrencilerin siber zorbalık bilgi ve farkındalığı arttığı ancak siber zorbalığa olan tutumu etkilemediği belirlenmiştir (128).

Medya Kahramanları (Media Heroes) Programı (2015): Planlı Davranış Teori temelli olarak Schultze-Krumbholz ve arkadaşları (2015) tarafından bilişsel ve duyuşsal empati ile medya okuryazarlığını teşvik ederek sosyal ve çevrimiçi becerileri geliştirmek amacıyla Almanya'da beş lisede gerçekleştirilmiştir. Sosyoekonomik gelir düzeyine göre seçilen bu beş okulun öğretmenleri program hakkında 8 saatlik eğitim almış ve deney grubunda olan sınıflara uygulanmasını sağlamıştır. Program 90 dakikalık on oturumdan oluşan uzun versiyon ile yine 90 dakikalık bir günlük kısa versiyon olmak üzere iki şekilde hazırlanmıştır. Araştırma sonucunda deney grubuna uzun süreli uygulanan programın siber zorbalık oranını azaltmada ve duygusal empatiyi geliştirmede etkili olduğu, kısa süreli programın bilişsel empati üzerine etkili olduğu bildirilmiştir (66).

Tuzak Yok (*NoTrap!) Programı (2016):* Palladino ve arkadaşları (2016) tarafından 2008 yılında geleneksel ve siber zorbalığı engellemek amacıyla okul temelli olarak geliştirilen bu programı akran liderliği yaklaşımı ile güncelleyerek lise birinci sınıfa devam eden deney (n=454) ve kontrol gruplu (n=171) ön test son test ve kalıcı

test yöntemi kullanarak uygulanmıştır. Zorbalık ve siber zorbalık ile ilgili farkındalık mesajlarının iletilmesi amacıyla seçilen akran liderler için günlük yaşamda ve dijital dünyadaki etkileşimler için sosyal beceriler, mağdur ve görgü tanıklarının duyguları, empatik yaklaşım ve başa çıkma stratejileri ile problem çözme becerilerine yönelik eğitim verilmiştir. Bu eğitim sonrasında akran liderler iki hafta boyunca facebook üzerinden bu bilgilerin sınıf arkadaşları ile paylaşılması sağlanmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Eğitim sonrasında kontrol grubuna göre deney grubunda yer alan adölesanların zorbalık, mağduriyet, siber zorbalık ve siber mağduriyet oranlarının azaldığı belirlenmiş, programın etkili olduğu bildirilmiştir (129).

Gerçek ve Dijital Dünyada Uyum İçinde Yaşamak Eğitim Programı (2019): İspanya'da Buils ve arkadaşları (2019) tarafından yürütülen bu çalışmaya 8 ile 12 yaşları arasında ilkokul düzeyinde öğrenim gören öğrenciler ile araştırmanın yürütüldüğü okulda bulunan öğretmenler ve deney grubunda bulunan öğrencilerin ebeveynleri dahil edilmiştir. İlk okul müfredatına entegre edilerek öğrencilerin kişisel, sosyal ve teknolojik becerilerini geliştirip siber zorbalık ve internetin risklerine karşı farkındalık kazanmaları amacıyla her yıl 15 olmak üzere toplam 60 etkinlik içeren eğitim programı geliştirilmiştir. Ayrıca eğitim programına çocuklarını internetin ve siber zorbalığın risklerinden korumak amacıyla deney grubunda yer alan çocukların ebeveynleri ile benzer amaçla öğretmenler dahil edilerek üç oturumdan oluşan 2 saatlik eğitim verilmiştir.

Eğitim sonunda deney ve kontrol grubu arasındaki farkın anlamlı olduğu "*Gerçek ve Dijital Dünyada Uyum İçinde Yaşamak Eğitim Programı* "nın etkili olduğu saptanmıştır. Öğretmen ve ebeveynlerin de eğitim programına dahil edilmesinin programın etkinliğini artırdığı ve siber zorbalığın önlenmesinde önemli paydaşlar olduğu belirlenmiştir (67).

<u>Türkiye'de Uygulanan Siber Zorbalık Önleme ve Müdahale Programları Örnekleri:</u>

İnsani Değerler Yönelimli Psiko-Eğitim Programı (2015): Barışçıl, sevgi ve hoşgörü sahibi olma, dürüstlük ve sorumluluk gibi değerlerin farkındalığının sağlanması amacıyla lise düzeyinde 9 ve 10. sınıf öğrencileri ile yürütülmüştür. Psiko

eğitim alan deney grubundaki öğrencilerin eğitim sonrası kontrol grubundaki öğrencilere göre siber zorbalık puanlarının azaldığı, insani değerler ölçeği puan ortalamalarının arttığı belirlenmiş ve uygulanan eğitim programının etkili olduğu bildirilmiştir (125).

Sanal Zorbalığa Maruz Kalan Ergenlerin Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi Yönelimli Psiko-Eğitim Programı (2017): Özbay (2017) tarafından yürütülen çalışmada siber zorbalığa maruz kalan lise düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik belirtilerini ve siber mağduriyet düzeylerinin azaltılması amacıyla, deney grubuna toplam 8 oturumda çözüm odaklı kısa süreli terapi yönelimli psiko-eğitim programı uygulanmıştır. Program sonrasında deney grubunda yer alan öğrencilerin (n=14), kontrol grubunda yer alan öğrencilere göre (n=14) psikolojik belirtilerin ve sanal mağduriyetin azaldığı belirlenmiştir (71).

Velilere Yönelik Geliştirilen Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi (2019): İlkokul düzeyinde öğrenimine devam eden çocukların ebeveynlerine (n=80) tek oturumda düzenlenen siber zorbalık farkındalık eğitimi sonucunda ebeveynlerin eğitim öncesine göre bilgi ve farkındalıklarının arttığı, programın ebeveynler üzerinde olumlu bir etki bıraktığı belirlenmiştir. Ayrıca eğitim sonunda ebeveynler benzer eğitimi çocuklarının da alması gerektiğini belirtmişlerdir (131). Duman, 2019).

Empati Yönelimli Siber Zorbalık Psiko-Eğitim Programı(2020): Akyüz ve Koç (2020) tarafından lise düzeyinde 9. ve 10. sınıfta öğrenim gören siber zorba öğrencilerin siber zorbalık davranışlarının azaltılması, empati düzeylerinin geliştirilmesi amacıyla deney (n=12) ve kontrol (n=12) gruplu karma desende yapılmıştır. Deney grubunda yer alan öğrencilere toplam 8 hafta siber zorbalık farkındalığı ve empati kavramı ile ilgili yüz yüze eğitim verilmiştir. Ancak uygulanan program sonunda deney ve kontrol grubu arasında siber zorbalık sıklıkları ve empati düzeyinde herhangi bir fark olmadığı belirlenmiştir (72).

Ergenlere Yönelik Siber Zorbalık Farkındalık Programı (2020): Bu çalışma ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık farkındalıklarının artırılması amacıyla deney (n=17) ve kontrol (n=21) gruplu ön test son test araştırma deseninde toplam beş hafta yüz yüze eğitimle yürütülmüştür. Eğitim sonunda geliştirilen programın deney grubunda bulunan öğrencilerin siber zorbalık farkındalıklarını artırdığı belirlenmiş ve

ulusal düzeyde 13-14 yaş grubunda bulunan öğrencilere uygulanabileceği önerilmiştir (132).

Üstün Yetenekli Ergenlerde Drama Temelli Bir Müdahale Programı (2021): Akgül ve arkadaşları (2021) tarafından deney (n=9) kontrol (n=12) gruplu ön test son test araştırma deseniyle yürütülen bu müdahale çalışmasında üstün yetenekli öğrencilerin siber zorbalık düzeylerinin düşülmesi ile anne-baba aracılık stratejileri düzeylerinin artırılması amaçlanmıştır. Bilişsel davranışçı yaklaşım temelinde yaratıcı drama yöntemiyle dört oturum ve 45'er dakikalık süre ile hazırlanan eğitim programı sonrasında deney ve kontrol grubu siber zorbalık puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamış yalnızca deney grubunda yer alan üstün yetenekli öğrencilerin internette aşırı meşguliyet puanlarının azaldığı belirlenmiştir (127).

2.4.1. Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesinde Web Tabanlı Eğitim

İnternet ve teknolojik araç gereçlerin gelişimi eğitim yöntemlerinin gelişmesine katkıda bulunmaktadır. Eğitimin internet alt yapısı kullanılarak sunulması genel olarak "*İnternete Dayalı Uzaktan Eğitim*" olarak isimlendirilmekte, internete dayalı eğitimler arasında en sık "*Web Tabanlı Uzaktan Eğitim*" modeli kullanılmaktadır (133). Zengin ve anlaşılabilir bir içerik ile kullanımı kolay, görsel ve teknik özellikleri kullanıcı dostu olarak planlandığında web tabanlı eğitim maliyet etkin, sınırsız erişim özellikleri ile sağlık eğitiminde kullanılabilecek eğitim yöntemlerinden birisi olarak sayılmaktadır (38). Sağlık eğitimin web tabanlı olarak sunulmasının bireyler için en önemli yararının bilgi aldıkları sayfaları tekrar tekrar ziyaret edebilme imkânlarının olmasıdır. Böylece eğitim kendi istedikleri zamanda erişim sağlamaları edindikleri bilgiyi özümsemeleri kolaylaşmaktadır (134).

Çocuklardan yetişkinlere kadar her yaş grubunda sağlık eğitimi için kullanılan web tabanlı eğitimin özellikle adölesan dönemde kullanılması adölesanlar için birçok avantaj sağlamaktadır. Adölesanlar üzerinde bireysel motivasyon sağlaması, görsel ve işitsel materyaller kullanılması ile edinilen bilgilerin daha kolay hatırlanması gibi önemli etkilerinin olduğu belirlenmiştir (135-138).

Web tabanlı eğitimin yaygınlaşması, kullanıcı ve uygulayıcı için kolaylıklar sunması, önleyici ve koruyucu hemşirelik bakımının sağlanmasında iyi bir seçenek olarak görülmüştür. Literatürde bebek bakımı, emzirme desteği, adölesanlarda diyabet, obezite, anemi gibi kronik hastalıkların yönetimi ve hastalığa uyum (139-146) gibi konularda web tabanlı hemşirelik uygulama örnekleri yer almaktadır. Web tabanlı eğitim hemşirelik araştırmalarında son yıllarda yaygın olarak kullanılmakta ve araştırma sonuçlarının işlevsel olduğu bildirilmektedir (147).

Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde hemşirelik uygulamalarının yüz yüze eğitimler dışında web tabanlı uygulamalar ile gerçekleştirilebileceği önerilmiştir (148). Web tabanlı eğitimlerin zaman ve mekân sınırlaması olmadan eğitim alan kişilere fayda sağlamasının avantajı ile siber zorbalık farkındalık eğitimi için hem adölesanın hem de ebeveyne aynı anda ulaşabilmeyi kolaylaştırabilir. Farklı disiplinlerde siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde web tabanlı eğitim yöntemi kullanılmış (32) olmasına rağmen çocuk hemşireliği alanında siber zorbalığı önleme ve müdahale çalışmalarının henüz çok yeni olması nedeniyle sınırlı olduğu anlaşılmaktadır.

2.5. Adölesanlarda Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesinde Dijital Vatandaşlık, Empati ve Güvenlik İnternet Kullanımının Önemi

Bu bölümde adölesanlarda siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde dijital vatandaşlık kavramının, empati kavramının ve güvenli internet kullanımının önemi ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

2.5.1. Siber Zorbalık Önleme ve Müdahalesinde Dijital Vatandaşlık Kavramının Önemi

Adölesanlarda siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde siber zorbalık ve siber mağduriyet bilgi ve farkındalıklarının artırılmasının yanı sıra bir vatandaşı olarak dijital dünyanın kuralları hakkında bilgi ve farkındalığının kazanılmış olması son derece önem taşımaktadır. Dijital vatandaşlık kavramı Ribble ve arkadaşları (2004) tarafından "*teknoloji kullanımının normları*" olarak tanımlanmıştır (149).

Farmer (2011) ise dijital vatandaşlık kavramını "*teknolojinin bireysel olarak daha verimli, güvenli, bilinçli ve kritik yaparak kullanılması*" olarak açıklamıştır (150). Jones ve Mitchell (2016) ise adölesanların dijital vatandaşlığını "dijital gençlik vatandaşlığı" olarak tanımlamış, bu tanımda yer alması gereken iki önemli becerinin mutlaka adölesanda olması gerektiğini belirtmişlerdir. Bunlardan ilki saygı ve hoşgörü kapsamlı çevrimiçi davranış sürdürmek, ikincisi ise içinde yaşadığı topluma daha faydalı olmak için bilgi ve deneyimlerini paylaşmak olarak açıklamıştır (151). Global Dijital Vatandaş Vakfı'nın tanımına göre ise dijital vatandaşlık '*internet ortamında etik ve evrensel kurallar çerçevesinde her türlü tehlikenin bilincinde hareket etmek*' olarak tanımlamaktadır (152).

Dijital vatandaşlığın anlaşılabilmesi için dijital erişim, dijital ticaret, dijital iletişim, dijital okuryazarlık, dijital etik, dijital güvenlik, dijital haklar ve sorumluluklar, dijital sağlık, dijital hukuk toplam dokuz alt boyut açıklanmıştır (149).

Dijital vatandaşlığın dokuz elementinden ilki ***dijital erişim***dir. Dijital erişim, internete herkesin eşit bir şekilde ulaşması, bağlanması anlamına gelmektedir. Sosyoekonomik durum, engellilik, yaşanılan bölge fark etmeksizin herkesin bu hakkı vardır(153).

Dijital vatandaşlığın bir diğer alt boyutu olan ***dijital ticaret***, internet ortamında yapılan alışveriş, "ürün alım, satımı" anlamına gelmektedir. İyi bir dijital vatandaş olmak için akıllı tüketici olmak gerekmektedir. Dijital ticaret becerisi ile internet ortamında bir ürün satın alınırken güvenli internet sitelerini kullanılarak kimlik hırsızlığının önüne geçilmektedir (153).

İnternet ortamında bilgi alışverişi olarak tanımlanan ***dijital iletişim*** dijital vatandaşlık alt boyutları arasında yer almaktadır. Dijital iletişim ile insanlar istedikleri kişi ile iletişim kurabilmektedirler. Bunun için dijital iletişim araçlarını kullanma becerisinin geliştirilmesi gerekmektedir. İyi bir dijital vatandaş dijital ortamda iletişim kurduğunda internet ortamında paylaştığı mesajların, bilgilerin silinmediği, kaydının tutulduğu bilen kişidir (153).

Dijital bir vatandaşın sorumluluklarından biri olan ***dijital güvenlik***, internet ortamında kişisel verileri korumak, paylaşmamak ve kullandığı içeriklerin gizlilik ayarlarını yapılandırmak olarak açıklanmaktadır (154).

Bir diğer alt boyut olan ***dijital hukuk***, internet ortamındaki faaliyetler için resmi sorumluluk olarak açıklanmaktadır. İnternet sayesinde birçok materyale kolayca ulaşılabilmektedir (153).Ancak ulaşılan materyallerin indirilmesi farklı kişilerle paylaşılması gibi telif haklarını ilgilendiren konular hakkında da kişilerin bilgilerinin olması gerekmektedir (154). Dijital güvenlik primer olarak her ne kadar kişinin sorumluluğunda olsa da devlet tarafından da korunmaya alınması gerekmektedir. Bunun için "kişisel verilerin işlenmesinde başta özel hayatın gizliliği olmak üzere kişilerin temel hak ve özgürlüklerini korumak ve kişisel verileri işleyen gerçek ve tüzel kişilerin yükümlülükleri ile uyacakları usul ve esasları düzenlemek" amacıyla ülkemizde 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu (KVKK) yürürlüğe girmiştir (155).

Dijital vatandaşlığın alt boyutlarından olan ***dijital sağlık,*** internet ortamında fiziksel ve psikolojik olarak iyi olmak anlamına gelmektedir (153). Dijital bir vatandaşın teknolojinin sınırsız imkânlarının yanı sıra ortaya çıkardığı fiziksel ve psikolojik sorunların farkında olması gerekmektedir (154). Uzun süre ekrana ve ekranların yaydığı mavi ışığa maruz kalmak, elektronik cihazları uygun olmayan pozisyonda kullanmak, uzun süre internette vakit geçirmeye bağlı olarak gelişebilen internet, sosyal medya bağımlılığı, siber zorbalık, siber mağduriyet gibi yaşanan durumlar dijital ortamların sağlık üzerine etkileridir.

Dijital vatandaşlık alt boyutlarından olan ***dijital okuryazarlık***, adölesanların siber zorbalıktan kaçınma ve korunma konusunda sahip olması gereken beceriler başında gelmektedir. Adölesanların dijital dünyayı avantaj ve dezavantajlarını bilerek kullanması, kullanırken de diğer insanları mağdur etmemesi dijital okuryazarlık beceri ile gelişebilecektir (156). Dijital okuryazarlık Ribble tarafından "*Teknoloji ve teknoloji kullanımı hakkında öğretme ve öğrenme süreci*" olarak tanımlanmaktadır (153). Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF)'na göre ise dijital okuryazarlık "*çocukların kendilerine güvenerek ve özerk bir şekilde oynamalarını, öğrenmelerini, sosyalleşmelerini, işe hazırlanmalarını sağlayan bilgi, beceri, tutum ve değerler kümesi*" olarak tanımlanmaktadır (157).

Dijital okuryazarlık becerisi ile kişiler internet ortamındaki bilgilerin içeriklerinin doğruluğunu saptayabilmekte, alternatif öğrenme yöntemlerini seçerek kendilerini eğitebilmektedir. Dijital okuryazarlık sadece internet ortamında bilgi

araştırmak değil, bu bilginin günlük yaşamda kullanabilme yeteneği de kapsamakta (158) ayrıca internet ortamında mahremiyet ve güvenlik konularına hakim olmaktır. Böylece birey hem dijital becerilerini geliştirerek güvenli internet kullanımını sağlayabilmekte hem de internetin risklerinden korunmayı bilmektedir (159). Öğrencilerin dijital okuryazarlık becerisi düzeylerinin; yerleşim yeri, kardeş sayısı, anne ve baba eğitim durumu, anne ve baba mesleği, sosyal bilgiler dersi karne notu, evlerinde bilgisayar veya tablet olması durumu, evlerinde internet bağlantısı olması durumu ve internete bağlanma sıklığına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür (160). Dijital okuryazarlık becerisine sahip olmanın siber zorbalık farkındalığını artırdığı belirlenmiştir (161).

Adölesanlarda siber zorbalığın önlenmesi amacıyla özellikle dijital okuryazarlık alt boyutundan sonra dijital etik kavramının bilinmesi ve çocuk ve adölesanların bu kavramları özümseyip dijital dünyaya adım atması çok önemlidir (156). Dijital vatandaşlığın boyutlarından ***dijital etik***, internet ortamındaki davranış standartları olarak tanımlanmaktadır (153). Etik, bireyin karşılaştığı bir durum karşısında neyin iyi, neyin kötü, neyin doğru, neyin yanlış olduğunu bilerek davranış belirlemektir (162). Toplumda kabul gören etik davranışlar, gözlem yoluyla öğrenilerek benimsenmektedir. Örneğin; bir çocuk diğer çocukların ve yetişkinlerin davranışlarını inceleyerek kendi davranışlarına şekil vermektedir. Böylece toplumun etik anlayışı gelişmektedir (163). Günümüzde internetin kullanılmasıyla dijital dünyaya aktarılan iletişiminde etik kuralların olması gerekliliğini doğurmuştur. Dijital etik, "*internet ortamında insanların sergiledikleri davranışların açıklanmasını ve bu davranışlara ahlaki bir yaklaşım getirilmesi*" olarak da ifade edilmektedir (164). Daha açıklayıcı bir biçimde dijital etik, internet ortamında nasıl iletişim kurmak gerektiğini, başkalarına nasıl davranmak gerektiğini, internet ortamında görülebilen etik sorunlardan nasıl korunmak gerektiğini içermektedir (165). İnternet ortamında diğer insanlara saygı duymak, siber zorbalıktan kaçınmak, interneti diğer insanlar üzerinde en az olumsuz etki bırakacak şekilde kullanmak dijital etik davranışlar olarak sayılabilmektedir (153). Ancak yapılan çalışmalar dijital etik farkındalığının henüz yeteri kadar gelişmediğini göstermektedir.

Rahman ve arkadaşlarının 2014 yılında yapmış olduğu çalışmada çocukların %67'si dijital etik kavramını bilmediğini ifade etmiştir. Ayrıca bu çalışmada

çocukların %65'i internet ortamında başka bir kişinin yaptığı paylaşımı kaynak göstermeden paylaşmanın doğru bir davranış olduğu düşünmektedir (166). Sari ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada adölesanların sadece %35.2'si dijital etik kavramının farkında olduğu belirlenmiştir (165).

Martin ve arkadaşlarının (2020) çalışmasında ise adölesanların sadece %57'si çevrimiçi iletişim kurarken veya gönderi paylaşırken dijital ağ kurallarına uyduğunu belirtmiştir. Aynı çalışmada adölesanların %15.6'sının farklı bir ırk veya cinsiyetten başkalarına kaba ve uygun olmayan paylaşımlarda bulunduğu bildirilmiştir (121). Dijital vatandaşlığın en önemli boyutlarından birisi olan dijital etik anlayışın yeterince gelişmemesi siber zorbalık davranışının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Müller ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında dijital etik ile siber zorbalık ve siber mağduriyet arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Dijital etik yaklaşımının benimsenmesi siber zorbalık davranışının görülmesini azaltırken, siber mağduriyet sıklığını da azaltmaktadır (167). Bu nedenle adölesanların dijital etik ile ilgili bilgilerinin artırılması ve konu ile ilgili eğitimlerin gerekli olduğu bildirilmiştir (121).

Dijital vatandaşların ***dijital haklar ve sorumlulukları*** internet ortamındaki herkese yönelik olan haklar ve sorumluluklar olarak tanımlanmaktadır. Dijital vatandaş, teknolojinin sunduğu tüm imkânları insanların özgürce kullanım hakkının olmasının yanı sıra bu imkanları kullanırken diğer insanlara karşı sorumluluklarının olduğu bilincindedir (153). Dijital teknolojinin evrensel olarak kullanılması, tüm dünyadaki insanların aynı yükümlülüklere ve haklara sahip bir dijital vatandaş sayılabileceğini göstermektedir (168). Bu nedenle dijital ortamı kullanan kişilerin sahip olduğu haklar ve sorumlulukların farkında olması çok önemlidir. Dijital vatandaşların sahip olduğu haklar ve sorumluluklar toplam altı başlık altında toplanmıştır (152)(Tablo 2.2).

Tablo 2.2. Dijital vatandaşlık ilkeleri (152).

1. Kendine Karşı Saygılı Olma: Dijital vatandaşlığın ilk ilkesi kişinin kendisine karşı saygılı olması ilkesidir. Bu ilke, kişinin kendisini zor duruma sokabilecek paylaşımlarda bulunmaması olarak da açıklanabilmektedir. Kişi kendine saygılı olması için internet ortamında kullandığı hesaplarda doğru bir profil oluşturması gerekmektedir.
2. Kendine Karşı Sorumlu Olma: Dijital vatandaşlığın ikinci ilkesi, kişinin kendisine karşı sorumluluk duymasıdır. İnternet ortamında paylaşılan bilgiler gizli kalmamakta, silinmemektedir. İnternet ortamında paylaşılan tüm bilgiler bir dijital iz bırakmaktadır. Dijital ayak izi, interneti kullanırken oluşturulan verilerin izi olarak tanımlanmaktadır (121). İnternet ortamında kullanılan sosyal medya hesapları, çevrimiçi oyunculu oyunlar gibi platformlarda paylaşılan mesajlar, yorumlar, fotoğraflar, beğeniler, aramalar ile bırakılan ve dijital ortamda saklı kalan bu izler dijital ayak izi olarak değerlendirilmektedir. Bu izlerin, farklı kişiler tarafından olumsuz bir şekilde kullanılabileceği riskinden korunmak için dijital bir vatandaşın paylaşımlarını yapmadan önce bu bilinçle hareket etmesi gerekmektedir.
3. Diğer Kişilere Saygılı Olma: Dijital vatandaşlığın üçüncü ilkesi, internet ortamında diğer kişilere karşı saygı duymaktır. Dijital bir vatandaş, internet ortamında paylaşılan fotoğraflar ve karşı tarafa yapılan yorumlarda saygılı olmalı, gerçek hayatta da söylenilmeyecek ve ya yapılmayacak davranışlarda bulunmaması gerektiğini bilmelidir. Onur kırıcı, ırkçı, pornografik ve ya dedikodu içeriklerine sahip olan sitelerin bilinçli ve ya bilinçsiz olarak ziyaret edilmeleri nedeniyle internet ortamında var olmalarını sağlamaktadır. Bu nedenle başkalarına saygılı olma ilkesi yalnızca yapılan paylaşımları değil ziyaret edilen sitelerin, blog sayfalarının, sosyal medya platformlarının da insanlara saygılı olanlarının ziyaret edilmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.
4. Diğer Kişilere Karşı Sorumluluk: Dijital vatandaşlığın dördüncü ilkesi ise başkalarına karşı sorumluluk ilkesidir. Dijital bir vatandaş internet ortamında diğer kişilere karşı sorumlulukları olduğunu bilerek hareket etmelidir. Örneğin, sosyal medya hesaplarında, çevrimiçi oyun ortamlarında, blog sayfalarında yani internet ortamında farklı kişilerin saldırıya uğradığına şahit olunmaktadır. Bu ortamlarda saldırıya uğrayan kişiyi yalnız bırakmak, saldırgan kişilerin şiddetini daha da artırmasına neden olabilmektedir. Böyle durumlarda dijital bir vatandaş pasif izleyici olarak kalmak yerine, saldırgan kişileri bildirme sorumluluğunu yerine getirmelidir.
5. Mülkiyet Haklarına Saygılı Olma: Dijital vatandaşlığın beşinci ilkesi, entelektüel mülkiyet haklarına saygılı olması ilkesidir. Bu ilke, internet ortamında paylaşılan bilgi kaynaklarını izinsiz paylaşılmaması, insanlara yararlı olmak için kendi ürettiği materyali paylaşan kişilere karşı saygılı olmanın gerekliliğini açıklamaktadır.
6. Mülkiyet Haklarına Karşı Sorumluluk: Dijital vatandaşlığın son ilkesi ise entelektüel mülkiyet haklarına karşı sorumluluk ilkesidir. Bu ilkeye göre dijital vatandaşlar internet ortamında kişilerin fikri mülkiyet haklarını ihlal etmemek için paylaşılan müzik, resim, film gibi içeriklerin orijinaline ulaşmalı, korsan yazılımlardan uzak durmalıdırlar.

2.5.2. Siber Zorbalık Önleme ve Müdahalesinde Empati Kavramının Önemi

Empati kavramı "*bir insanın, kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması*" olarak tanımlanmaktadır (169). Empati, karşıdaki kişiyi taklitten öte, o anda sahip olduğu duygularını kenarda tutarak, karşısındaki kişinin hissettiği duyguyu, düşünceyi, içinde bulunduğu durumu göz önünde bulundurarak anlamaktır (170,171). Empati kısaca "*karşılıklı olarak kişilerin birbirini anlama yeteneği*" olarak görülmektedir (172). Empati kavramı bilişsel ve duygusal empati olarak açıklanmaktadır. Bilişsel empati de karşıdaki kişinin düşünme süreci anlaşılabilirken, duygusal empati de nasıl hissettiği anlaşılmaktadır (173).

Bir bireyin karşısındaki kişi ile empati kurabilmesi için üç temel unsuru yerine getirilmelidir. Birinci unsur empati kuracak kişi, kendisini karşısındakinin yerine koyması ve olaylara onun bakış açısı ile bakmasıdır. Bu nedenle kısa süreliğine de olsa karşıdaki kişinin rolüne girmesi beklenmektedir. İkinci unsur kişinin empati kurmuş sayılması için karşısındakinin duyguları ve düşüncelerini doğru olarak anlaması gerekliliğidir. Yani etkin dinlemesi gerekmektedir (174). Üçüncü unsur ise empati kuran kişinin zihninde oluşan empatik anlayışın, karşıdaki kişiye iletilmesidir. Yani karşıdaki kişi anlaşıldığını, dinlenildiğini anlaması gerekmektedir. Bu üç unsurun yerine getirilme sürecine empati kurma süreci denilmektedir (169). Bu süreç doğru kurulduğunda kişi karşındaki kişiyi anlaması kolaylaşacaktır (171). Alıcı ile gönderici arasında gerçekleşen ilişki olarak tanımlanan iletişimin sağlıklı olması için aktif dinleme, doğru anlama ve anlaşılma adımlarının atılması gerekmektedir (175).Atılan bu adımlar karşıdaki kişi kendisinin önemsendiği fark ettirmekte ve rahatlatmaktadır (176). Bu nedenle iletişim problemlerinin giderilmesinde, saygı, sevgi ve anlayış kazanılmasında (177), kişisel ve toplumsal uyumun sağlanmasında empatinin önemi büyüktür (172, 178).

Empati doğumla birlikte kazanılan bir yetenektir. Gelişimsel süreç izlediğinde bebeklikten ergenliğe ve genç yetişkinliğe kadar empatinin sinirsel gelişiminin devam ettiği görülmüştür (179,180). Bu gelişim sürecinde adölesanların ebeveynleri ve akranları ile olan iletişiminin etkisi olduğu bildirilmektedir. Kaliteli ebeveyn-çocuk ve akran ilişkileri olan adölesanların, düşük kaliteli ilişkileri olan adölesanlara kıyasla daha yüksek empati seviyelerine sahip olduğu belirlenmiştir (181).

Adölesanlar ebeveynleri tarafından duygu ve düşüncelerine saygı duyulmadığını ve ya onaylanmadığını düşündüklerinde hem ebeveynlerine olan bağlılıklarının azaldığı hem de başkalarına karşı empati ve toplum yanlısı davranışlarının azaldığı belirlenmiştir (182). Ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını baskı, ödül, ceza, tehdit gibi yaklaşımlarla kontrol etmesi (psikolojik kontrol) (183) empati düzeyini negatif yönde etkilemektedir. Çocuklarının bakış açısını anlayabilen, yaşlarına uygun sorumluluklar almalarına izin veren, ebeveyn kuralları ve beklentileri için anlamlı gerekçeler sunabilen kısaca özerklik desteği sağlayan ebeveynlere sahip (183) adölesanların empati becerisini olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir (182). Bununla birlikte adölesanlar, ebeveynlerinin diğer insanlarla kurdukları iletişimi ve

empatiyi gözlemleyerek kendi davranışlarını bu şekilde düzenlemeyi öğrenmektedirler (184). Empatinin, adölesanın çevresiyle kurduğu ilişkilerle şekil aldığı, bu şeklin öncelikle aile içinde kazanıldığı sonrasında akran ilişkileri ile de sürecin devam ettiği görülmektedir.

İnsan ilişkilerinde en temel yapılardan olan empatik yaklaşım (184) günlük yaşamda kişiler arası iletişimi kolaylaştırarak insanların yakınlaşmasını sağlamaktadır (169). İçinde bulunduğumuz çağda iletişimin dijital ortama taşınması ile empatik yaklaşımın gerekliliği bir kez daha ön plana çıkmıştır. Dijital ortamda, jest, mimik ve yüz ifadelerinin görülmemesi, gönderilen mesajların tam olarak anlaşılmamasına neden olabilmektedir (185). Bu durum karşı tarafta gerçek bir kişinin olmadığı algısı yaratarak empati yapmayı engelleyebilmektedir (127). Ayrıca dijital ortamda yüz yüze iletişimin olmaması (185) siber zorbaları cesaretlendirmekte (186), iletişim kurduğu kişiye verdiği zararı fark etmeksizin zorbalık davranışını sürdürebilmektedir (127). Siber zorbalık ile empati arasında yapılan çalışmalarda bu iki kavramın birbiri ile ilişkili olduğu görülmüştür. Empati düzeyleri düşük olan adölesanların siber zorbalık davranışında bulunma oranlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (76,100, 187). Empatik eğilimin azalması siber zorbalık davranışının artmasına neden olduğu, duygusal olarak empatik eğilimi yüksek olan adölesanların ise siber mağduriyetten korunduğu bildirilmiştir (188). Schultze-Krumbholz ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında empati ile siber zorbalık davranışı arasında negatif bir korelasyon olduğu, duygusal empati düzeyi düşük olan adölesanların siber zorbalık puanlarının arttığı belirlenmiştir (66).

Görüldüğü gibi teknoloji aracılığıyla kurulan iletişim empati yapmayı zorlaştırmakta ancak empatik becerisi yüksek olan adölesanların siber mağdurların duygusal durumunu anlaması, internet ortamında saldırgan davranışlarını engellemektedir (189).

Dijital ortamlarda yani internette oyun oynarken, sosyal medya hesaplarını, anlık mesajlaşma servislerini kullanırken adölesanların iletişimde bulunduğu kişiyi anlayabilmesi için empatik yaklaşım kurması siber zorbalık davranışının önlenmesine katkı sağlamaktadır (186,190). İnternet ortamında empatik yaklaşımın kaybolmaması için adölesanların gerçek yaşamda öğrenilen görgü kurallarına uygun olarak davranmaları beklenmektedir (191). Özellikle kişisel düşüncelerin ve duyguların

herhangi bir engel olmadan paylaşılmasına imkân sunan sosyal medya ve mesajlaşma uygulamalarında iletişim kurulurken saygı ve hoşgörü kuralları çerçevesinde her bireyin farklı bir görüşe sahip olabileceği yaklaşımının benimsenmesi önerilmektedir (192).

2.5.3. Siber Zorbalığın Önlemesi ve Müdahalesinde Güvenli İnternet Kullanımının Önemi

İnternete olan katılım, geçirilen süre ve adölesanların siber zorbalık ve siber mağduriyet oranları göz önüne alındığında internetin güvenliği ve güvenli internet kullanımının önemi ortaya çıkmaktadır. Sırakaya ve Seferoğlu (2018) tarafından Güvenli internet *"aşırı olmayan kullanım süresinde, internetin barındırdığı risklerden korunarak sunduğu sayısız imkândan yararlanmak"* olarak tanımlanmıştır (193). Aslan ve Karakuş Yılmaz (2017) güvenli interneti "*uygun bir kullanım süresinde, amaçlanan etkinliğe uygun bir şekilde, karşılaşılabilecek internet riskleriyle sahip olunan bilgi ve becerilerle başa çıkarak internet'in sunduğu fırsatlardan verimli bir şekilde yararlanmak*" ifade etmiştir (194). Çetin ve Ceyhan (2014) ise güvenli internet kavramı sağlıklı internet olarak ele alınmış "*düşünsel, davranışsal herhangi bir rahatsızlık duymaksızın uygun bir zaman diliminde, istenen amaca ulaşmaya yönelik internet kullanımı"* olarak tanımlanmıştır (195). Yapılan tanımlardan da anlaşılacağı gibi güvenli internet kullanımı "*adölesanların internete erişim hakkı engellenmeden ancak belli bir süreyi aşmadan, fiziksel, bedensel, zihinsel sağlığına zarar vermeden, en üst yarar sağlanacak şekilde olan internet kullanımı*" olarak açıklanabilir.

Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde güvenli internet kullanımının önemi büyüktür. Siber zorbalık ve siber mağduriyet ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde günlük kullanım süresinin artması, kişisel bilgilerin paylaşılması, şifre güvenliğini sağlayamama, uzun süren ekran maruziyeti sonucu gelişen uykusuzluk, olumsuz dijital ayak izi gibi güvenli internet kullanımının ihlal edildiği durumlar nedeniyle geliştiği anlaşılmaktadır (14, 65, 93,94, 99, 196). Günde üç saatten fazla sosyal medya hesaplarında, internet ortamında vakit geçirmek siber zorbalık ve siber mağduriyetle ilişkili bulunmuştur (14,91).Ülkemizde yapılan bir çalışmada ders çalışmak veya ödev yapmak dışında günde ortalama 4.5 saatini internette geçiren adölesanların siber zorbalıkla karşılaşma sıklığının arttığı belirlenmiştir (122). Bu

durumun adölesanın hem fiziksel hem de psikolojik sağlığı üzerine olumsuz etkisi vardır. İnternette ve sosyal medya hesaplarında geçirilen süre bilgisayar, telefon, tablet ekranına maruz bırakmaktadır. Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi iletişim araçlarının ekranından yayılan mavi ışık, özellikle geceye sarkan internet kullanımında melatonin hormonunun salgılanmasını engelleyerek uykusuzluğa neden olmaktadır (197). İnternette geçirilen sürenin artması ve özellikle bu sürenin gece geç saatlere kadar uzaması nedeniyle gelişen uykusuzluk ve bu uykusuzluğun bir sonraki günde neden olduğu yorgunluk ile gelişen öfke hali siber zorbalığı tetiklemektedir (111, 198). Benzer şekilde Horzum ve arkadaşları (2021) siber zorba olan adölesanların daha kısa (gece ortalama 6 saatten daha az) uyuduklarını belirlemiştir (76). Bu nedenle siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde adölesanların güvenli internet kullanımının sağlanması için internet kullanım alışkanlıklarının belirlenerek, sağlığını olumsuz etkileyecek alışkanlıklardan uzak durması teşvik edilmelidir.

Siber zorbalık ve siber mağduriyeti etkileyen, güvenli internet kullanımının önündeki engellerden bir diğeri internette kişisel bilgilerin paylaşılmasıdır. Ergenlerin sosyal medya paylaşımlarının incelendiği bir çalışmada katılımcıların büyük çoğunluğunun (%91.0) kendi fotoğrafını, doğum tarihini (%81.8), okul bilgilerini (%68.8) paylaştığı, %24.8'nin kendi videolarını, %20.3'nün iletişim bilgilerini paylaştığı saptanmıştır (199). Bir başka çalışmada ise ergenlerin %59.6'sı sosyal medya hesaplarında iletişim bilgilerini, %39.8'i ev adreslerini paylaşmaktadır (200). Korunması gereken en önemli kişisel bilgilerden biri olan, internet ortamında, sosyal medya hesaplarında hesap güvenliği için kullanılan şifrelerin paylaşımı siber mağduriyete neden olmaktadır.

Martin ve arkadaşlarının (2020) çalışmasında adölesanların %59,7'si şifresini bir arkadaşıyla paylaşmıştır (121). Şifrelerini paylaşan, sosyal medya hesaplarında herkese açık bir profil oluşturarak riskli çevrimiçi etkinliklerde bulunmak siber mağduriyet sıklığını arttığı dolayısıyla siber zorbalık davranışının gelişmesine yol açtığı belirlenmiştir (201). Sosyal medya kullanımının ergenlerin gündelik yaşamlarının önemli bir bölümünü oluşturduğu ve bu ortamlarda kendilerine ait birçok önemli bilgiyi paylaştıkları yani ifşa ettikleri görülmektedir. Aljohani ve arkadaşlarının (2016) belirttiği gibi büyük bir topluluğa ait olma isteğinin risk algısının önüne geçmekte bu nedenle de bireyler bilinçli olarak kişisel bilgilerini

paylaşmaktadırlar (200). Akgül (2021) çalışmasında kişisel fotoğraflarını, videolarını ve kişisel bilgilerini paylaşan adölesanların siber mağduriyet düzeyinin arttığını belirtmiştir (122). Ad, soyad, cinsiyet, kişisel fotoğraf ve video, okul bilgileri, adres bilgileri, konum gibi kişisel bilgilerin sosyal medya hesaplarında, çevrimiçi oyunlarda, internet ortamında, çevrimiçi ortamda kabul görme, beğeni alma gibi nedenlerle (202) paylaşılması siber zorbalar için veri oluşturmakta, bu bilgilerin paylaşılması siber mağduriyete neden olabilmektedir (14). Ayrıca internet ortamın paylaşılan bilgiler hiç bir zaman silinmemekte ve bu veriler dijital ayak izi oluşturmaktadır. Adölesanlar arasında yaygın olarak görülen siber zorbalık olumsuz bir dijital ayak izi bırakmaktadır (203). Adölesanların dijital dünyada paylaşılan verilerin silinmediği, kalıcı olduğuna dair bilgileri yetersizdir. Bu nedenle dijital ayak izlerinin akademik yaşam, sosyal yaşam ve ileriki dönemde profesyonel yaşamlarını nasıl etkileyebileceğinin anlatılması büyük önem taşımaktadır (121).

Yeni arkadaşlıklar kurmaya imkân sağlayan internetin yanlış ve bilinçsiz kullanımı bu avantajı dezavantaja çevirebilmektedir. İnternet ortamında tanışılan kişiler kendilerini yaş, cinsiyet gibi bilgilerini farklı tanıtarak karşısındaki kişiyi kandırabilmektedir. Bu durum siber mağduriyete yol açmaktadır. İnternet ortamında veya sosyal medya hesaplarında adölesanların tanımadığı kişilerle arkadaş olma oranının %48.5 ile %55.0 arasında değiştiği belirlenmiştir (99,121,204). Tanımadığı kişilerle arkadaş olanların siber zorbalık ve mağduriyet oranları artmaktadır (122). Ergenlerin sosyal medya hesaplarında arkadaş sayısının fazla olmasının sosyal medya hesaplarındaki popülerliklerini arttırması düşüncesi (204, 205) adölesanları bu riskli davranışa yönlendirebilmekte, internet kullanımını riskli hale getirmektedir.

Adölesanların güvenli internet kullanımını sağlamak için internette tanışılan kişilere güvenilmemesi, kişisel bilgileri, şifreleri gibi önemli bilgilerin paylaşılmaması gibi içeriklerin yer aldığı eğitimler yapılmalıdır (122).

Büyüme ve gelişme süreci devam eden adölesanların içinde büyüdükleri dijital dünyanın beden ve ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerini tam olarak kavrayabilmeleri, gün içinde sürekli kullandıkları internette güvende olabilmeleri, siber zorbalıktan kaçınma ve korunabilmeleri için güvenli internet kullanımı eğitiminin değişen teknoloji uygulamaları göz önüne alınarak, güncellenerek verilmesi sağlanmalıdır.

2.6. Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesinde Ebeveynlerin Rolü: Dijital Ebeveynlik

Siber zorbalık ve siber mağduriyet dijital dünyada adölesanların yaygın olarak karşılaştığı risklerin başında gelmektedir. Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde adölesanlara yönelik geliştirilen stratejilerin yeterli olmadığı, biyopsikososyal yönden sağlığı olumsuz etkileyen siber zorbalığa karşı ebeveynlerin desteğinin önemli olduğu bildirilmektedir (10, 206). Ancak ebeveynlerin siber zorbalık hakkında bilgilerinin ve farkındalıklarının yetersiz olduğu belirlenmiştir (207). Kız adölesanların %22.9'unun, erkek adölesanların %36.5'inin siber zorba olduğu belirlenen bir çalışmada ebeveynlerin %35.9'unun çocuklarının internet kullanımını hiçbir zaman kontrol etmediği, %51.9'unun sosyal medya hesabı kullanımını denetlemediği ve %43.6'sının güvenli internet kullanımı konusunda çocuklarına hiç eğitim vermediği belirlenmiştir (10). Adölesanlarla yapılan bir başka çalışmada ebeveynlerinin internet ve sosyal medya kullanımını denetlediğini belirtenlerin oranın yalnızca %55.3 olduğu belirlenmiştir (121). Ebeveynlerle yapılan çalışmalar incelendiğinde adölesanların bildirdiği sonuçlarla paralel olduğu anlaşılmaktadır. Ebeveynlerin çocuklarının siber zorbalık ve siber mağduriyet deneyimlerinin sorulduğu bir araştırmada neredeyse tüm ebeveynler çocuklarının siber zorba ve ya siber mağdur olmadığını düşünmektedirler. Ancak aynı araştırmada adölesanların %56.5'nin siber zorba %65.5'nin siber mağdur olduğu saptanmıştır (14). Farklı bir çalışmada ebeveynlerin %84.1'inin siber zorbalıkla ilgili bilgi gereksinimi olduğu belirlenmiştir (207).

Çocuklarının dijital dünyaya katılımını izlemeyen, kullanım süresini ve sıklığını kontrol etmeyen, sağlıklı ve güvenli kullanması için yönlendirmeyen ebeveynlerin çocukları siber zorbalık davranışında bulunmakta ve siber zorbalığa maruz kalmaktadır. Adölesanların siber zorbalık ve siber mağduriyetten korunması için ebeveynlerin de farkındalıklarının artırılması ve bir takım teknolojik becerilere sahip olması gerekmektedir. Dijital dünyanın getirdiği tehlikelere karşı ebeveynler için eğitim müdahaleleri yapılması önerilmektedir. Eğitim müdahalelerinde ebeveynlerin çocuklarını dijital dünyanın tehlikelerinden koruması için kısıtlayıcı ve ya engelleyici yaklaşımlar yerine çocuklarının içinde bulunduğu yaş dönemi göz önüne alınarak

dijital okuryazarlık, etik gibi dijital becerilerin kazanılmasının amaçlanması gerektiği bildirilmektedir (208).

Ebeveynlerin siber zorbalık gibi dijital dünyanın tehlikelerine karşı çocuklarını korumak için sahip olması gereken yeni rol ve sorumluluklar "dijital ebeveynlik" başlığı altında toplanmaktadır. Dijital ebeveynlik "*dijital çağın gereksinimlerine göre hareket eden, dijital araçları kullanabilen, dijital ortamlardaki olanakların ve risklerin farkında olan ve çocuğunu bu risklere karşı koruyabilen, gerçek hayatta olduğu gibi sanal ortamda kişilik haklarına saygılı davranılması gerektiğini çocuğuna aktaran ve teknolojik gelişmeleri takip eden ebeveynler*" olarak tanımlanmıştır (29).

Dijital ebeveynler gerçek dünyada olduğu gibi dijital dünyada da çocuklarına doğru rol model olabilmektedir (209). Ebeveynlerin çocuklarını çevrimiçi ortamda uygunsuz içerikten nasıl koruyacağı, siber zorbalıkla karşılaşmayı nasıl önleyebileceği ve nasıl başa çıkabileceği, sosyal medya kullanımını izlemeyi ve çocuklarının güvenli internet kullanımı ile ilgili kararlar verirken dijital kaynakları nasıl kullanabileceklerini bilmeleri dijital ebeveynlik becerilerini geliştirmesi ile sağlanacaktır (210).

Dijital ebeveynlerin sahip olması gereken beceriler vardır. Bu beceriler Yurdakul ve arkadaşları tarafından (2013) dijital okuryazarlık, dijital dünyanın farkında olma, dijital dünyada kontrol, dijital dünyada etik ve yenilikçilik olarak ifade edilmiştir (29). Ribble (2015) tarafından "*Teknoloji ve teknoloji kullanımı hakkında öğretme ve öğrenme süreci*" olarak tanımlanan dijital okuryazarlık (153), internette doğru bilgiye ulaşmak, internette güvenlik ve mahremiyet konularında yetkin olmak için ebeveynlerin sahip olması gereken becerilerin başında gelmektedir (158,159). Dijital okuryazar bir ebeveynden hem teknolojik araç ve gereçleri kullanırken sorun yaşamaması, hem de bu araç gereçlerle aradığı bilginin doğruluğunu sorgulayabilmesi, paylaşabilmesi, dijital dünyanın tehditlerini okuması beklenmektedir. Böylece ebeveyn internette doğru olmayan bilgi paylaşımı gibi durumlar nedeniyle gelişen siber zorbalıktan çocuğunu nasıl koruyacağını da öğrenmiş olacaktır.

Dijital dünyada günlük yaşamda kabul gören etik davranışlara sahip olmak dijital ebeveynlerin sahip olması gereken rollerden bir diğeridir. İnternet ortamında insanların sergiledikleri davranışların incelenmesi ve bu davranışlara ahlaki bir

yaklaşım getirilmesi olarak açıklanan dijital etik, internetin güvenli ve faydalı kullanımı için oldukça önemlidir.

Siber zorbalık davranışları arasında yer alan internet ortamında başkalarına ait fotoğrafları izinsiz paylaşmak, kimliğini gizleyerek bir başkası gibi davranmak, paylaşılan fotoğraflara, videolara ve ya kişisel düşüncelere karşı uygun olmayan yorumlar yapmak gibi davranışlar aynı zamanda etik dışı davranışlardır. Ebeveynlerin dijital etik tutum ve davranışlarını benimsemesi çocuklarında bu bilincin oluşmasında etkili olduğu bildirilmiştir. Dolayısıyla siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde dijital ebeveynlerin dijital etik sorumlulukları gereğince çocuklarına rehberlik etmesi beklenmektedir.

Dijital dünyanın ebeveynlere getirdiği sorumluluk çocuklarına yalnızca teknolojiye erişim sağlama değil, etkin, yararlı ve güvenli kullanımı desteklemektir (211). Dijital ebeveyn dijital dünyanın getirdiği fırsatların ve tehlikelerin farkında olmalıdır. İnternettin riskli durumlarının farkında olarak çocuklarına dijital ortamda belli kurallar getiren ebeveynlerin çocuklarının siber zorbalık riskinin azaldığı belirlenmiştir (201).

Dijital ebeveynlerin dijital dünyanın avantaj ve dezavantajlarının farkında olmalarının yanı sıra dijital dünyada da kontrol sağlamaları gerekmektedir. Çünkü çocuklarının internet kullanımını kontrol eden ve tehlikeleri hakkında bilgi veren ebeveynlerin çocuklarının siber zorbalık riskinin azaldığı belirlenmiştir (26). Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde dijital dünyada adölesanların aktivitelerinin kontrolü öncelikle ebeveynlerince yapılmalıdır. Ancak bu kontrol, internet kullanımını kısıtlamak, engellemek yerine doğru iletişim teknikleriyle internetin yasal, etik ve güvenli kullanımı hakkında bilgilendirme şeklinde olmalıdır (211). Dijital ebeveynlik rollerinden sonuncusu yenilikçilik rolüdür. Dijital yerli olarak adlandırılan günümüz adölesanları dijital dünyanın içine doğdukları için dijital göçmen olan yani teknoloji ile sonradan tanışan ebeveynlerine göre yeniliklere ayak uydurmakta daha yeteneklidirler. Ebeveynlerin dijital dünyanın sunduğu yeniliklere karşı geride kalması adölesanları siber zorbalık gibi risklerle karşı karşıya getirmektedir. Çünkü “dijital yerliler” dediğimiz adölesanlar her ne kadar teknolojiyle büyüyor olsalar bile dijital dünyayı idare edecek, eleştirel yaklaşacak yani tam anlamıyla bir dijital okuryazar değillerdir. Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesi için ebeveynlerin dijital

ebeveynlik yenilikçilik rolünü benimsemeleri gerekmektedir (29, 212). Örneğin, adölesanlar tarafından sıklıkla kullanılan sosyal medya hesaplarında çocuklarıyla arkadaş olan ebeveynlerin siber mağduriyet oranlarının azaldığı belirlenmiştir (201). Ayrıca ebeveynlerin çocuklarını dijital dünyanın tehlikelerinden korumasına yardım edebilmeleri, çocuklarının internet kullanımlarını kontrol edebilmeleri amacıyla geliştirilen uygulamaları takip etmesi gerekmektedir. Web sitelerine erişimi engellemek veya sınırlamak, sosyal uygulamaları yönetmek, uygulama içi satın almayı yönetmek, çevrimiçi etkinlikleri izlemek, ekran süresini sınırlamak ve istenmeyen veya hassas içerikleri filtrelemek gibi eylemleri kapsayan birçok uygulama geliştirilmiştir. Ülkemizde de ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımını kontrol edebilmeleri amacıyla 2011 yılında Bilgi Teknoloji ve İletişim Kurulu (BTK) kararları ile "Güvenli İnternet Hizmeti" başlamıştır. Tüm operatörlerden ücretsiz bir şekilde, isteğe bağlı olarak yararlanılabilen bu hizmette Çocuk ve Aile profili olmak üzere iki profilden oluşmaktadır. Güvenli İnternet Hizmeti alan ebeveynler nefret ve ırkçılık, pornografi, şiddet içeren siteler ile uyuşturucu madde kullanmayı ve suç işlemeyi özendirici sitelere erişimi sınırlandırmaktadır (213). Güvenli İnternet Hizmeti gibi uygulamaları takip eden, yeniliklere ve gelişmelere açık olan ebeveynler çocuklarının internet aktivitelerini dolaylı olarak kontrol altında tutmuş olabileceklerdir. Zaman ve mekân sınırlaması olmadan adölesanları tehdit eden siber zorbalık davranışından kaçınmak ve korunmak için ebeveynlerin siber zorbalık farkındalıklarının artırılmasının yanı sıra dijital ebeveynlik becerilerinin desteklenmesiyle interneti güvenli ve doğru kullanmada çocuklarına rol model olmaları sağlanabilir.

2.7. Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli

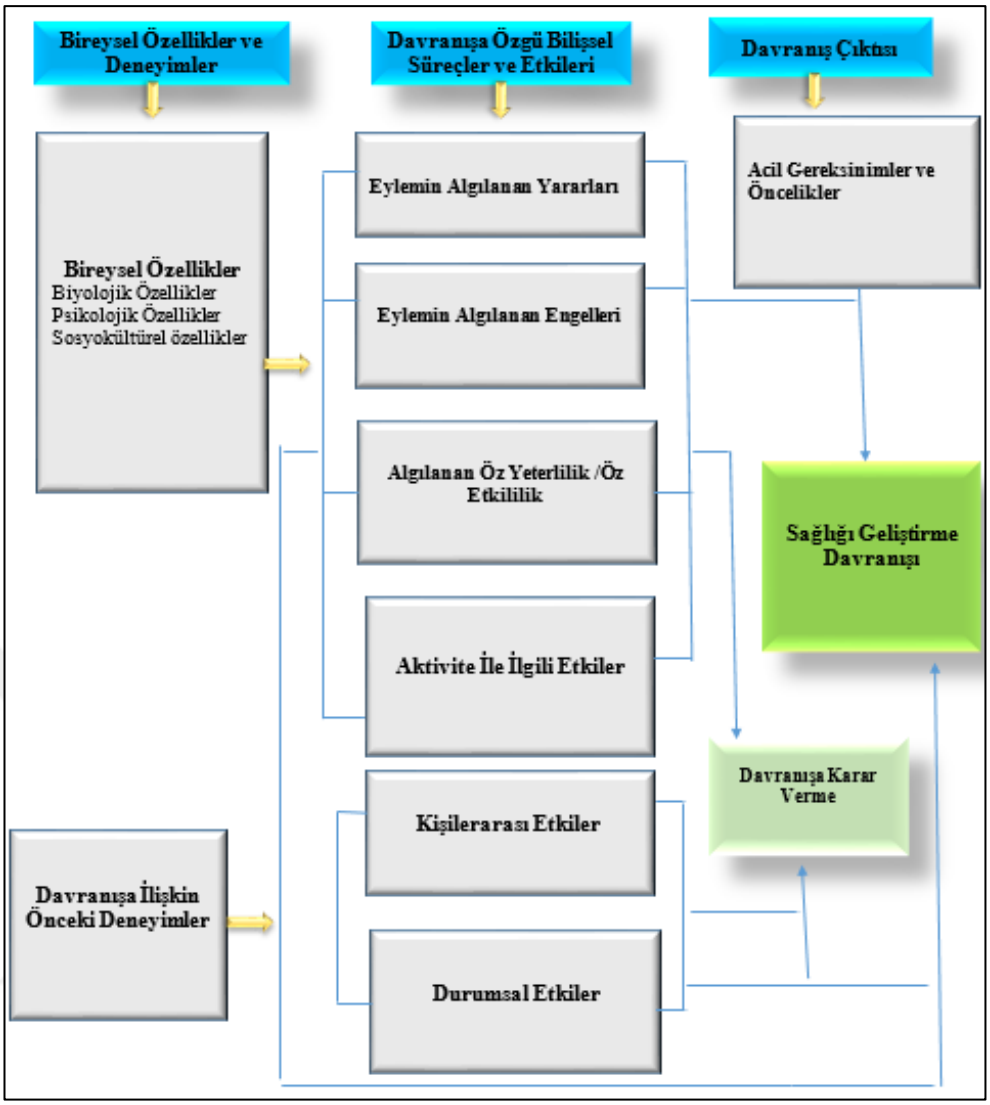
Hemşirelik mesleğinin gelişmesine katkı sağlayan bilgilerin sistematize edilerek beceriye dönüştürülmesi teori ve modellerin kullanılması ile sağlanmaktadır. Hemşirelik araştırmalarında kullanılan modeller, araştırmanın hedeflerini doğru belirlenmesini sağlayarak araştırmacının varmak istediği sonuca daha sağlam bir şekilde ulaşmasını kolaylaştırmaktadır (214). Pender tarafından geliştirilen Sağlığı Geliştirme Modeli tutarlı ve mantıksal bir yapıya sahip olması (215) sebebiyle dünyada ve ülkemizde çocuk ve ebeveynlerle ilgili hemşirelik araştırmalarında ve eğitimlerinde sıklıkla kullanılmaktadır (216-219). Sağlığı Geliştirme Modeli'nin adölesan sağlığının korunması ve geliştirilmesinde kullanımının yaygın olmasının

nedeni, adölesan dönemde kazanılan sağlıklı yaşam alışkanlıklarının erişkinlikte devam etmesi ve böylece toplum sağlığının geliştirilmesine katkı sağlaması olarak açıklanabilir (218).

Sağlığı geliştirme, bireylerin sağlığını iyileştirmek için onların sağlıklarını etkileyen faktörler üzerine kontrollerini arttırmayı sağlayan bir süreçtir (220). Sağlığın geliştirilmesi hastalığın önlenmesi ile sınırlandırılmamakta, bireyin yaşamı boyunca yüksek hayat standartlarına ulaşmak için sürdürdüğü davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Sağlığın geliştirilmesi bireyde sağlıklı yaşam motivasyonunu artırarak sağlıkla uyumlu davranışların gelişmesini desteklerken aynı zamanda zorbalık, şiddet ve intihar gibi sağlığı tehdit eden sosyal problemlerin azalmasında rol oynamaktadır. Dolayısıyla Sağlığı Geliştirme Modeli, var olan hastalık tehdidi motivasyonuna temellenmediği için, birçok farklı duruma uygulanabilir (221). Sağlığı geliştirme modelinin amacı; sağlıklı yaşam tarzını geliştirmek için davranışsal danışmanlığın temeli olarak sağlık davranışlarının temel belirleyicilerini anlamada hemşirelere yardım etmektir (222). Sağlığı Geliştirme Modeli'nin varsayımları ise aşağıdaki şekilde sıralanmaktadır:

- Bireyler, aktif olarak kendi davranışlarını düzenlemeye çalışırlar.
- Bireyler, tüm biyopsikososyal karmaşıklıkları içinde, çevre ile etkileşime girerler, çevreyi aşamalı olarak dönüştürürler ve zaman içinde dönüşürler.
- Hemşireler gibi sağlık çalışanları, yaşamları boyunca insanlar üzerinde etkili olan kişilerarası çevrenin bir parçasını oluşturmaktadır.
- Kişi-çevre etkileşimli kalıpların kendi kendine yeniden yapılandırılması, davranışı değiştirmek için esastır.

Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli'nin bireysel özellikler ve deneyimler (a), davranışa özgü bilişsel süreçler ve etkileri (b), davranış çıktısı (c) olmak üzere üç ana değişkeni vardır (Şekil 2.1.).



Şekil 2.1. Pender'in sağlığı geliştirme modeli (222).

Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli Bileşenleri:

a) Bireysel Özellikler ve Deneyimler: Sağlığı geliştirme davranışını etkileyen en önemli faktör bireyin sahip olduğu biyolojik, psikolojik, sosyo-kültürel özellikler ve benzer davranışın sıklığıdır.

- Davranışa İlişkin Önceki Deneyimler: Bireyin sergilediği sağlığı geliştirme davranışını etkileyen en önemli durum bireyin geçmişte aynı ya da benzer davranışı sürdürme sıklığı olarak ifade edilmektedir.
- Kişisel Faktörler: Bireyin sağlığı geliştirme davranışını biyolojik, psikolojik ile sosyo-kültürel faktörler etkilemektedir (222, 223).

b) Davranışa Özgü Bilişsel Süreçler ve Etkileri: Modeldeki davranışa özel değişkenler müdahaleler için en önemli yol göstericilerdir. Bireyin davranışa ilişkin algıladığı yararlar, engeller, öz-yeterlilik, aktiviteyle ilgili etki, kişilerarası etkileşim ve durumsal etkiler belirlenip müdahaleler ile davranış değişikliğine yön verilebilir (222, 223).

- Eylemin Algılanan Yararları: Sağlığı geliştirecek davranıştan meydana gelecek olumlu sonuçların algılanmasıdır. Bireyin davranışın yararını algılaması davranışa başlama ve sürdürme üzerinde olumlu etkilidir (222, 223).
- Eylemin Algılanan Engelleri: Yapılması istenen davranışla ilgili olumsuz düşünceler ve ya uygulanmasını güçleştiren engellerdir. Davranışa yönelik algılanan yararlar engellerden ne kadar fazla olursa davranışın ortaya çıkma olasılığı o denli artar. En sık karşılaşılan engeller sıkılma, zaman ayıramama, ekonomik yetersizlikler, davranışın güç olması, davranışın çevre tarafından desteklenmemesi gibi engellerdir. Bireyin bu engelleri algılaması davranışa başlama ve sürdürme üzerinde olumlu etkilidir (222, 223).
- Algılanan Öz Etkililik: Öz etkililik kişisel yeteneği organize etme ve gereken davranışı yerine getirme kararı olup bireyin sahip olduğu beceriler ile neler yapabileceği yargısıdır (222, 223).
- Aktiviteyle İlişkili Etkiler: Bireyin davranış öncesinde, sırasında ve sonrasında pozitif düşünceye sahip olması davranışa başlamasını ve devam ettirmesini kolaylaştırmaktadır. Önceki benzer davranıştaki başarı ve başarısızlıklar sonraki davranışın ortaya çıkmasını etkiler. Sağlığı geliştirme davranışı ile ilgili olumlu ya da olumsuz davranışları ifade eder (222, 223).
- Kişiseler arası Etkiler: Bireyin çevresini oluşturan aile, akran, öğretmen, sağlık personeli gibi kişilerin sağlığı geliştirme davranışında bireye verdiği destektir (222, 223). Bireyin çevresinde yer alan aile, akran veya sağlık personeli gibi kişilerin sağlığı geliştirici davranışın kazanılmasında sağladığı destek olarak açıklanmaktadır. Kişilerarası etkiler, toplumsal kuralları, sosyal desteği ve örnek almayı kapsamaktadır (44,220,223). Bireyin davranışını değiştirmesinde sosyal desteğin önemli olduğu belirtilmektedir. Bireyin çevresinden aldığı destek belirli davranışların

geliştirilmesine yardımcı olmaktadır (207). Sağlığı Geliştirme Modelinde kişilerarası etkileşimde hemşire, ebeveyn, akran gibi bireyin çevresinde var olan kişiler istenilen davranışın geliştirilmesinde önemli rol oynamaktadırlar. Modelde hemşire sağlığı geliştirmede bireyi güdüleyen en önemli kişi olarak ifade edilmektedir.

- Durumsal etkiler: Davranışı kolaylaştırabilen veya engelleyebilen bireysel anlayış ve algılar olarak tanımlanmaktadır. Durumsal etkilerin sağlık davranışı üzerinde doğrudan ya da dolaylı etkisi bulunabilir (222, 223).

c) Davranış Çıktısı: Bireyin yapılması istenen sağlık davranışını gerçekleştirdiği yani eyleme geçtiği süreçtir. Bir davranış hakkında plan yapmak davranışla ilgili niyeti göstermektedir. Önemli başka bir tercih ortaya çıkmadıkça birey davranışı gerçekleştirecektir (222, 223).

- Acil Gereksinimler ve Öncelikler: Çevresel koşullar nedeniyle bireyin sağlığı geliştirme davranışı üzerinde sağladığı düşük veya yüksek kontroldür. Bireyin alternatif davranışlar arasından kendi tercihlerini kullanması olarak tanımlanabilir (222, 223).
- Sağlığı Geliştirme Davranışı: Kişisel doyum, üretken bir yaşam, en iyi iyilik hali, pozitif sağlık sonuçları ile sonuçlanan davranışlar sağlığı geliştirme davranışı olarak kabul edilir. Kişinin istenilen sağlık davranışını sergilemesi ve yaşam biçimi haline dönüştürülmesidir (222, 223).

2.7.1. Siber Zorbalığın Önlenmesi ve Müdahalesinde Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli'ne Temellendirilmesi

Siber Zorbalık Farkındalık Eğitiminin Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli'ne temellendirilmesinin nedeni modelin temelini oluşturan algılanan öz yeterlilik, kişilerarası etkileşim ve algılanan yararlar, engeller, durumsal etkiler bileşenlerinin modelde yer almasıdır. Çünkü siber zorbalığın gelişmesi adölesanların ve ebeveynlerin siber zorbalık algısı, tutumu, farkındalıkları ve aile içi iletişiminden etkilenmektedir. Dolayısıyla araştırmanın kavramsal çerçevesi ve yöntemi Sağlığı Geliştirme Modeli temelinde gerçekleştirilmiştir.

Bu doğrultuda Sağlığı Geliştirme Modeline temellendirilmiş Siber Zorbalık Farkındalık Eğitiminin varsayımları şu şekilde belirlenmiştir.

- Adölesanın siber zorbalık davranışından kaçınması aşamalı olarak gerçekleşir, öncelikle siber zorbalık farkındalığı kazanılır sonra siber zorbalıktan kaçınma gerçekleşir.
- Siber zorbalık farkındalığının geliştirilmesinde ve bu farkındalığın davranışa dönüştürme sürecinde kişilerarası çevrenin bir parçası olan hemşireler önemli bir rol oynar.
- Adölesanın yakın çevresi olan ebeveynlerin siber zorbalık farkındalığı kazanması ile çocuğuna sağlayacağı sosyal destek adölesanın, siber zorbalık farkındalığı kazanması ve siber zorbalık davranışından kaçınmasında etkilidir.

Sağlığı Geliştirme Modelinin temelini öz yeterlilik algısı oluşturmaktadır. Bireylerin öz yeterlilik algısı davranışın kabul edilmesini, kazanılmasını kolaylaştırmaktadır (222). Sağlığı Geliştirme Modeli'nin Algılanan Öz yeterlilik bileşenine göre bireyin konu ile ilgili öz yeterliliğinin fazla olması istenilen davranışın geliştirilmesi ve sürdürülmesinde çok önemlidir (222). Adölesanların ve ebeveynlerinin siber zorbalık farkındalıklarının yetersiz olduğu bilinmektedir (14). Ancak yapılan çalışmalarda ebeveynin etkili çevrimiçi yaklaşımları kullanması, internetin risklerine karşı yeterli bilgiye sahip olması siber zorbalığın önlenmesinde etkili olduğu bildirilmektedir (207). Bu nedenle eğitim içeriği hem adölesanın hem de ebeveynin siber zorbalığı önleme ve müdahalesinde etkili olan kavramlar hakkında bilgilendirilmesi amacıyla öz yeterliliğinin geliştirilmesine yönelik hazırlanmıştır.

Siber zorbalığı etkileyen adölesana ait nedenler arasında siber zorbalığın şaka, eğlence gibi nedenlerle yapılması ve ebeveyne ait nedenler arasında ise kendi çocuklarının siber zorbalık yapmayacağı algısı vardır (13,14,18). Adölesanların siber zorbalık davranışına karşı geliştirdiği olumsuz tutum ve algı siber zorbalık davranışından uzaklaşmasını sağlamakta, kendilerine karşı siber zorbalık yapıldığında dijital etik ilkeler gereğince zorbaya aynı şekilde karşılık verme davranışları azalmaktadır (224). Sağlığı Geliştirme Modeli'nin Algılanan yararlar ve engeller bileşeni doğrultusunda adölesanlar ve ebeveynler için siber zorbalığın tanımı, çeşitleri, nedenleri, sonuçları, önleme ve müdahalede kullanılan başa çıkma mekanizmalarını (empati, güvenli internet kullanımı gibi) kapsayan konular eğitim içeriğine dahil edilmiştir.

Pender'in Sağlığı Geliştirme Modelinde Davranışa Özgü Algı bileşeninde yer alan Kişilerarası etkileşim alt kavramına göre bireyin davranışını değiştirmesinde sosyal

desteğin önemli olduğu belirtilmektedir. Bireyin çevresinden aldığı destek belirli davranışların geliştirilmesine yardımcı olmaktadır (207). Sağlığı Geliştirme Modelinde kişilerarası etkileşimde hemşire, ebeveyn, akran gibi bireyin çevresinde var olan kişiler istenilen davranışın geliştirilmesinde önemli rol oynamaktadırlar. Modelde hemşire sağlığı geliştirmede bireyi güdüleyen en önemli kişi olarak ifade edilmektedir. Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde adölesan ve ebeveynlerine yol göstermede sorumlulukları vardır (124). Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesi için ebeveynlerin çocuklarına rehber olması ve siber zorbalık eğitimlerine dahil edilmesi önerilmektedir (10, 34, 35). Siber zorba ve siber mağdur olan adölesanların ebeveyninden algıladığı sosyal desteğin düşük olması öznel iyi oluşu olumsuz etkilediği, depresif belirtilerin daha fazla görüldüğü bildirilmiştir. Bu nedenle Sağlığı Geliştirme Modeli kişiler arası etkileşim alt kavramı gereğince ebeveynler siber zorbalık farkındalık eğitimine dahil edilmiş, ebeveynin siber zorbalık farkındalığı ve dijital ebeveynlik becerilerinin desteklenmesiyle çocuğuna sosyal destek olarak siber zorbalık oranlarının azaltılması amaçlanmıştır (225).

2.8. Siber Zorbalığı Önleme ve Müdahalede Çocuk Sağlığı Hemşiresinin Rolü

Siber zorbalık, adölesanların sağlıklı büyüme ve gelişmeleri önünde bir risk oluşturan halk sağlığı sorunu olarak ele alınmaktadır (148,226). Bu nedenle siber zorbalığa karşı önleyici müdahalelerin sağlık profesyonelleri olan hemşireler tarafından geliştirilmesi son derece önemlidir. En temel görevi "*0-18 yaş arasındaki çocukların aile ve toplum içinde fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal yönden sağlıklı büyüme ve gelişmesinden sorumlu olmak* " (227) olan çocuk sağlığı hemşirelerinin, dijital dünyanın oluşturduğu sanal çevrenin zararlarından olan siber zorbalığın önlenmesinde de sorumlulukları vardır.

Çocuk sağlığı hemşireleri, siber zorbalık ve çevrimiçi riskli davranışları değerlendirmek, müdahale etmek ve eğitmek için kilit bir konumda yer almaktadır (228). Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde hedef grup adölesanların farkındalıklarının artırılması, baş etme mekanizmalarının öğretilmesi, dijital becerilerin kazandırılması gibi sorumluluklarının yanında ebeveynlerin ve okul personelinin eğitimlere dâhil edilmesi çocuk sağlığı hemşirelerinin sorumluluklarındandır (228-230).

Byrne ve arkadaşları (2018) siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde birincil, ikincil ve üçüncül koruma basamaklarından bahsetmiştir (148). Birincil

korumada amaç, siber zorbalığın gelişmesini engellemektir. Bunun için siber zorbalık ve siber mağduriyete neden olan risk faktörlerinin hemşireler tarafından bilinmesi önerilmiştir. Örneğin; siber zorbalığın sıklıkla yaşandığı ve adölesanların en sık kullandığı sosyal medya hesaplarının kullanımı ve içeriği hakkında bilgi sahibi olmak adölesanlarla siber zorbalık hakkında konuşmak için iyi bir adım olarak görülmektedir (231). Kurulan bu iletişim sayesinde adölesan ile hemşire arasında güven ilişkisi kurulabilir, geleneksel zorbalığa göre saptanması daha zor olan siber zorbalık deneyimi varsa hemşire ile paylaşımda bulunarak tespiti kolaylaşabilir (148).

Adölesanlarda siber zorbalık farkındalığı ve dijital vatandaşlık başlığı altında dijital okuryazarlık, dijital etik konularını kapsayan eğitimler verilmesi birincil koruma basamağında yer alabilir (124). Siber zorbalığa karşı farkındalık geliştirmek amacıyla ebeveynlere ve okul çalışanlarına eğitim vermek birincil koruma basamağında yer almaktadır (148). Bu eğitimlerin içeriğinde öncelikli olarak ebeveynlere ve okul çalışanlarına siber zorba ve siber mağdur olan çocukların göstermiş olduğu uyku sorunları, kaygı, depresyon, yeme bozuklukları, baş ağrıları ve kendine zarar verme düşünce ve davranışlarını içeren belirti ve bulgular yer almalıdır (232) (Tablo 2.3). Ebeveyn eğitimleri içeriğinde dijital ebeveynlik becerilerinin yer alması siber zorbalığın önlenmesinde birincil korumada yer alabilir (124).

Tablo 2.3. Siber zorba ve siber mağdur olan adölesanların davranışları (232).

Siber Mağduriyet yaşamış ise;	**Siber Zorbalık yapıyor ise;**
• Bilgisayar, cep telefonu gibi sahip olduğu cihazların kullanımını beklenmedik bir şekilde bırakır veya kullanırken gergin ve sinirli görünür. • Çevrimiçi aktiviteler sonrasında (en sevdiği bilgisayar oyunu sonrasında bile) gergin ve agresif tavırlar sergileyebilir. • Çevrimiçi aktiviteleri ile ilgili bilgi vermekten kaçınabilir. • Uyku düzeninde bozulma (az ve ya çok uyuma) yaşar. • Yemek yeme düzeninde bozulmalar yaşar. • Depresif ruh hali, en sevdiği aktivitelere ilgi duymama gibi davranışlar sergiler. • Arkadaşları ile geçirilen vakitte azalır. • Okula gitmeme ve ya arkadaşları ile olan toplantılara katılmama isteği görülebilir.	• Bilgisayar ve ya cep telefonunun ekranını gizleme eğilimindedir. • Bilgisayar ve ya cep telefonunu gecenin her saatinde kullanma eğilimindedir. • Çevrimiçi aktiviteleri ile ilgili bilgi vermekten kaçınır. • Çevrimiçi olamadığı durumlarda gergin görünür. • Kendine ait olmayan birden fazla çevrimiçi hesabı olabilir. • Çevresinde popüler olma veya statüsü hakkında sürekli endişeli olur. • Akranlarına karşı artan duygusuz ve duyarsız tavırlar sergiler. • Şiddet eğilimi vardır. • Okulda ve ya sosyal çevresinde disiplin olaylarında artış olabilir. • Aileden uzaklaşma ve izolasyon vardır. • Teknolojik becerileri ve yetenekleri konusundaki bilgilerinin çok iyi olduğunu düşünmektedir.

Siber zorbalığın önlenmesinde ve müdahalesinde ikincil korumada amaç; siber zorbalığı tespit etmektir (148). Siber zorba, siber mağdur, siber zorba-mağdur ve bunlara şahit olan adölesanları belirlemek için geliştirilmiş geçerli ve güvenilir ölçeklerden yararlanarak tarama yapılmalıdır (228,232). Siber zorbalık yapan veya maruz bırakılan adölesanların belirlenmesiyle birlikte çocuk sağlığı hemşireleri bu adölesanlara danışmanlık sağlayabilir, iletişim, empati ve başa çıkma becerileri hakkında eğitimler yapabilir (124).

İkincil korumada ebeveynlerin desteği gereklidir. Ebeveynlerin çoğunluğu siber zorbalığın meydana geldiğini öğrendiğinde neler yapması gerektiğini bilmemekte (226), bu nedenle çocukları siber zorba ve siber mağdur olduğunda ebeveynlerin izlemesi gereken adımlar, başa çıkma mekanizmaları ve yasal süreç hakkında bilgilendirilmeler yapılabilir (233) (Tablo 2.4).

Tablo 2.4. Çocuğu siber zorbalık yaptığında veya siber mağdur olduğunda siber zorbalığın önlenmesi için ebeveynlerin izlemesi gereken adımlar (233).

Adölesan Siber zorbalık yaptığında;	**Adölesan Siber Mağdur olduğunda;**
1. Ebeveyn sorunu (çocuğunun siber zorbalık yaptığını) kabul etmelidir. 2. Ebeveyn çocuğunun zorbalık davranışını hemen durdurmalıdır, bu davranışının sürdürülmesini engellemelidir. 3. Ebeveynler yargılamadan açık bir iletişim kurarak olayın nedenini ve nerede (sosyal medya hesabı, çevrimiçi oyun vb.) gerçekleştiğini öğrenmelidir. 4. Siber mağdur olan kişinin neler hissedebileceğini anlaması için çocuğunun empati yapmasını sağlamalıdır. 5. Davranışın sürdürülmemesi için uzmanlara başvurulmalıdır.	1. Ebeveyn çocuğunun öfkelenmemesini ve sakin olması hatırlatmalıdır. 2. Siber zorbalık delillerini kayıt altına alınmalıdır. (Yasal süreçte gereklidir). 3. Siber zorbaya siber zorbalıkla karşılık verilmeden, iletişim kesilerek engellenmelidir. 4. Siber zorbalığın gerçekleştiği platforma (sosyal medya hesapları, çevrimiçi oyun hesapları gibi) siber zorba şikâyet edilmelidir. 5. Siber zorbalıkla karşılaşıldığında her zaman bir yetişkinden yardım istemesi gerektiği anlatılmalıdır.

Siber zorbalığın önlenmesinde üçüncül koruma basamağı birincil ve ikincil önleme basamağında başarısız olunduğunda uygulanır. Üçüncül koruma ve önleme basamağı, eğitim, danışmanlık, ebeveyn farkındalığının geliştirilmesine rağmen siber zorba veya siber mağdur olmuş ve sonucunda depresyon, uyku bozukluğu, yeme bozuklukları, intihar girişimleri gibi sağlık sorunları gelişen adölesanlara müdahaleyi kapsamaktadır (148,232). Bu adımda vaka yöneticisi rolünü kullanan çocuk sağlığı

hemşireleri, adölesanların tedavisi için uzmanlara yönlendirilmesinde koordinasyon sağlamaktadır (232).

Çocuk sağlığı hemşireleri eğitim, danışmanlık, savunucu ve vaka yönetici rollerini kullanarak siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde aktif görev alabilir. Ancak literatür incelendiğinde hemşirelik alanında siber zorbalığı önleme ve müdahale çalışmasına rastlanılmamıştır. Özellikle dijital yerli olarak anılan 18 yaş altı çocukların sıklıkla karşılaştığı bu soruna yönelik olarak okul sağlığı alanında görev yapan hemşirelerin önleme ve müdahale çalışmalarında yer alması oldukça önemlidir. Yine çocuk sağlığı hemşireleri dijital dünyanın riskleri hakkında bilgilerini artırarak, internetin bilinçsiz ve kötü amaçla kullanılması nedeniyle gelişebilen siber zorbalığın önlenmesine destek olarak adölesanın ve ebeveyninin sağlığının korunmasına katkıda bulunabilir.

3. MATERYAL VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Şekli

Araştırma, müdahale kontrol gruplu ön test-son test deneysel desende yapılmıştır.

3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri

Araştırma, Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2017) (234) verilerine göre Ankara ili sosyoekonomik düzeyi orta olan altı merkez ilçe (Etimesgut, Keçiören, Pursaklar, Sincan, Mamak, Yenimahalle) arasından basit rastgele örnekleme yöntemiyle seçilen Etimesgut ve Sincan ilçelerinde yer alan, en fazla öğrenci sayısına sahip Anadolu liselerinde yapılmıştır.

Etimesgut ve Sincan ilçelerinde toplam 19 Anadolu Lisesi bulunmaktadır. Bu Araştırma Bağlıca Anadolu Lisesi (AL), Cemil Meriç Anadolu Lisesi, Fatih Anadolu Lisesi, İbni Sina Anadolu Lisesi, Mehmetçik Anadolu Lisesi,

Şehit Aytekin Kuru Anadolu Lisesi, Şehit Ertan Akgül Anadolu Lisesi, Şehit Oğuzhan Yaşar Anadolu Lisesi, Şehit Ömer Halis Demir Anadolu Lisesi, Şehit Velit Bektaş Anadolu Lisesi, Sincan Anadolu Lisesi, Ufuk Arslan Anadolu Lisesi olmak üzere toplam 12 ortaöğretim kurumunda yürütülmüştür. Anadolu liseleri arasında okul yöneticilerinin araştırmanın yürütülmesine çeşitli nedenlerle (Covid-19 pandemisi, proje okulu olmaları gibi) izin vermediği ve araştırmaya gönüllü olarak katılan öğrencinin bulunmadığı toplam 7 okul araştırmaya dahil edilmemiştir. Araştırma kapsamına alınan okullarda Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık birimi öğretmenleri, Bilişim Teknolojileri dersi (BT) öğretmenleri tarafından ders kapsamında veya bilgi afişleri, poster gibi materyaller kullanılarak siber zorbalık hakkında tüm öğrencilere eğitim verilmektedir. Siber zorbalık önleme ve müdahale kapsamında ebeveynlerine yönelik herhangi bir bilgilendirme veya eğitim faaliyeti yapılmamaktadır (Tablo 3.1).

Tablo 3.1. Araştırmanın yürütüldüğü okulların bulunduğu ilçe, okul adı, öğrenci sayısı ve okulların siber zorbalık ile ilgili eğitim etkinlikleri.

İlçe	Okul Adı	9 ve 10. sınıf Öğrenci Sayısı	Öğrenciler için Siber zorbalık farkındalık eğitimi ile ilgili etkinlikler	Ebeveynler için Siber zorbalık farkındalık eğitimi ile ilgili etkinlikler
Etimesgut	Bağlıca AL	1098	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Etimesgut	Cemil Meriç AL	690	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Etimesgut	Mehmetçik AL	400	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Etimesgut	Şehit Aytekin Kuru AL	899	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Etimesgut	Şehit Ertan Akgül AL	728	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Etimesgut	Şehit Oğuzhan Yaşar AL	297	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Etimesgut	Şehit Ömer Halis Demir AL	905	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Etimesgut	Şehit Velit Bektaş AL	797	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Etimesgut	Ufuk Arslan AL	1079	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Sincan	Fatih Anadolu Lisesi	899	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Sincan	İbni Sina Anadolu Lisesi	704	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.
Sincan	Sincan Anadolu Lisesi	924	Rehberlik servisi ve BT ders kapsamında	Yapılmamaktadır.

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

3.3.1. Araştırmanın Evreni

Araştırmanın evrenini, Ankara ili merkeze bağlı orta sosyoekonomik gelişmişlik düzeyine sahip toplam 6 ilçe arasından basit rastgele örneklem yöntemiyle seçilmiş iki ilçede bulunan 12 adet Anadolu Lisesi'nden (235) 2020-2021 yılında araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden, 9 ve 10. Sınıf düzeyinde eğitim öğretim gören 438 öğrenci arasından YSZE-II'nin "Ben yaptım" bölümünden 11 ve üzeri puan alan (en az bir kez siber zorbalık deneyimi bulanan) 148 öğrenci oluşturmuştur.

Siber zorbalık ile ilgili yapılan araştırmalarda okul türü Anadolu Lisesi olan öğrencilerin siber zorbalık davranışlarının diğer okul türlerine göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir (89,80,236,237). Bu nedenle araştırmanın Anadolu

liselerinde yürütülmesine karar verilmiştir. Araştırmanın yürütüldüğü okulların yöneticilerinin 11 ve 12. sınıf öğrencilerinin ders yoğunluğu ve yüksek öğretim sınavlarına hazırlık döneminde olması nedeniyle araştırmaya yalnızca 9 ve 10.sınıf öğrencilerinin dahil edilmesine izin vermeleri nedeniyle 11 ve 12. sınıf öğrencileri araştırma kapsamı dışında tutulmuştur.

3.3.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemini 2020-2021 Eğitim Öğretim yılında 01.05.2021-07.05.2021 tarihleri arasında araştırmanın yürütüldüğü toplam 12 tane Anadolu lisesinde 9 ve 10. sınıfta eğitim öğretimine devam eden, Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri II (YSZE-II)'den 11 ve üzerinde puan alanlar arasından, araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden 64 öğrenci ve bu öğrencilerin ebeveynleri oluşturmuştur. Örneklem seçiminde siber zorbalık ile ilgili yapılan araştırmalar ve Covid-19 pandemi şartları göz önüne alınmıştır.

Örneklem seçiminin ilk basamağında araştırmanın uygulanacağı ilçe seçilmiştir. Türkiye'de siber zorbalık davranışları yüksek sosyoekonomik gelire sahip olan adölesanlar arasında daha sık görülmektedir (14, 238). Ancak siber mağduriyet yaşayanların siber zorbalık yapmaya eğilimli olmaları nedeniyle (14) hem alt gelir grubu hem üst gelir grubunu temsil etmesi amacıyla orta sosyoekonomik gelir düzeyinde olan ilçeler arasından seçim yapılmıştır.

Türkiye İstatistik Kurumu'ndan alınan veriler ile Ankara'nın orta sosyoekonomik gelir düzeyine sahip ilçeleri belirlenmiştir (234). Bu ilçeler arasından, Covid-19 pandemisi nedeniyle yüz yüze eğitimin olmaması, ulaşılacak öğrenci sayısının kısıtlılığı göz önüne alınarak, örneklem kaybını engellemek amacıyla basit rastgele örneklem yöntemi ile iki ilçe seçilmiştir (234).

Örneklem seçiminin ikinci basamağında ise araştırmaya dahil edilecek okullar belirlenmiştir. Seçilen iki ilçede araştırmaya katılmayı onaylayan toplam 12 resmi Anadolu Lisesi araştırmaya dahil edilmiştir. Örneklem seçiminin üçüncü basamağında araştırmaya dahil edilecek öğrenciler belirlenmiştir. Covid-19 pandemisi nedeniyle yüz yüze eğitimin yapılmamasından dolayı siber zorbalık davranışında bulanan öğrencileri tespit etmek amacıyla adölesana ait veri toplama araçları araştırmacı

tarafından okul Rehber ve Psikolojik Danışma öğretmenleri aracılığıyla çevrimiçi (online) olarak iletilmiştir. Rehber ve Psikolojik Danışma öğretmenleri ise veri toplama araçlarını sınıf rehber öğretmenleri aracılığıyla çevrimiçi (online) olarak sınıf gruplarına iletmiştir. Bu şekilde araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden 438 öğrenciye ulaşılmıştır. Toplam 438 öğrenci arasından YSZE-II'nin "Ben yaptım" bölümünden en yüksek puanı alan 148 öğrenci olduğu belirlenmiştir (EK-1). Müdahale ve kontrol grubunda yer alacak minimum öğrenci sayısını belirlemek için güç analizi yapılmıştır (EK-2). Lee ve arkadaşlarının (2013) Siber zorbalığı önleme ile ilgili yapmış olduğu çalışma referans alınarak (128) 0.25 etki büyüklüğü, 0.95 güç ve 0.5 yanılma payı ile hesaplanan örneklem büyüklüğü Müdahale grubu için n=27, kontrol grubu için n=27 olacak şekilde toplam 54 kişi olması gerektiği belirlenmiştir. Eğitim sırasında öğrenciler veya ebeveynler arasından en az %20 (32) kayıp yaşanabileceği varsayılarak araştırmaya alınması gereken toplam öğrenci sayısının müdahale grubunda 33 kontrol grubunda 33 öğrenci olmasına karar verilmiştir.

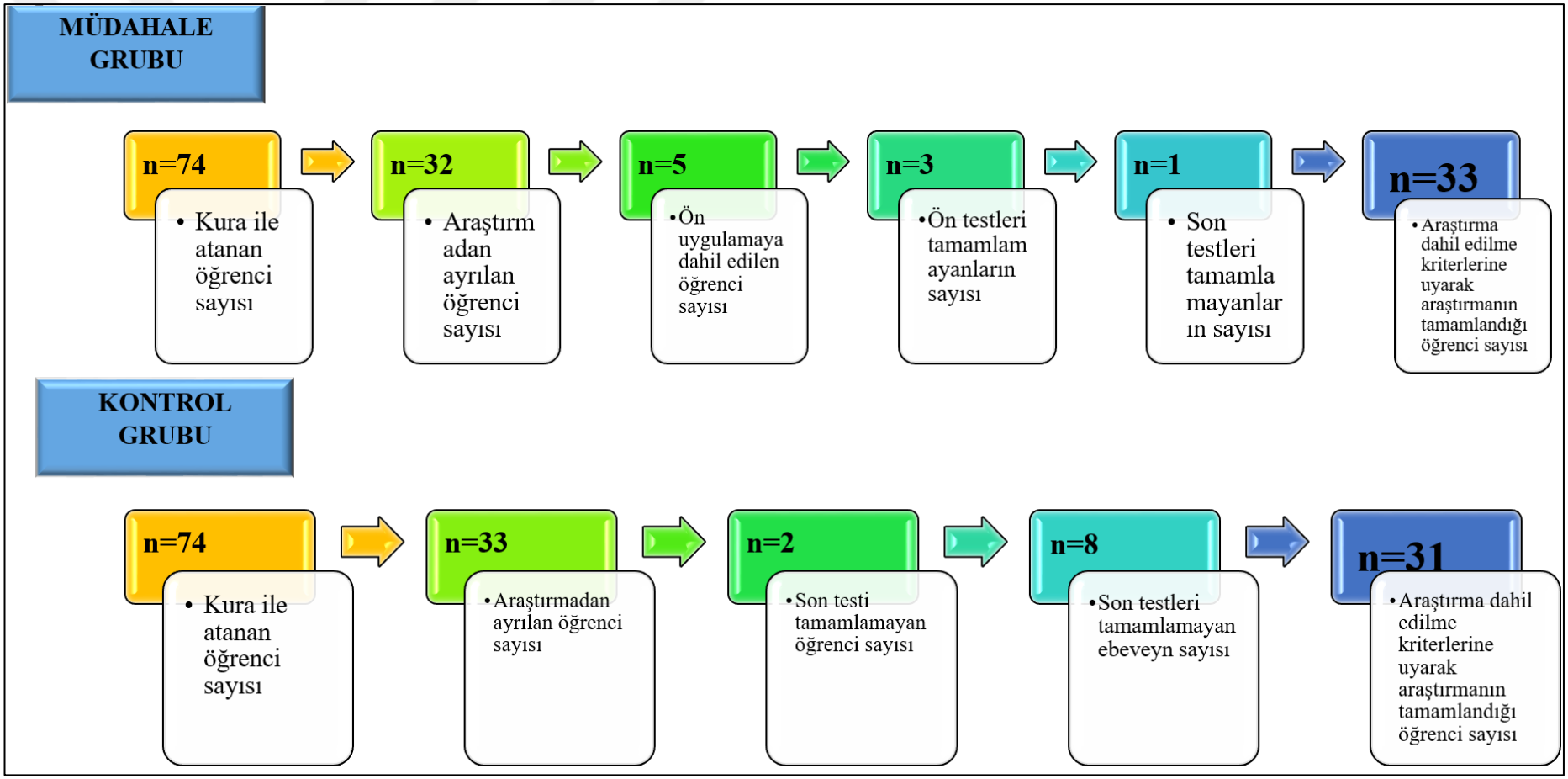
Örneklem seçiminin son aşamasında YSZE-II'nin "Ben yaptım" bölümünden en yüksek puanı alan yani en az bir kere siber zorbalık deneyimi olan toplam 148 öğrenci arasından kura yöntemiyle sırayla seçim yapılarak, her iki grupta eşit sayıda öğrenci bulunacak şekilde, müdahale ve kontrol grupları oluşturulmuştur (Tablo 3.2). Müdahale ve kontrol grubuna atanan her öğrencinin bir ebeveyninin araştırma kapsamına alınması planlamıştır. Ancak seçim sonrası müdahale grubunda olan 32, kontrol grubundan 33 öğrenci araştırmaya katılmak istemediklerini belirtmiş ve araştırmadan ayrılmıştır.

Müdahale grubundan 3 öğrencinin ebeveyni ön testi, 1 öğrencinin ebeveyni ise yakınının Covid-19 tanısı alarak hayatını kaybetmesi sonucu son testi tamamlamaması nedeniyle araştırma kapsamı dışında tutulmuştur. Ön uygulamaya dahil edilen 5 öğrenci ve ebeveyni müdahale grubundan çıkarılmıştır. Kontrol grubunda ise 2 adölesan ve 8 öğrencinin ebeveyninin son testleri tamamlaması nedeniyle araştırma dışında bırakılmıştır. Böylelikle müdahale grubunda 33 adölesan ve ebeveyni, kontrol grubunda 31 adölesan ve ebeveyni ile araştırma tamamlanmıştır (Şekil 3.1).

Tablo 3.2. Araştırmanın yürütüldüğü ilçelerde yer alan okulların adı, toplam 9 ve 10. sınıf öğrenci sayısı ile araştırmaya katılmayı kabul eden öğrenci sayısı ve müdahale kontrol grubuna atanan toplam öğrenci sayıları.

İlçe	Okul Adı	9 ve 10.sınıf Öğrenci Sayısı	Araştırmaya Katılan Öğrenci Sayısı*	YSZE-II'den 11 ve üzeri puan alan öğrenci sayısı	YSZE-II'den 11 ve üzeri puan alan 9.sınıf öğrenci sayısı	YSZE-II'den 11 ve üzeri puan alan 10.sınıf öğrenci sayısı
Etimesgut	Bağlıca AL***	1098	11	4	2	2
Etimesgut	Cemil Meriç AL***	690	46	24	24	0
Etimesgut	Mehmetçik AL***	400	32	14	0	14
Etimesgut	Şehit Aytekin Kuru AL**	899	27	11	5	6
Etimesgut	Şehit Ertan Akgül AL**	728	31	13	10	3
Etimesgut	Şehit Oğuzhan Yaşar AL**	297	15	6	5	1
Etimesgut	Şehit Ömer Halis Demir AL**	905	129	33	13	20
Etimesgut	Şehit Velit Bektaş AL***	797	24	6	6	0
Etimesgut	Ufuk Arslan AL**	1079	13	5	4	1
Sincan	Fatih Anadolu Lisesi***	899	84	24	24	0
Sincan	İbni Sina Anadolu Lisesi***	704	10	5	2	3
Sincan	Sincan Anadolu Lisesi**	924	16	3	3	0
TOPLAM		**9420**	**438**	**148**	**98**	**50**

*Araştırmaya katılmayı kabul eden öğrenci sayısı
** Müdahale grubunda yer alan okul *** Kontrol grubunda yer alan okul



Şekil 3.1. Örneklem seçimi akış şeması (N=148).

3.4. Araştırmaya Dâhil Edilme ve Dışlama Kriterleri

Bu bölümde araştırmaya dahil edilme ve araştırma grubundan dışlanma kriterlerine yönelik bilgi verilmiştir.

3.4.1. Adölesanların Araştırmaya Dâhil Edilme Kriterleri

- YSZE-II'nin "Ben yaptım" bölümünden 11 ve üzeri puan almış olmak,
- İnternete ulaşmasında herhangi bir engeli olmamak,
- Herhangi bir iletişim engeli bulunmamak,
- Araştırmaya katılmayı gönüllü kabul etmiş olmak,
- Araştırmaya katılmak için ebeveyn izni olmak.

3.4.2. Ebeveynlerin Araştırmaya Dahil Edilme Kriterleri

- Çocuğu YSZE-II'nin "Ben yaptım" bölümünden 11 ve üzeri puan almış olmak,
- İnternete ulaşmasında herhangi bir engeli olmamak,
- Okuma yazma biliyor olmak,
- Herhangi bir iletişim engeli bulunmamak,
- Araştırmaya katılmayı kabul etmiş olmak.

3.4.3. Adölesan ve Ebeveynler İçin Araştırmadan Dışlanma Kriterleri

- Ön testleri tamamlamamak,
- Araştırmanın yürütüldüğü 5 hafta boyunca web sitesini ziyaret etmemek,
- Araştırma süresince her hafta ayrı ayrı yüklenen eğitim videolarının tamamını izlememek,
- Araştırma sonunda eğitimi değerlendirmek amacıyla uygulanan son testleri tamamlamamak.

3.5. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde adölesan ve ebeveynlere ait verilerin toplanmasında kullanılan araçlar hakkında bilgi verilmiştir.

3.5.1. Adölesan Veri Toplama Araçları

Araştırmada adölesanların sosyodemografik özellikleri ve internet kullanım özelliklerini sorgulayan *Adölesan Veri Toplama Formu* (EK-3), *Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri II(YSZE-II)* (239) (EK-4), *Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu* (EK-5) kullanılmıştır.

Adölesan Veri Toplama Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanan bu formda toplam 23 soru yer almaktadır. Formda adölesanın yaş, cinsiyet, sınıf, ders başarı durumu, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, aile gelir durumu, internet kullanım özellikleri, sosyal medya hesapları ve çevrim içi oyun siteleri ve internet ortamında olumsuz bir durum ile karşılaşma veya sergileme durumuna ait sorular yer almaktadır (EK-3).

Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri-II (YSZE-II): Ülkemiz için geçerlilik güvenilirliği Topçu ve Erdur-Baker (2018) tarafından yapılan ölçek adölesanların son altı ayda sanal ortamda zorbalığa maruz kalma ve zorbalık yapma sıklıklarını belirlemeyi amaçlamayan toplam 10 sorudan oluşmaktadır (239). Formun "bana yapıldı" bölümünden aldıkları puanlar adölesanların siber mağdur olma deneyimlerini, "ben yaptım" bölümünden aldıkları puanlar siber zorba olma deneyimlerini ölçmektedir. Kendini bildirim türündeki ölçek 4'lü Likert tipinde (1 = hiçbir zaman, 2 =bir kere, 3 = iki-üç kez, 4 = üçten çok) puanlanmaktadır (EK-4). Ölçeğin siber mağdur bölümü için iç tutarlılık kat sayısı 0.84, siber zorba bölümü için ise 0.69 olarak bulunmuştur (239). Araştırmada Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri II'de yer alan maddelerden en az bir tanesi için "bana yapıldı" bölümünden "2=bir kere" seçeneğini işaretleyenler "siber mağdur" ve "ben yaptım" bölümünden "2=bir kere " seçeneğini işaretleyen adölesanlar "siber zorba" olarak sınıflandırılmıştır. Benzer şekilde, sorularda belirtilen durumlardan "hiç yapılmadı" seçeneğini işaretleyenler "siber mağdur olmayan" ve "hiç yapmadım" seçeneğini işaretleyenler "siber zorba olmayan"

olarak sınıflandırılmıştır. Bu araştırmada YSZE-II eğitim öncesi Cronbach Alfa katsayısı 0.78, eğitim sonrası Cronbach Alfa katsayısı ise 0.87 olarak belirlenmiştir.

Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu: Bu form Sağlığı Geliştirme Modeli *Davranışa Özgü Algı* bileşenlerinden eylemin algılanan yararları, engelleri, algılanan öz yeterlilik ve duruma özgü etkiler alt başlıkları doğrultusunda adölesanların siber zorbalık tanımı ve çeşitleri, siber zorbalık nedenleri ve sonuçları, empati ve dijital vatandaşlık öz yeterliliği, güvenli internet kullanımına ilişkin farkındalıklarını belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir (EK-5). İlgili literatür kapsamında (14,61,65,89-94,100-108,111,161,187). Geliştirilen formda 40 madde yer almaktadır. Siber zorbalık tanımı, çeşitleri, nedenleri ve sonuçları bölümünde toplam 19 madde, dijital vatandaşlık bölümünde 9 madde, empati bölümünde 5 madde ve güvenli internet kullanımı bölümünde 7 madde yer almaktadır. Değerlendirme formunda yer alan maddelere "evet" cevabı verilmesi doğru olarak değerlendirilmiş ve her doğru madde iki buçuk (2.5) puan üzerinden hesaplanmıştır. Değerlendirme formunda "hayır" cevabı verilmesi yanlış olarak değerlendirilmiş ve her yanlış madde sıfır (0) puan olarak hesaplanmıştır. Böylece formdan alınacak en az puan sıfır (0), en fazla puan 100 olarak belirlenmiştir. Uygulama öncesinde Psikoloji Anabilim Dalı'ndan bir öğretim üyesi, Sosyal Hizmet Anabilim dalı Akran zorbalığı konusunda bir öğretim üyesi, Adli Hemşirelik alanında uzman iki öğretim üyesi, Adölesan Sağlığı Hemşireliği alanında uzman dört öğretim üyesi ve Hemşirelik kavram ve kuramsal uygulamasında uzman dört öğretim üyesi olmak üzere toplam 12 öğretim üyesi tarafından formda yer alan her madde "uygun değil", "kısmen uygun", "uygun" ifadeleri ile değerlendirilmiştir (EK-6). Uzman değerlendirmesi sonucunda yapılan kapsam geçerliliği analizinde anlaşılabilir düzeylerin 0.83 ile 1.00 arasında olduğu belirlenmiştir (EK-7). Uzman görüşü sonrasında forma son şekli verilmiş ve adölesanlara eğitim öncesi ve eğitim sonrasında çevrimiçi (online) olarak uygulanmıştır.

3.5.2. Ebeveyn Veri Toplama Araçları

Ebeveynlerin sosyodemografik özellikleri ve internet kullanım özelliklerini sorgulayan *Ebeveyn Veri Toplama Formu* (EK-8), ve *Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu* (EK-9) kullanılmıştır.

Ebeveyn Veri Toplama Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanan form toplam 27 sorudan oluşmaktadır. Formda ebeveynlerin sosyodemografik özellikleri, çocuklarının internet kullanım özellikleri, çocuğunun kullandığı sosyal medya hesapları ve çevrimiçi oyun siteleri ile ilgili özellikler, internette olumsuz davranışlarla karşılaşma veya sergileme durumuna ait sorular yer almaktadır (EK-8).

Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu: Bu form Sağlığı Geliştirme Modeli Davranışa Özgü Algı bileşenlerinden eylemin algılanan yararları, engelleri, algılanan öz yeterlilik ve duruma özgü etkiler alt başlıkları doğrultusunda ebeveynlerin siber zorbalık tanımı, çeşitleri, nedenleri ve sonuçları, empati, dijital ebeveynlik ve güvenli internet kullanımına ilişkin farkındalıklarını belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir (EK-9). İlgili literatür kapsamında (10,14,24, 61,65, 89-97,100-108,111, 161, 187) geliştirilen formda 40 madde yer almaktadır. Siber zorbalık tanımı, çeşitleri ile nedenleri ve sonuçları bölümünde toplam 20 madde, dijital ebeveynlik bölümünde 7 madde, empati bölümünde 5 madde ve güvenli internet kullanımı bölümünde 5 madde yer almaktadır. Değerlendirme formunda yer alan maddelere "evet" cevabı verilmesi doğru olarak değerlendirilmiş ve her doğru madde 2.5 puan üzerinden hesaplanmıştır. Değerlendirme formunda "hayır" cevabı verilmesi yanlış olarak değerlendirilmiş ve her yanlış madde sıfır (0) puan olarak hesaplanmıştır. Böylece formdan alınacak en az puan sıfır (0), en fazla puan 100 olarak belirlenmiştir. Uygulama öncesinde Psikoloji Anabilim Dalı'ndan bir öğretim üyesi, Sosyal Hizmet Anabilim dalı Akran zorbalığı konusunda bir öğretim üyesi, Adli Hemşirelik alanında uzman iki öğretim üyesi, Adölesan Sağlığı Hemşireliği alanında uzman dört öğretim üyesi ve Hemşirelik kavram ve kuramsal uygulamasında uzman dört öğretim üyesi olmak üzere toplam 12 alanında uzman öğretim üyesi tarafından formda yer alan her madde "uygun değil", "biraz uygun", "uygun" ifadeleri ile değerlendirilmiştir (EK-10).

Uzman değerlendirmesi sonucunda yapılan kapsam geçerliliği analizinde anlaşılabilir düzeylerin 0.83 ile 1.00 arasında olduğu belirlenmiştir (EK-11).

Uzman görüşü sonrasında forma son şekli verilmiş ve ebeveynlere eğitim öncesi ve eğitim sonrasında çevrimiçi (online)olarak uygulanmıştır.

3.5.3. Web Sitesi Değerlendirmesine Kullanılan Veri Toplama Araçları

Adölesan ve ebeveynlerinin web sitesi kullanımı değerlendirmeleri amacıyla Sistem Kullanılabilirlik Skalası (240) (EK-12) ve eğitim videolarını değerlendirmek amacıyla Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formu (EK-13) kullanılmıştır.

Sistem Kullanılabilirlik Skalası: Sistem Kullanılabilirlik Skalası 1996 yılında Brooke tarafından *"System Usability Scale"* orjinal adı ile geliştirilmiş (241) ve 2011 yılında Çağıltay tarafından Türk diline adapte edilmiştir (242). Kadirhan ve arkadaşları (2015) tarafından geçerlilik ve güvenirliği test edilerek ölçeğin Cronbach Alfa değerinin 0.78 olduğu belirlenmiştir (240). Ölçek 5'li likert tipte olup her bir madde 1 ile 5 arasında değer almaktadır (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılıyorum, 5=Kesinlikle Katılıyorum). Ölçekte yer alan 1,3,5,7,9 numaralı maddeler pozitif, 2,4,6,8,10 numaralı maddeler ise negatif ifade içermekte olup ters puanlanmaktadır. "Kesinlikle katılmıyorum" cevabı "0" puan, "Kesinlikle katılıyorum" cevabı ise 4 puan üzerinden hesaplanmaktadır. Toplam puanı elde etmek için her bir maddeden alınan puan 2.5 ile çarpılarak, 0 ile 100 arasında değişen bir puan elde edilir. Ölçekten alınan puanın artması kullanılabilir bir sistem olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach alfa kat sayısının 0.70 olduğu saptanmıştır (EK-12).

Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formu: Bu form ilgili literatür doğrultusunda (243-245) araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Form ebeveynlerin ve adölesanların eğitimde kullanılan videoların görüntü, ses kalitesi, video açıklamalarında kullanılan resim, şablon, yazı stili ile video anlatıcısının diksiyon, anlatım şekli ve kılık kıyafetini değerlendirmesi amacıyla toplam 20 madde olacak şekilde oluşturulmuştur. Form "Evet" ve "Hayır" cevaplarının verilebildiği ikili likert tipi olarak hazırlanmıştır. Formda yer alan maddelere verilen "Evet" yanıtı oranının fazla olması, adölesanların ve ebeveynlerin eğitimde kullanılan videolardan memnun olduğu anlamına gelmektedir (EK-13).

3.6. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırma başlanmadan önce Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Komisyonu'ndan etik (AYBU/Tarih: 12.08.2020, Sayı: 34) (EK-14), Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden yasal izin (Sayı: E-14588481-605.99-23077716 Tarih:25.03.2021) (EK-15) alınmıştır. Adölesan ve ebeveynlerinden bilgilendirilmiş onam alınmıştır (EK-16, EK-17, EK-18).

Araştırma planlama aşamasında kullanılan YSZE-II ve Sistem Kullanılabilirlik Skalasını geliştiren yazarlardan e mail ortamında yazılı olarak ölçek kullanım izni alınmıştır (EK-19, EK-20).

3.7. Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Programı İçeriğinin Geliştirilmesi, Pender'in Sağlığı Geliştirme Model'ine Temellendirilmesi ile Eğitim Yöntemi ve Materyalinin Belirlenmesi

"Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi" programının içeriği literatürde (26,124,246) siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde adölesanlar ve ebeveynler için sunulan öneriler doğrultusunda Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli çerçevesinde hazırlanmıştır.

Siber Zorbalık Farkındalık Eğitiminde web tabanlı eğitim modeli kullanılmıştır. Eğitim materyali olarak ise adölesan ve ebeveynler için hazırlanan videolar kullanılmıştır.

3.7.1. Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Programı İçeriğinin Geliştirilmesi

<u>Adölesanlara Yönelik Geliştirilen Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Programı</u>

Siber zorbalık, adölesanların siber zorbalık farkındalıklarının yetersiz olması, olumsuz sonuçlarının kendisi ve başkaları adına doğuracağı sonuçları bilmemesi, siber zorbalığı şaka, eğlenme, popüler olma gibi amaçlarla tekrarlaması, mağdur olan kişinin duyguları ile empati kuramama, internette günlük yaşamda olduğu gibi kabul edilmiş etik değerlere uygun hareket etmeme, internette hem kendisini hem de başkalarına olan sorumluluklarının farkında olmama, internetin riskli kullanımının

fiziksel, bilişsel ve sosyal sağlığına olan etkisini bilmeme gibi nedenlerle gerçekleşmektedir (14,61,65,89-94,100-108,111,161,187). Bu kapsamda adölesanlara yönelik eğitim içeriği geliştirilmiş ve konu başlıkları Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz Yeterlilik, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı olarak beş ana başlıkta toplanmıştır. Her hafta sırasıyla bir eğitim konusu web sitesine yüklenmiştir.

Adölesanlar için hazırlanan eğitim programının temel amacı; adölesanın, internet ortamında sergilediği siber zorbalık davranışının farkında olması ve siber zorbalıktan kaçınmak ve korunmak için dijital dünyada kullanacağı temel bilgilere sahip olmasının sağlanmasıdır.

1. Eğitim: Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri

Eğitimin Amacı: Adölesanın, siber zorbalık tanımı, siber zorbalık yaygınlığı, siber zorbalık çeşitleri hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır (EK-21).

Eğitimin Kazanımı: Bu eğitimin sonunda adölesan;

- Siber zorbalık tanımını yapabilir,
- Siber zorba tanımını yapabilir,
- Siber mağdur tanımını yapabilir,
- Siber zorba-mağdur tanımını yapabilir,
- Siber zorbalığın yaygınlığını bilir,
- Siber zorbalığın çeşitlerini bilir,
- Siber zorbalığın görüldüğü ortamları sıralayabilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

2. Eğitim: Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları

Eğitimin Amacı: Adölesanın, siber zorbalığın görülmesinin nedenleri, siber zorbalık davranışının sonuçları, siber zorbalığa maruz kaldıktan sonra yapılması gerekenler hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır (EK-22).

Eğitimin Kazanımı: Bu eğitimin sonunda adölesan;

- Siber zorbalığın nedenlerini sıralayabilir.
- Siber zorbaların ve siber mağdurların özellikleri bilir.
- Siber zorbalığın sonuçlarını açıklayabilir.
- Siber zorbalığa maruz kaldıktan sonra yapılması gerekenleri sıralayabilir.
- Siber zorbalığın yasal sonuçlarını bilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğiti

Eğitim Materyali: Video

3. Eğitim: Dijital Vatandaşlık Öz Yeterlilik

Eğitimin Amacı: Adölesanın siber zorbalığın önlenmesinde dijital vatandaşlık öz yeterlilik kazanması için dijital vatandaşlık, dijital okuryazarlık, dijital etik konularında hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır (EK-23).

Eğitimin Kazanımı: Dijital Vatandaşlık Öz yeterlilik eğitimi sonunda adölesan;

- Dijital vatandaşlık kavramının ne olduğunu bilir.
- Dijital vatandaşlığın ilkelerini sıralayabilir.
- Dijital vatandaşların sahip olması gereken davranışları bilir.
- Dijital okuryazarlık kavramının ne olduğunu bilir.
- Dijital etik kavramını bilir.
- İnternette uyulması gereken görgü kurallarını bilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

4. Eğitim: Empati

Eğitimin Amacı: Adölesanın siber zorbalığın önlenmesinde çevrimiçi ortamda empatik iletişimin önemini kavrayabilmesini sağlamaktır (EK-24).

Eğitimin Kazanımı: Empati eğitimi sonunda adölesan;

- Empatinin tanımını yapabilir.

- İnternet ortamında doğru bir iletişim kurmak için empatinin önemini bilir.
- Siber zorbalığa uğrayan kişilerin duygularının olumsuz etkilendiğini bilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

5. Eğitim: Güvenli İnternet Kullanımı

Eğitimin Amacı: Adölesanın siber zorbalığı önlemede güvenli internet kullanımı hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır (EK-25).

Eğitimin Kazanımı: Güvenli internet kullanımı sonunda adölesanın;

- İnternet ortamında geçirilen sürenin artmasının fiziksel ve psikolojik zararlarını açıklayabilir.
- İnternet ortamında tanımadığı kişilerle arkadaş olmaması gerektiğini bilir.
- İnternet ortamında kişisel bilgilerin paylaşılmamasının gerektiğini bilir.
- İnternet ortamında yakın arkadaşları da olsa şifrelerini paylaşmaması gerektiğini bilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

Ebeveynlere Yönelik Geliştirilen Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Programı

Ebeveynlerin siber zorbalık farkındalıklarının yetersiz olması, kendi çocuğunun siber zorbalık yapmayacağı düşüncesi, internet kullanım becerilerinin yetersiz olması, çocuklarının internet faaliyetlerini kontrol etmemesi veya aşırı kontrolcü tutum sergilemesi, çocukları ile iletişimlerinin yetersiz olması gibi nedenler siber zorbalık davranışını etkilemektedir (10,14,24, 61,65, 89-97,100-108,111, 161, 187). Bu kapsamda ebeveynlerin eğitim konu başlıklarının çocuklarına verilen eğitimle paralel olarak Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterlilik, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı olmak üzere beş ana başlıkta toplanmıştır. Sırasıyla olmak üzere web sitesinde her hafta bir eğitim konusuna yer verilmiştir.

Yetişkin eğitim kriterleri doğrultusunda (247) hazırlanan ebeveyn eğitiminin temel amacı; ebeveynlerin siber zorbalık farkındalıklarının artırılması amacıyla çocuklarının siber zorbalıktan kaçınması ve korunması için dijital dünyada kullanacağı temel bilgilere sahip olmasının sağlanmasıdır.

1. Eğitim: Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri

Eğitimin Amacı: Ebeveynin, siber zorbalık tanımı, siber zorbalık yaygınlığı, siber zorbalık çeşitleri hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır (EK-26).

Eğitimin Kazanımı: Bu eğitimin sonunda ebeveyn,

- Siber zorbalık tanımını yapabilir.
- Siber zorba tanımını yapabilir.
- Siber mağdur tanımını yapabilir.
- Siber zorba-mağdur tanımını yapabilir.
- Siber zorbaların ve siber mağdurların özellikleri bilir.
- Siber zorbalığın yaygınlığını bilir.
- Siber zorbalığın çeşitlerini bilir.
- Siber zorbalığın görüldüğü ortamları sıralayabilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

2. Eğitim: Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları

Eğitimin Amacı: Ebeveyn, siber zorbalığın görülmesinin nedenleri, siber zorbalık davranışının sonuçları, siber zorbalığa maruz kaldıktan sonra yapılması gerekenler hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır (EK-27).

Eğitimin Kazanımı: Bu eğitimin sonunda ebeveyn;

- Siber zorbalığın nedenlerini sıralayabilir.
- Siber zorbalığın sonuçlarını açıklayabilir.
- Siber zorbalığa maruz kaldıktan sonra yapılması gerekenleri sıralayabilir.
- Siber zorbalığın yasal sonuçlarını bilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

3. Eğitim: Dijital Ebeveynlik Öz Yeterlilik

Eğitimin Amacı: Ebeveynin dijital ebeveynlik, dijital okuryazarlık, dijital etik konularında hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır (EK-28).

Eğitimin Kazanımı: Ebeveynin;

- Dijital ebeveynlik tanımını yapabilir.
- Dijital ebeveynde olması gereken rolleri sıralayabilir.
- Dijital okuryazarlık kavramını açıklayabilir.
- Dijital okuryazarda olması gereken özellikleri sıralayabilir.
- Dijital etik tanımı yapabilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

4. Eğitim: Empati

Eğitimin Amacı: Ebeveynin siber zorbalığın önlenmesinde empatik iletişimin önemini kavrayabilmesini sağlamaktır (EK-29).

Eğitimin Kazanımı: Ebeveyn;

- Empatinin tanımını yapabilir.
- İnternet ortamında doğru bir iletişim kurmak için empatinin önemini bilir ve çocuğuna bunu anlatabilir.
- Siber zorbalığa uğrayan kişilerin duygularının olumsuz etkilendiğini bilir ve çocuğuna bunu anlatabilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

5. Eğitim: Güvenli İnternet Kullanımı

Eğitimin Amacı: Ebeveynin, siber zorbalığı önlemede güvenli internet kullanımı hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamaktır (EK-30).

Eğitimin Kazanımı: Güvenli internet kullanımı eğitimi sonunda ebeveyn;

- İnternet ortamında geçirilen sürenin etkin kullanılması gerektiğini ve çocuğunu bilgilendirmesi gerektiğini bilir.
- İnternet ortamında geçirilen sürenin artmasının fiziksel ve psikolojik zararlarını bilir.
- İnternet ortamında çocuğunun tanımadığı kişilerle arkadaş olmaması gerektiğini bilir ve çocuğuna bunu anlatması gerektiğini bilir.
- İnternet ortamında kişisel bilgilerin paylaşılmamasının gerektiğini bilir ve çocuğuna bunu anlatması gerektiğini bilir.
- Çocuğunun internet ortamında kullandığı hesapların neler olduğunu ve kontrol etmesi gerektiğini bilir.
- Teknolojik araçların çocukların yatak odasında değil ortak kullanım alanlarında olması gerektiğini bilir.
- Güvenli internet kullanımı ile ilgili bilgilerini artırmak için araştırma yapması gerektiğini bilir.

Eğitim Yöntemi: Web tabanlı eğitim

Eğitim Materyali: Video

3.7.2. Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Programı'nın Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmesi

Siber zorba adölesanlar ve ebeveynleri için Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim içeriği Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeline temellendirilmiş ve bu doğrultuda eğitim değerlendirme formları geliştirilmiştir (Tablo 3.3, Tablo 3.4, Şekil 3.2 ve Şekil 3.3). Araştırma öncesinde Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim konuları ve içeriklerinin Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeline uygunluğunun değerlendirilmesi amacıyla uzman görüşü alınmıştır. Uzmanların adölesan (EK-31) ve ebeveyn (EK-32) için hazırlanan eğitim konuları ve eğitim içeriğini değerlendirmesi

için oluşturulan formda yer alan her maddeyi "uygun değil", "biraz uygun", " oldukça uygun", "çok uygun" ifadeleri ile değerlendirmeleri istenmiştir. Toplam altı uzman tarafından yapılan değerlendirme sonrasında yapılan kapsam geçerliliği indeksinin her iki form için 1.00 olduğu belirlenmiştir (EK-33 ve EK-34). Uzman görüşü sonrası araştırmacılar eğitim konu ve içeriklerinin son şeklini oluşturmuştur.

Pender'in Sağlığı Geliştirme Model Bileşenleri

a) Bireysel Özellikler ve Deneyimler

Bu araştırmada adölesanların siber zorba ve siber mağdur olma deneyimleri eğitim öncesi ve eğitim sonrasında Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri-II'ye verilen cevaplar ile belirlenmiştir. Ebeveyn Veri Toplama formu ile ebeveynlerin çocuklarının daha önce siber zorbalık deneyimi sorgulanarak bu konu hakkındaki farkındalığı belirlenmiştir.

b) Davranışa Özgü Bilişsel Süreçler ve Etkileri

Davranışa Özgü Bilişsel Süreçler ve Etkileri bileşeni müdahale ve kontrol grubunda bulunan adölesanlarda Adölesan Siber zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu, müdahale ve kontrol grubunda bulunan ebeveynlerde ise Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu ile eğitim öncesi ve eğitim sonrasında değerlendirilmiştir.

Eylemin Algılanan Engelleri: Siber zorbalık davranışının sürdürülmesine neden olan durumlar hakkında farkındalık kazandırmak amacıyla adölesan ve ebeveynlerine siber zorbalığı kapsayan davranışlar, siber zorbalığa neden olan durumlar ve siber zorbalığın sık yaşandığı çevrimiçi ağlar hakkında bilgi veren Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri eğitimi müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerine verilmiştir.

Eylemin Algılanan Yararları: Siber zorbalık davranışının nedenleri ve olumsuz sonuçları hakkında adölesanların ve ebeveynlerin farkındalık kazanmasını sağlamak amacıyla adölesan ve ebeveynlerine Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları eğitimi verilmiştir.

Algılanan Öz Etkililik/Yeterlilik: Siber zorbalık farkındalık eğitim içeriği hem adölesanın hem de ebeveynin siber zorbalığı önleme ve müdahalesinde etkili olan kavramlar hakkında bilgilendirilmesi amacıyla öz yeterliliğinin geliştirilmesine yönelik hazırlanmıştır. Dijital dünyada sağlıklı kalabilmek adına gerçek yaşamda olduğu gibi sahip olunması beklenen belli beceriler vardır. Adölesanların dijital okuryazarlık, dijital etik, dijital iletişim gibi becerileri kapsayan dijital vatandaşlık öz yeterliliğinin artırılması siber zorbalığın önlenmesinde gereklidir (153). Bu kapsamda adölesanlara *Dijital Vatandaşlık* Öz Yeterlilik başlığı altında dijital okuryazarlık, dijital etik, dijital vatandaşlık ilkelerini kapsayan eğitim verilmiştir. Ebeveynlerin siber zorbalık farkındalığının yetersiz olması, siber zorbalığın müdahalesi ve engellenmesi konusunda kendilerini yetersiz algılaması çocuklarını korumaları veya uyarmaları için bir engel oluşturmaktadır. Siber zorbalığın önlenmesi amacıyla ebeveynlere dijital okuryazarlık, dijital etik, dijital kontrol, dijital ortamın farkında olma, yenilikçilik gibi alt başlıkları olan *Dijital Ebeveynlik Öz Yeterlilik* eğitimi verilmiştir.

Aktiviteyle İlgili Etkiler: Araştırmamızda siber zorbalık puanı yüksek olan adölesanlar belirlenmiş olup, hem adölesanı hem ebeveynini kapsayan bu eğitim ile aile içinde siber zorbalık kavramının beş hafta boyunca gündem olması sağlanmaya çalışılmıştır. Böylelikle ebeveynin kontrol ve rehber olma mekanizması ile adölesanın eğitim boyunca siber zorbalıktan kaçınması amaçlanmıştır.

Kişilerarası Etkiler: Hemşirelerin siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde adölesan ve ebeveynlerine yol göstermede sorumlulukları vardır (124). Bu doğrultuda adölesanlarda ve ebeveynlerde siber zorbalık farkındalığı gelişmesi amacıyla hemşire tarafından yapılan eğitimlerde bu modelin kullanılması esas alınmıştır. Sağlığı Geliştirme Modeli Kişilerarası etkileşim bileşeninde ebeveynler siber zorbalık farkındalık eğitimine dahil edilmiş, ebeveynin siber zorbalık farkındalığı ve dijital ebeveynlik becerilerinin desteklenmesiyle çocuğuna sosyal destek olarak siber zorbalık oranlarının azaltılması amaçlanmıştır.

Bu araştırmada adölesanlarda siber zorbalık farkındalığı geliştirmek amacıyla kişiler arası etkilerin önemi doğrultusunda ebeveynler eğitime dahil edilmiştir. Bununla birlikte dijital dünyada siber zorbalık kişilerarası iletişimin problemi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu nedenle hem adölesanlara hem ebeveynlere kişilerarası etkilerin istenilen davranışı geliştirmede etkili olduğunu bilerek, empati eğitimi

verilmiştir. Empati eğitiminde günlük yaşamda sağlıklı bir iletişim sürdürmek için gerekli olan empatik yaklaşımın dijital dünyada da gerekli olduğu anlatılmıştır.

Durumsal etkiler: Adölesanın dijital yaşamı yani dijital çevresi siber zorbalık davranışını doğrudan etkilemektedir. Adölesanların internette ve sosyal medyada uzun süre vakit geçirmesi bu durumun siber zorbalığı tetiklemesi ve ebeveynlerin çocuklarının çevrimiçi aktivitelerinin farkında olmaması gibi durumsal etkileri kapsayan Güvenli İnternet Kullanımı eğitimi gerçekleştirilmiştir.

c) Davranış Çıktısı:

Davranışa Karar Verme: Araştırmada eğitim sonunda adölesanın ve ebeveyninin siber zorbalık hakkında farkındalığının artması davranışın olumlu çıktısı olarak sayılmıştır.

Acil Gereksinimler ve Öncelikler: Araştırmada amacı doğrultusunda adölesanın siber zorbalık ile karşılaştığında uygulaması gereken basamaklar ve böyle bir durumda acil olarak başvurması gereken kaynakların neler olduğu adölesanlar için Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları Eğitimi içeriğinde yer almıştır. Benzer şekilde çocuğunun siber zorbalık davranışına veya siber mağdur olduğuna şahit olduğunda ebeveynin bu aşamada atması gereken adımlar ebeveynler için Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları Eğitimi eğitim içeriğine dahil edilmiştir.

Sağlığı Geliştirme Davranışı: Siber zorbalık davranışı ergenlik döneminde sıklığı artmaktadır. Bu davranışın adölesanın şimdiki dönemini olumsuz etkilemesi yanında, yetişkinlik sürecinde de bu olumsuz etkileri devam etmektedir. Bu doğrultuda araştırmamız genel amacı adölesanların ve ebeveynlerin siber zorbalık farkındalığının artması ile adölesanların siber zorbalık sıklığının azalmasıdır. Eğitim sonrasında adölesanların siber zorbalık farkındalığını belirlemek için YSZE-II, Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu, ebeveynlerin farkındalığını değerlendrimek için Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu, son test aşamasında uygulanmıştır.

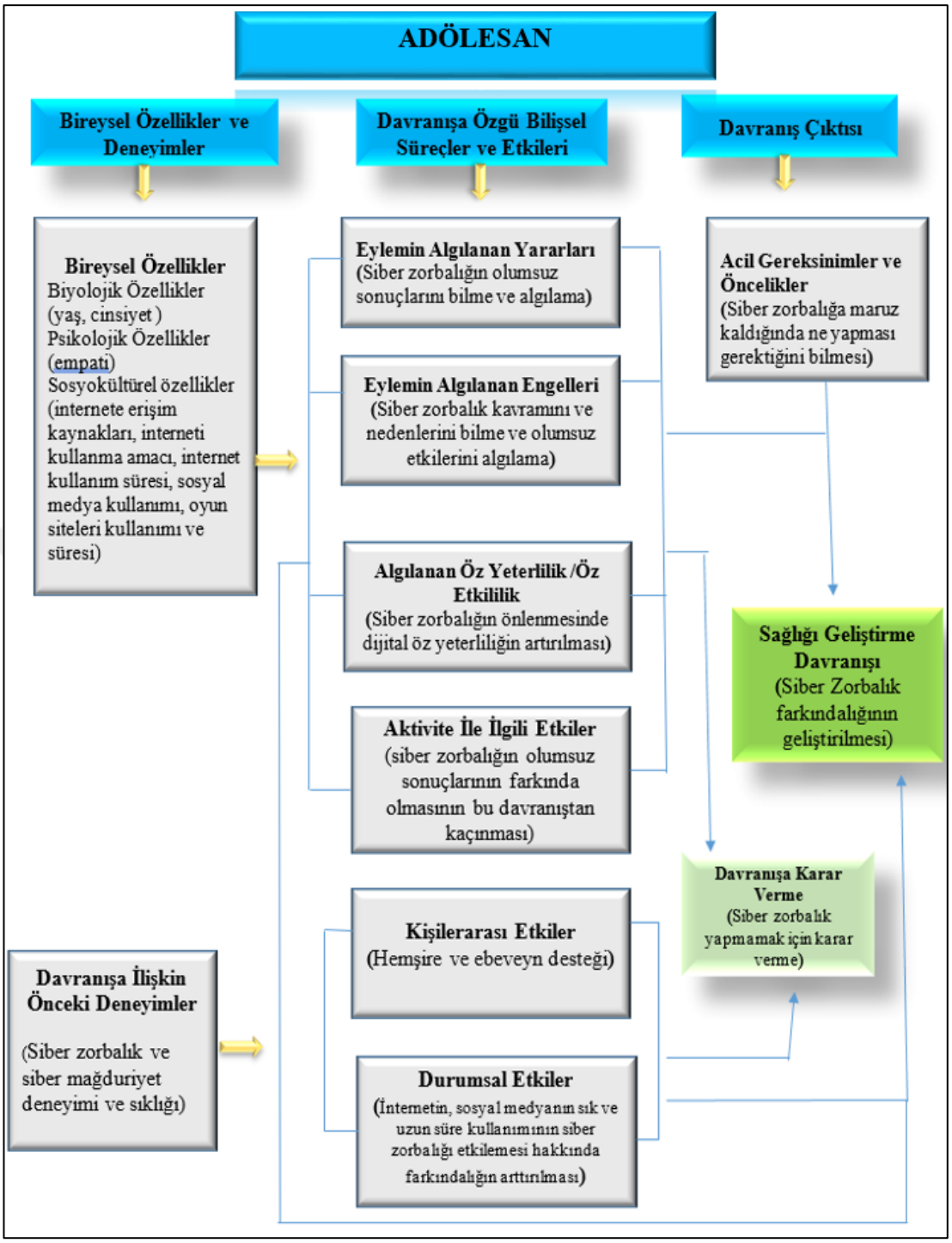
Tablo 3.3. Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim programının Sağlığı Geliştirme Modeline temellendirilmesi.

MODELİN BİLEŞENLERİ VE TANIMLARI		SİBER ZORBALIK FARKINDALIK EĞİTİMİNİN MODELE UYARLANMASI	ÖLÇME ARAÇLARI
BİREYSEL ÖZELLİKLER VE ÖNCEKİ DENEYİMLER	**Önceki Deneyimler:** Davranışın geçmişte görülme sıklığıdır.	Adölesanın siber zorbalık deneyimi	YSZE-II Adölesan Veri Toplama Formu
	Bireysel Özellikler: Davranışı etkileyen faktörlerdir. - Biyolojik - Psikolojik - Sosyokültürel	Siber zorbalığı etkileyen yaş, cinsiyet, aile eğitim durumu, sosyoekonomik durum, internete erişim kaynakları, interneti kullanma amacı, internet kullanım süresi, sosyal medya kullanımı, oyun siteleri kullanımı ve süresi	Adölesan Veri Toplama Formu
DAVRANIŞA ÖZGÜ BİLİŞSEL SÜREÇLER ve ETKİLERİ	**Eylemin Algılanan Engelleri:** İstenilen davranışın gelişmesini engelleyen olumsuz algılardır.	Adölesanın siber zorbalık davranışını sürdürmesine neden olabilecek algıladığı engeller: 1.Eğitim: Siber Zorbalık Tanımı ve Siber Zorbalık Çeşitleri Eğitimi	Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu: Ön Test
	Eylemin Algılanan Yararları: İstenilen davranışın kazanılması için algılanan yararladır.	Adölesanın siber zorbalık davranışından kaçınmak için adölesanın algıladığı yararlar: 2.Eğitim: Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları Eğitimi	
	Algılanan Öz Yeterlilik (Öz Etkililik): İstenilen davranışın gelişmesi için bireyin sahip olduğu becerilerdir.	Adölesanın siber zorbalık farkındalığının geliştirilmesi amacıyla sahip olduğu algılanan dijital vatandaşlık öz yeterliliği: 3.Eğitim: Dijital Vatandaşlık Öz yeterlilik Eğitimi	
	Kişilerarası Etkiler: İstenilen davranışın gelişmesi için aile, sağlık personelinin bireye verdiği destektir.	Adölesanların siber zorbalık farkındalığının geliştirilmesi amacıyla çevresinden aldığı destek: 4.Eğitim: Empati Eğitimi	
	Duruma Özgü Etkiler: İstenilen davranışın gelişmesini kolaylaştıran veya engelleyen etkilerdir.	Adölesanların siber zorbalık farkındalığı geliştirmesini kolaylaştıracak veya engelleyecek durumlar: 5.Eğitim: Güvenli İnternet Kullanımı Eğitimi	
DAVRANIŞ ÇIKTISI	**Sağlığı Geliştirme Davranışı:** İstenilen davranışın eyleme geçtiği süreçtir.	Adölesanın siber zorbalık farkındalığının gelişmesi	YSZE-II Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu : Son Test

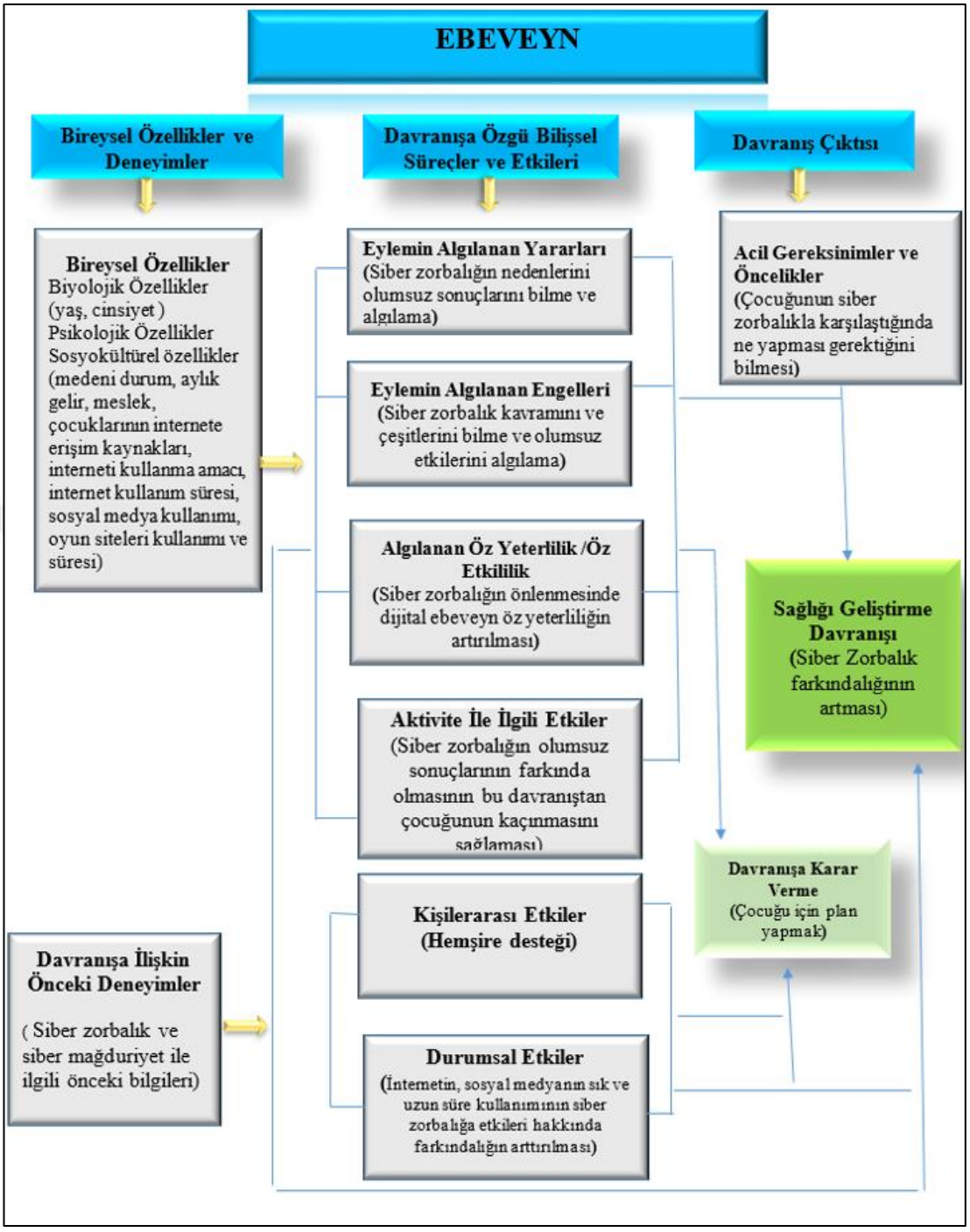
Tablo 3.4. Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim programının Sağlığı Geliştirme Modeline temellendirilmesi.

MODELİN BİLEŞENLERİ VE TANIMLARI		SİBER ZORBALIK FARKINDALIK EĞİTİMİNİN MODELE UYARLANMASI	ÖLÇME ARAÇLARI
	Önceki Deneyimler: Davranışın geçmişte görülme sıklığıdır.	Ebeveynin çocuğunun siber zorbalık deneyimi hakkında bilgisi	Ebeveyn Veri Toplama Formu

BİREYSEL ÖZELLİKLER VE ÖNCEKİ DENEYİMLER	**Bireysel Özellikler:** Davranışı etkileyen faktörlerdir. - Biyolojik - Psikolojik - Sosyokültürel	Siber zorbalığı etkileyen ebeveyn yaşı, eğitim durumu, medeni durumu, aylık geliri, çocuğunun internet kullanımı ile ilgili bilgisi	Ebeveyn Veri Toplama Formu
DAVRANIŞA ÖZGÜ BİLİŞSEL SÜREÇLER ve ETKİLERİ	**Eylemin Algılanan Engelleri:** İstenilen davranışın gelişmesini engelleyen olumsuz algılardır.	Ebeveynin siber zorbalık farkındalığının geliştirilmesinde algıladığı engeller: 1.Eğitim: Siber Zorbalık Tanımı ve Siber Zorbalık Çeşitleri Eğitimi	Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu: Ön Test
	Eylemin Algılanan Yararları: İstenilen davranışın kazanılması için algılanan yararladır.	Ebeveynin siber zorbalık farkındalığının geliştirilmesinde algıladığı yararlar: 2.Eğitim: Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları Eğitimi	
	Algılanan Öz Yeterlilik (Öz Etkililik): İstenilen davranışın gelişmesi için bireyin sahip olduğu becerilerdir.	Ebeveynin siber zorbalık farkındalığının geliştirilmesinde algıladığı öz yeterliliği: 3.Eğitim: Dijital Ebeveynlik Öz yeterlilik Eğitimi	
	Kişilerarası Etkiler: İstenilen davranışın gelişmesi için aile, sağlık personelinin bireye verdiği destektir.	Ebeveynin siber zorbalık farkındalığının geliştirilmesinde çevresinden aldığı destek: 4.Eğitim: Empati Eğitimi	
	Durumsal Etkiler: İstenilen davranışın gelişmesini kolaylaştıran veya engelleyen etkilerdir.	Ebeveynin siber zorbalık hakkında farkındalığına etki edebilecek durumlar: 5.Eğitim: Güvenli İnternet Kullanımı Eğitimi	
DAVRANIŞ ÇIKTISI	**Sağlığı Geliştirme Davranışı:** İstenilen davranışın eyleme geçtiği süreçtir.	Ebeveynin siber zorbalık farkındalığının gelişmesi	Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu : Son Test



Şekil 3.2. Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim Programının Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmesi Akış Şeması.



Şekil 3.3. Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim Programının Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmesi Akış Şeması.

3.7.3. Siber Zorbalık Farkındalık Eğitiminde Kullanılan Web Sitesinin Hazırlanması

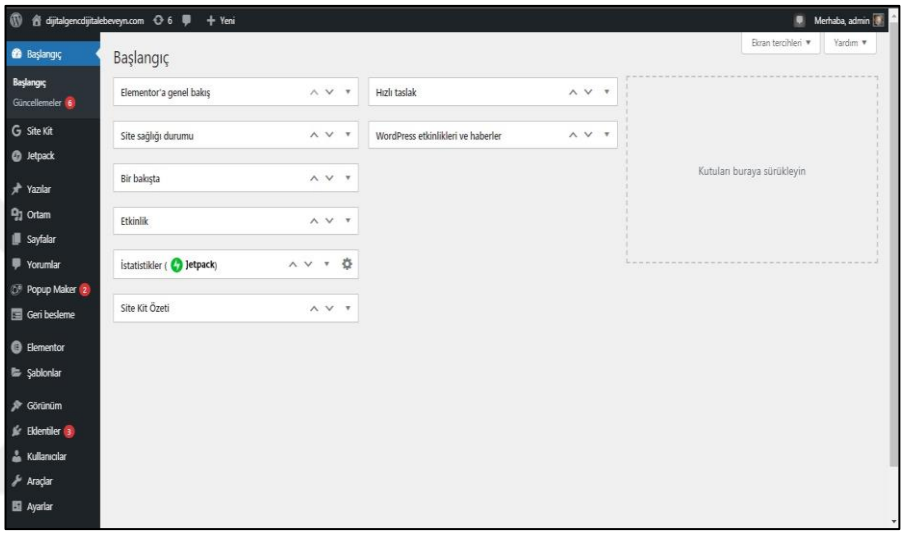
Web tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi web sitesi üzerinden yürütülmüştür. Web sitesi kurulmadan önce ilk gerçekleştirilen adım alan adının belirlenmesidir. *Alan isimleri, kullanıcılara bir anlam ifade eden, hatırlanması ve belirlenmesi kolay kısaltmalardan oluşan internet adresleri* (248) olarak tanımlanmaktadır. Bu doğrultuda hem adölesana hem ebeveyne hitap edebilen, hatırda tutulması kolay olabilecek bir alan adı belirlenmesine karar verilmiştir. Web sitesinin alan adı araştırmacılar ve Tez İzleme Kurulu (TİK) tarafından www.dijitalgencdijitalebeveyn.com olarak belirlenmiştir.

Web sitesinin hazırlanmasında Web Tasarımı ve Kodlama alanında uzman kişilerden destek alınmıştır. Web sitesi alan adı belirlendikten sonra domain ve hosting işlemleri tamamlanmıştır. Web sitesi, Wordpress (5.8) sürümü üzerine PHP (versiyon 5.6) kodlaması ile açık kaynak kodlu olarak yazılmış bir yayın platformu olarak tasarlanmıştır. Web sitesi sorunsuz görüntülenebilmesi için tüm internet tarayıcılarına uyumlu olarak geliştirilmiştir. Web sitesi bilgisayar ve mobil akıllı telefona uyumlu olacak şekilde tasarlanmış, böylece kullanıcıların istedikleri yer ve zamanda web sitesine ulaşmaları sağlanmıştır. Adölesanların ve ebeveynlerin web sitesine giriş yapma sıklığı, hangi tarih ve saatler arasında giriş yaptığı, ne kadar süre sayfada kaldığı gibi özelliklerin istatistikleri web sitesinde tutulmuştur. Kullanıcıların web sitesini ziyaret ettiğinde araştırmacı ile doğrudan bağlantı kurulmasının sağlanması, kullanıcı sorularının cevaplanması için geliştirilmiş sohbet kutusu uygulaması web sitesine eklenmiştir. Böylece adölesan veya ebeveynlerin siteyi her ziyaret edişinde karşılarına selamlama kutusu açılmış, araştırmacılara ise sitenin ziyaret edildiğine dair mesaj gelmiştir (Şekil 3.4).



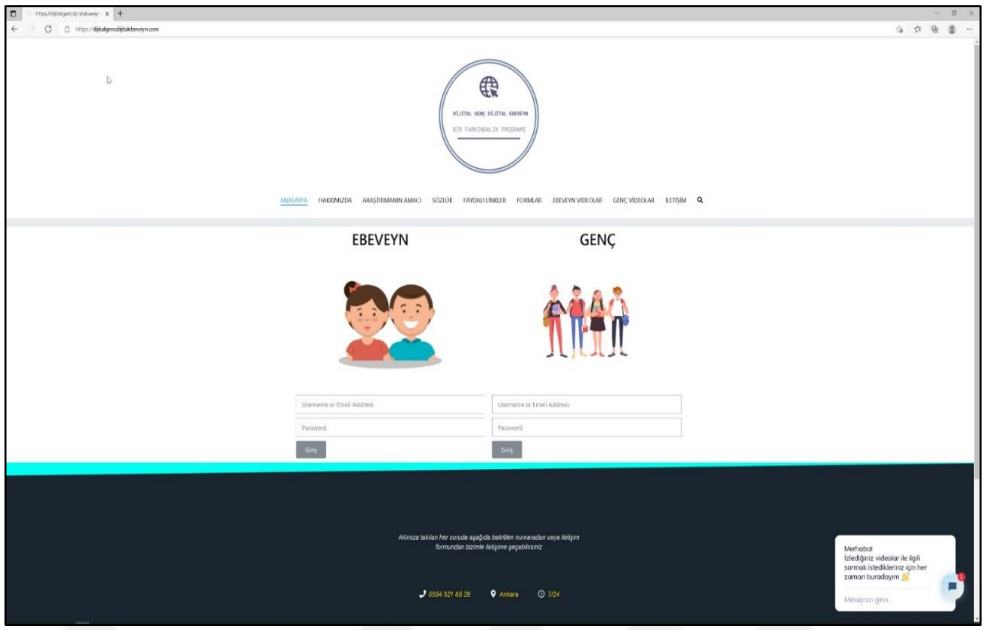
Şekil 3.4. Web sitesinde yer alan sohbet kutusu.

Web sitesinde Hakkımızda, Araştırmanın Amacı, Ebeveyn Eğitim Videoları, Genç Eğitim Videoları, Sözlük, Formlar, Oyun ve İletişim sekmeleri ve Ebeveyn Kullanıcı girişi, yönetici paneli bulunmaktadır. Web Tasarımı ve Kodlama uzmanı, web sitesinin yönetimi için oluşturulan yönetici panelinin kullanımı hakkında araştırmacıya bilgi vermiştir. Böylece web sitesi kullanıcı işlemlerini yürütmek, web sitesi istatistiklerini almak, videoların yüklenmesi, video metinlerinin yazılması, kullanıcılarla mesaj ve iletişimin sağlanmasını araştırmacı tarafından yürütülmüştür (Şekil 3.5).



Şekil 3.5. Web sitesi "Yönetici Paneli" ara yüz görüntüsü.

Web sitesine giriş yapabilmek için her bir katılımcı kullanıcı adı ve şifre kullanmıştır. Adölesanların ve ebeveynlerin web sitesine girişleri "Genç Kullanıcı Girişi" ve "Ebeveyn Kullanıcı Girişi" olarak iki ayrı kullanıcı girişi şeklinde tasarlanmıştır. Böylece adölesanların ve ebeveynlerin yalnızca kendileri için geliştirilen eğitim videolarına ulaşması sağlanmıştır (Şekil 3.6).



Şekil 3.6. Web sitesi adölesanlar ve ebeveynler için kullanıcı girişi ara yüz görüntüsü.

Web sitesinde yer alan "Hakkımızda" sekmesinde araştırmacıların öz geçmişi yer almaktadır. Ayrıca araştırmacıların görev yaptıkları kurum web sitesinde yer alan özgeçmiş link uzantısı eklenerek adölesanların ve ebeveynlerin araştırmacılar hakkında daha fazla bilgi edinmeleri sağlanmıştır (Şekil 3.7).



Şekil 3.7. Web sitesi "Hakkımızda" sekmesi ara yüz görüntüsü.

Web sitesinde adölesan ve ebeveynlere araştırmanın amacı, önemi, süresi, kim tarafından ve nasıl yürütüleceği, etik ve yasal izinlerle ile ilgili bilgileri kapsayan "Araştırmanın Amacı" sekmesi oluşturulmuştur. Böylece adölesan ve ebeveynin araştırma ile ilgili detaylı bilgi edinmesi sağlanmıştır (Şekil 3.8).



Şekil 3.8. Web sitesi "Araştırmanın Amacı" sekmesi ara yüz görüntüsü.

Web sitesinde adölesan eğitim programı kapsamında hazırlanan videolar "Genç Eğitim Videoları" sekmesi içinde yer almaktadır. Bu sekmeye yalnızca adölesan kullanıcılar ulaşabilmektedir. Bu sekmeye her hafta sırasıyla bir video yüklenmiştir. Eğitim videoları ile birlikte eğitim videosu hakkında bilgilendirme metinleri de yer almıştır (Şekil 3.9).



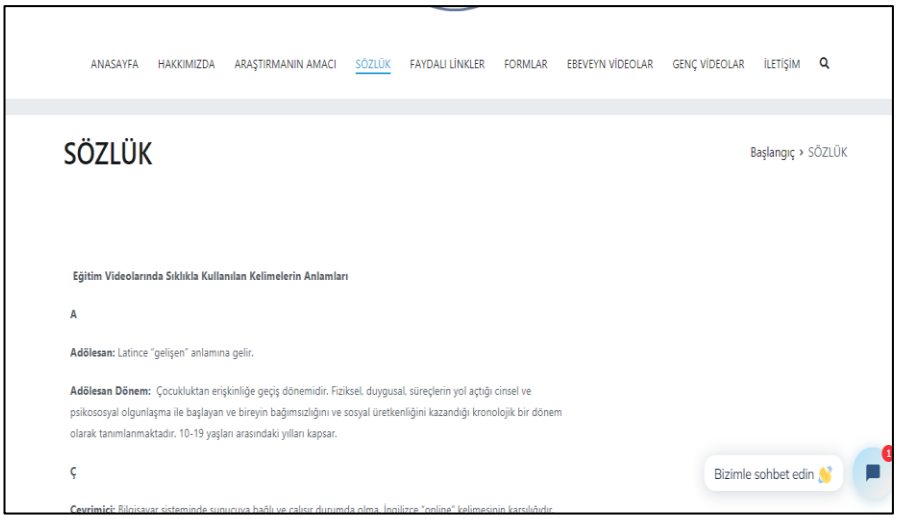
Şekil 3.9. Web sitesi "Genç Eğitim Videoları" sekmesi ara yüzü görüntüsü.

Web sitesinde ebeveyn eğitim programı kapsamında hazırlanan videolar "Ebeveyn Eğitim Videoları" sekmesi içinde yer almaktadır. Bu sekmeye yalnızca ebeveyn kullanıcılar ulaşabilmektedir. Bu sekmeye her hafta sırasıyla bir video yüklenmiştir. Eğitim videoları ile birlikte eğitim videosu hakkında bilgilendirme metinleri de yer almıştır (Şekil 3.10).



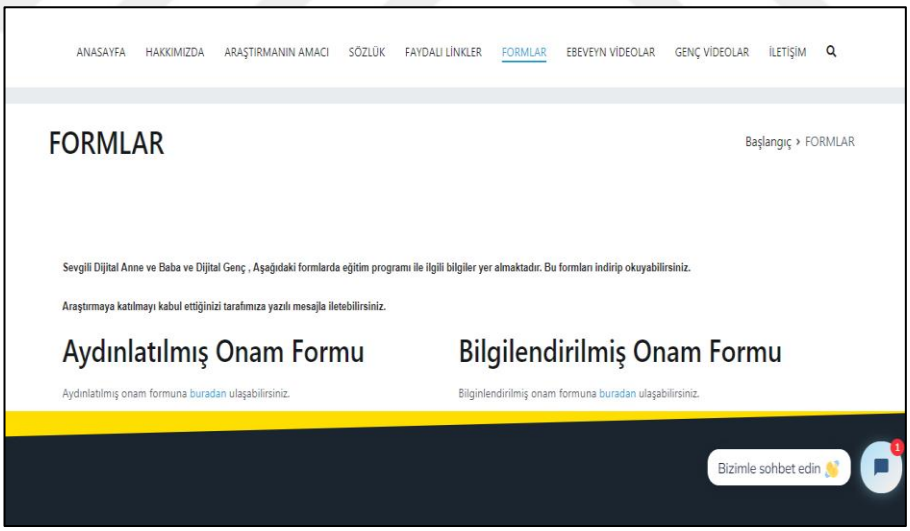
Şekil 3.10. Web sitesi "Ebeveyn Eğitim Videoları" sekmesi ara yüzü görüntüsü.

Eğitim videoları ile video açıklamalarında sık kullanılan terim ve kavramlar için "Sözlük" (EK-35) sekmesi geliştirilmiştir. Sözlükte yer alan kelimelerin anlamları için kaynak olarak Türk Dil Kurumu Sözlükleri https://sozluk.gov.tr/ web adresi kullanılmıştır. Bunun yanında siber zorbalık, siber mağduriyet, dijital ayak izi, dijital yerli, dijital göçmen gibi kavramların açıklamasında ilgili literatür kullanılmıştır (Şekil 3.11).



Şekil 3.11. Web sitesi "Sözlük" sekmesi ara yüzü.

Web sitesinde araştırmayı kabul eden adölesan ve ebeveynlerin araştırmanın amacı, önemi, süresi, kim tarafından ve nasıl yürütüleceği ile araştırmaya devam etme ve ayrılma kriterleri hakkında bilgi veren "Formlar" sekmesi oluşturulmuştur. Hem adölesanlar hem de ebeveynler için "Bilgilendirilmiş Onam Formu" ve "Aydınlatılmış Onam Formu" yer almıştır (Şekil 3.12).



Şekil 3.12. Web sitesi "Formlar" sekmesi ara yüzü.

Adölesanların ve ebeveynlerin araştırmacılara istedikleri her zaman ulaşabilmelerini sağlamak amacıyla web sitesinde "İletişim" sekmesi oluşturulmuştur. Bu sekmede araştırmacıların telefon numarası, mail ve kurum adresi yer almaktadır (Şekil 3.13).



Şekil 3.13. Web sitesi "İletişim" sekmesi ara yüzü görüntüsü.

3.7.4. Eğitim Materyali Olarak Kullanılan Videoların Hazırlanması

Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık Eğitim materyali olarak web sitesi aracılığıyla sunulan video kullanılmıştır. Eğitim materyali olarak video kullanmanın zaman ve mekan sınırlaması olmadan kullanılabilir olması, süreklilik sağlaması yararları arasında görülmektedir (249). Gelişen teknoloji ile videoların web ortamına aktarımının yapılması videonun eğitimde kullanılmasını önemli kılmıştır (250). Görme ve işitme duyusuna birlikte hitap edebilen videoların eğitim ve öğretimde materyal olarak kullanılmasının akılda kalıcılık sağlama, öğrenmeyi kolaylaştırma, hızlı öğrenme gibi avantajlarının olduğu bilinmektedir (251,252).

Adölesan ve Ebeveyn eğitim materyali olarak kullanılan videolar, video üretim süreci aşamaları doğrultusunda hazırlanmıştır. Bu süreç preprodüksiyon (yapım öncesi), prodüksiyon ve post prodüksiyon olmak üzere toplam üç aşamada gerçekleşmektedir (243). *Pre-prodüksiyon* aşamasında Adölesan ve Ebeveynleri için ayrı ayrı ancak paralel olarak hazırlanan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitiminin amaç, hedef ve içeriğine uygun olacak şekilde her video için bir senaryo yazılmıştır. Senaryoda araştırmacının videonun hangi saniyesinde ne söyleyeceği, o saniyede ekrana hangi görüntünün geleceği (hikaye tahtası çizimi) ayrı ayrı belirlenmiş ve araştırmacılar tarafından senaryonun son şekli oluşturulmuştur. Yapım öncesi aşamada araştırmacının video çekiminde kullanılacak kılık kıyafeti önerildiği gibi çok çizgili ve parlak kumaşlardan kaçınarak (252) düz ve yumuşak renkler olarak seçilmiştir.

Video çekiminde yalnızca anlatıcının görüntüsünün yer alması veya yalnızca metin, grafik ve resimlerin yer alması videoyu monotonlaştırması nedeniyle önerilmemektedir (245). Video içerisinde öğrenenin dikkatini çekmek, ilgiyi video üzerinde tutabilmek amacıyla görsel kullanmanın önemli olduğu bilinmektedir (243,244). Bu nedenle video çekimi öncesinde videoda kullanılacak görsel, metin, grafik ile bunların hangi saniye ve ekranın hangi bölümünde yer alacağı belirlenmiştir. Eğitim videosunun izlenebilirlik açısından süresi doğru şekilde organize edilmelidir. Guo ve arkadaşları (2014) lise düzeyindeki öğrenciler için hazırlanan videoların ilgi çekici olması için 6 dakika veya daha kısa olmasını önermiştir (245). Bu öneri doğrultusunda video süreleri düzenlenmiştir (Tablo 3.5.).

Tablo 3.5. Adölesan ve ebeveyn için hazırlanan videolar konuları ve süreleri.

Sıra No	Video Başlığı	Video Süresi	Hedef Kitle
1.	Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri	3.38 sn	Adölesan
2.	Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları	5.44 sn	Adölesan
3.	Dijital Vatandaşlık	3.06 sn	Adölesan
4.	Empati	5.33 sn	Adölesan
5.	Güvenli İnternet Kullanımı	5.14 sn	Adölesan
6.	Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri	5.18 sn	Ebeveyn
7.	Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları	9.33 sn	Ebeveyn
8.	Dijital Ebeveynlik	7.56 sn	Ebeveyn
9.	Empati	5.58 sn	Ebeveyn
10.	Güvenli İnternet Kullanımı	7.01 sn	Ebeveyn

Video üretiminde ikinci aşama olan *prodüksiyon* aşamasında video çekimleri yapılmaktadır (243). Bu aşamada videoların görüntü, ses, grafik ve metin kalitesi ile videonun web sitesine aktarımda görüntü kalitesinin sürdürülmesi için, video çekimi profesyonel stüdyoda, görüntü yönetmeni ve kameran desteği ile gerçekleştirilmiştir. Videolarda araştırmacının kendisi yer almıştır. Video çekim tekniği olarak genel çekim planında anlatıcının videoda belden üstünün göründüğü "bel plan" ve anlatıcının baş ve boyun bölgesine odaklanan "baş plan" çekim ölçeği kullanılmıştır. (243,252).

Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi için toplam 10 tane eğitim videosu hazırlanmıştır. Eğitim videoları beş tanesi adölesana ve diğer beş tanesi ebeveyne yönelik olacak şekilde ayrı ayrı çekilmiştir. Adölesanlar için hazırlanan videolarda adölesanlara "Sevgili Dijital Genç" ,

ebeveynlere ise “Sevgili Dijital Anne ve Sevgili Dijital Baba” şeklinde hitap edilmesi ile izleyicinin kendisini özel hissettirmesi sağlamaya çalışılmıştır (253).

Post prodüksiyon aşaması video çekim aşamalarının son adımıdır (243). Post prodüksiyon aşamasında çekilen videoların kurgu, montaj ve yayın için hazırlama işlemleri gerçekleştirilmiştir. Son aşamanın da tamamlanması ile birlikte hazırlanan eğitim videoları web sitesine her hafta bir tane eğitim videosu olacak şekilde yüklenmiştir. Web sitesinde adölesan ve ebeveynin videoları izlemesi için merak uyandırmak amacıyla yayınlanan her videonun içeriği ile ilgili bilgi veren kısa metinler eklenmiştir. Eğitim videoları yayına hazırlanırken kullanıcıların videonun tamamını izlemesini sağlamak amacıyla video ileriye sarma tuşu kapatılmıştır. Böyle videonun tamamının izlenmesi sağlanmıştır.

3.8. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri Covid-19 salgını nedeniyle Milli Eğitim Bakanlığı’nın 8. ve 12. sınıflar dışındaki öğrencilerin eğitim öğretiminin uzaktan eğitimle devam etmesi kararı nedeniyle çevrim içi ortamda toplanmıştır. Verilerin toplanması iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada YSZE-II ve Adölesan Veri Toplama Formu okul rehber ve sınıf öğretmenleri aracılığı ile çevrimiçi ortamda 9 ve 10. sınıf öğrencilerine iletilmiştir. Toplam 438 öğrenciye ulaşılmıştır. YSZE-II “Ben yaptım” bölümünden 11 ve üzerinde puan alan öğrencileri belirlemek için veri toplama formlarına öğrencilerin okul numarası ve sınıf/şube yazmaları istenmiştir. En az bir kere olmak üzere siber zorbalık davranışında bulunan 148 öğrencinin olduğu belirlenmiştir. Okul rehber ve sınıf öğretmenleri aracılığıyla bu öğrencilere ve ebeveynlerine ulaşılarak araştırmanın devamı hakkında tekrar bilgi verilmiştir. Araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden adölesan ve ebeveynleri arasından kura yöntemi ile müdahale ve kontrol grupları oluşturulduktan sonra çevrimiçi ortamda ön test aşamasında kullanılan formlar gönderilmiştir. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerin ön test aşamasında veri toplama araçlarını doldurmaları için iki (2) gün süre verilmiştir. Adölesan ve ebeveyenler için veri toplama araçları doldurma işlemi tamamlandıktan sonra müdahale grubuna yönelik yapılan SGM’ne temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE’ne başlanılmıştır ve eğitim toplam beş hafta sürmüştür. Her hafta bir eğitim konusu ile ilgili video web sitesine yüklenmiş, eğitimde kullanılan son videonun web sitesine

yüklenmesinden bir hafta sonra son test aşamasında kullanılan veri toplama araçları çevrimiçi ortamda müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerine aynı anda iletilmiştir. Son testleri doldurmaları için adölesan ve ebeveynlerine iki (2) gün süre verilmiştir. Bu sürenin sonunda verilerini eksiksiz dolduran adölesan ve ebeveynlerin veri toplama formları kabul edilmiş, bu süreyi aşan veya eksik, hatalı dolduranların formları değerlendirilmeye alınmamıştır.

3.9. Araştırmanın Uygulanması

3.9.1. Ön Uygulama Aşaması

Araştırmanın ön uygulaması beş (5) adölesan ve beş (5) ebeveyn ile 01.04-29.04.2021 tarihleri arasında yürütülmüştür.

Ön uygulamada Adölesan Veri toplama formu, YSZE-I I,Adölesan Siber Zorbalık Eğitimi Değerlendirme Formu, Ebeveyn Veri toplama formu, Ebeveyn Siber Zorbalık Eğitimi Değerlendirme Formu kullanılmıştır. Hem adölesanlara hem de ebeveynlere eğitim içeriği sunulmadan önce ön testler uygulanmıştır. Ön test uygulamasından sonra hem adölesana hem de ebeveynine www.dijitalgencdijitalebeveyn.com isimli eğitim sitesine giriş yapabilmeleri için kullanıcı adı ve şifre oluşturulmuş ve sitenin linki gönderilmiştir. Web sitesine telefon aracılığı ile giriş yapamayan bir ebeveyne giriş yapabilmesi için adım adım ekran görüntülerinden oluşan yönerge gönderilmiştir. Siteye tüm kullanıcılar tarafından giriş yapıldıktan sonra eğitim videolarının izlenmesi istenmiştir.

Ön uygulamada videoların izlenmesi için ebeveynlere ve adölesanlara sık sık hatırlatıcı mesajlar gönderilmiştir. Video izlemeleri bittiğinde son testler uygulanmıştır. Ancak bir ebeveyn son testi doldurmadığı için dört ebeveyn üzerinden değerlendirme yapılmıştır. Ön uygulamada kontrol grubu kullanılmamıştır. Ön uygulamada yer alan adölesan ve ebeveynler araştırma verilerinin değerlendirilmesine dahil edilmemiştir. Ön uygulamaya katılan adölesan ve ebeveynlerin adına hazırlanan teşekkür belgeleri okul müdürlüklerine teslim edilmiştir.

Ön Uygulama Sonrasında: Ön uygulamada Adölesan Veri Toplama formunda B bölümü 2. Soruda sorulan “ Kullandığınız sosyal medya isimlerini yazabilir misiniz?” sorusunu öğrencilerin yaklaşık yarısı yanlış anlayarak sosyal medya

kullanıcı isimlerini yazmışlardır. Bu nedenle formda bu soru "Hangi sosyal medya hesaplarını kullanıyorsunuz?" olarak değiştirilmesine karar verilmiştir. Eğitim içeriği ve videolar ile ilgili son testte katılımcıların yazılı görüşleri istenmiştir. Ancak herhangi bir geri bildirim alınmadığı için "web sitesi değerlendirme formu" hazırlanmasına karar verilmiştir.

3.9.2. Araştırmanın Uygulanması

Araştırma 04.05.2021 ile 22.06.2021 tarihleri arasında yürütülmüştür. Araştırmaya başlamadan önce müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerine çalışma kapsamına alınan okulların sınıf öğretmenleri ve rehber öğretmenleri aracılığıyla ulaşılarak çalışmanın amacı, süresi ve yöntemi ile ilgili bilgiler çevrimiçi olarak ulaştırılmıştır. Çevrimiçi ortamda gönderilen onam formlarında yer alan "araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul ediyorum" butonunu işaretleyen müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesan ve ebeveynler araştırma kapsamına alınmıştır.

Araştırmaya müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanlara Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu, ebeveynlere ise ile Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu çevrim içi ortamda gönderilerek ön testlerin uygulanması ile başlanılmıştır. Ön testlerin tamamlanmasının ardından müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerine web sitesi kullanımı, eğitim videoları ve araştırma ile ilgili olan sorular için araştırmacıya her zaman ulaşabilecekleri konusunda bilgi verilmiştir. Kontrol grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerine eğitim programı uygulanmamıştır. Kontrol grubuna eğitimin bittiği beşinci haftanın sonunda aynı veri toplama formlarını tekrar dolduracakları bildirilmiştir. Ön test uygulamasından sonra web sitesi kullanıcı adı ve geçici şifreleri müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerine iletilmiştir. Müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerine kendilerine ait bir şifre oluşturmaları ve kimse ile paylaşmamaları bildirilmiştir. Kullanıcı adı ve şifre işlemleri tamamlandıktan sonra aynı gün hem adölesanlar hem de ebeveynler için hazırlanan ilk video web sitesine yüklenmiştir. Her hafta adölesan ve ebeveyn için hazırlanan bir video web sitesine yüklenmiştir. Her bir videonun en az bir kere izlenmesini sağlamak amacıyla iki video arasında toplam bir hafta süre verilmiştir. Araştırmanın uygulanması toplam beş (5) hafta sürmüştür. Her hafta videoların izlenmesi için yüklendiği gün adölesan ve ebeveynlerine bilgilendirme mesajı gönderilmiştir. Beşinci

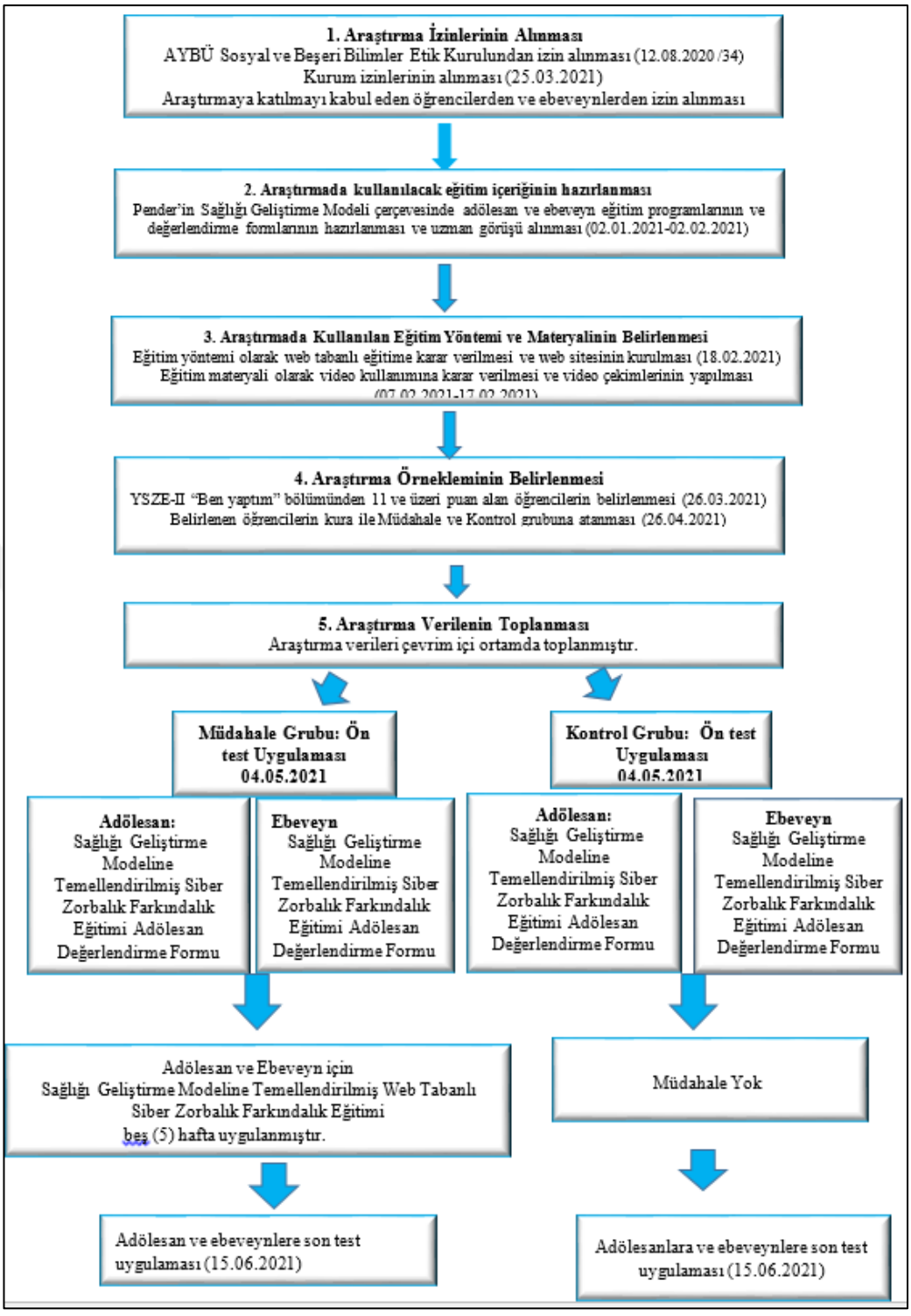
eğitim videosun web sitesine yüklenmesinin ardından izlenmesi için verilen bir haftalık süre dolduktan sonra son test aşamasına geçilmiştir. Son test aşamasında hem müdahale hem kontrol grubunda bulunan adölesanlara YSZE-II ve Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu ile ebeveynlere Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu, Web Sitesi değerlendirme formu çevrimiçi ortamda gönderilmiştir. Adölesanların ve ebeveynlerin son testleri doldurmasıyla birlikte araştırma tamamlanmıştır. Araştırmada müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerine araştırmaya verdikleri destek için için hazırlanan "Teşekkür Belgesi" (EK-36) ve adölesanlar için "dijital kulaklık" hediyesinin okul yönetimine bırakılmıştır (Tablo 3.6. ve 3.7, Şekil 3.14).

Tablo 3.6. Araştırmanın uygula modeli.

Grup	Eğitim Öncesi		MÜDAHALE	Eğitim Sonrası	
MÜDAHALE GRUBU	***Adölesan***	***Ebeveyn***	Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber zorbalık Farkındalık Eğitimi	***Adölesan***	***Ebeveyn***
	YSZE-II Adölesan Veri toplama formu Adölesan SZFE Değerlendirme Formu	Ebeveyn Veri Toplama Formu Ebeveyn SZFE Değerlendirme Formu		YSZE-II Adölesan SZFE Değerlendirme Formu	Ebeveyn Veri Toplama Formu SGM SZFE Ebeveyn Değerlendirme Formu
KONTROL GRUBU	***Adölesan***	***Ebeveyn***	MÜDAHALE YOK	***Adölesan***	***Ebeveyn***
	YSZE-II Adölesan Veri toplama formu Adölesan SZFE Değerlendirme Formu	Ebeveyn SZFE Değerlendirme Formu		YSZE-II Adölesan SZFE Değerlendirme Formu	Ebeveyn SZFE Değerlendirme Formu

Tablo 3.7. Araştırma uygulama tarih ve aşamaları.

Tarih	Araştırma Grubu	Aşama
04.05.2021	Müdahale ve Kontrol Grubu	Eğitim öncesi veri toplama araçlarının uygulanması
06.05.2021	Müdahale Grubu	Web sitesi kullanımı hakkında bilgi verilmesi
11.05.2021	Müdahale Grubu	Web sitesi kullanıcı adı ve geçici şifrelerinin verilmesi Birinci videoların web sitesine yüklenmesi ve hatırlatma mesajının gönderilmesi
18.05.2021	Müdahale Grubu	İkinci videoların web sitesine yüklenmesi ve hatırlatma mesajının gönderilmesi
25.05.2021	Müdahale Grubu	Üçüncü videoların web sitesine yüklenmesi ve hatırlatma mesajının gönderilmesi
01.06.2021	Müdahale Grubu	Dördüncü videoların web sitesine yüklenmesi ve hatırlatma mesajının gönderilmesi
08.06.2021	Müdahale Grubu	Beşinci videoların web sitesine yüklenmesi ve hatırlatma mesajının gönderilmesi
15.06.2021	Müdahale Grubu ve Kontrol Grubu	Eğitim sonrası veri toplama araçlarının uygulanması
22.06.2021	Müdahale Grubu ve Kontrol Grubu	Teşekkür Belgelerinin ve hediyelerinin verilmesi



Şekil 3.14. Araştırma uygulanma akış şeması.

3.10. Araştırmanın Bağımlı ve Bağımsız Değişkenleri

Bağımsız Değişken: Araştırmanın bağımsız değişkeni Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimidir.

Bağımlı Değişken: Araştırmanın bağımlı değişkenleri;

- Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri-II (YSZE-II)
- Ebeveyn Veri Toplama Formu
- Adölesan Veri Toplama Formu
- Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu
- Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu

3.11. Araştırmanın Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri bilgisayar ortamında kullanılan (IBM SPSS Statistics 24) bir paket program ve ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulguların yorumlanmasında frekans tabloları ve tanımlayıcı istatistiklerden sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, medyan ve ıqr değerleri kullanılmıştır. Bağımsız iki grubun nitel verilerinin karşılaştırılmasında Pearson-χ^2 testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Araştırma verilerinin grup içi ve gruplar arası karşılaştırılmaları yapılmadan önce normal dağılıma uygun olup olmadığı değerlendirilmiştir. Örneklem büyüklüğü 30 kişi ve üzerinde ($n\geq30$) olması sebebiyle normallik testi için Kolmogorov-Smirnov test analizi kullanılmıştır. Normal dağılıma uygun olan ölçüm değerleri ($p>0,05$) için parametrik yöntemler kullanılmıştır (254). Parametrik yöntemlere uygun şekilde, iki bağımsız grubun ölçüm değerleriyle karşılaştırılmasında bağımsız örneklemler t testi (Independent Sample-t test) (t-tablo değeri) analizi kullanılmıştır. Normal dağılıma uygun olmayan ölçüm değerleri ($p<0,05$) için parametrik olmayan yöntemler kullanılmıştır (254). Parametrik olmayan yöntemlere uygun şekilde, iki bağımsız grubun ölçüm değerleriyle karşılaştırılmasında "Mann-Whitney U" test (Z-tablo değeri) yöntemi kullanılmıştır. İki bağımlı grubun ölçüm değerleriyle karşılaştırılmasında "Wilcoxon test" (z-tablo değeri) yöntemi kullanılmıştır.

Hipotez test sonucu sonrasında elde edilen gruplar arasında puan farkının etkisinin ölçülmesi için Cohen d değeri hesaplanmıştır. Cohen d değerinin 0.2 olması küçük etki, 0.5 olması orta etki, 0.8 olması büyük etki olarak yorumlanmaktadır (254).

3.12. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Bu araştırma Ankara ili Etimesgut ve Sincan ilçesinde yer alan Anadolu liselerinde eğitim öğretimine devam eden 9. ve 10. sınıfa devam eden siber zorba adölesanlar ile bu adölesanların ebeveynleri ve Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi ile sınırlıdır.
- Covid-19 Pandemisi nedeniyle okulların uzaktan eğitime devam etmesi, uygulanacak olan ölçeklerin de çevrimiçi (online) şekilde okul rehber ve sınıf öğretmenleri aracılığıyla dağıtılmıştır. Bu durum öğrencilerin araştırmacıyı ilk etapta görmemesi sebebiyle anketleri tam olarak neden doldurması gerektiğini anlamamasına neden olabilir. Ayrıca tüm sınıf öğretmenleri sınıflarına anketleri dağıtıp dağıtmadığı tam olarak bilenmemektedir.
- Veri toplama araçları öz bildirime dayalı olduğu için katılımcıların verdiği cevaplar esas alınmıştır.

4. BULGULAR

Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitiminin Siber Zorba Adölesan ve Ebeveynlerinde Farkındalık Oluşturma başlıklı araştırmanın bu bölümünde;

1. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların tanımlayıcı özelliklerinin karşılaştırılması ,
2. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin tanımlayıcı özelliklerinin karşılaştırılması ,
3. Adölesanlara ait hipotezlerin sınanmasında kullanılan bağımlı değişkenlere ait bulgular,
4. Ebeveynlere ait hipotezlerinin sınanmasında kullanılan bağımlı değişkenlere ait bulgular,
5. Müdahale Grubunda Bulunan Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi Değerlendirme ve Eğitim Videoları Değerlendirmesine yönelik bulgular

yer almaktadır.

4.1. Müdahale ve Kontrol Grubunda Yer Alan Adölesanların Tanımlayıcı Özelliklerinin Karşılaştırılması

Bu bölümde Adölesan Veri Toplama Formuna verilen yanıtların dağılımı ile gruplar arası karşılaştırılmasına ait bulgular verilmiştir.

Tablo 4.1. Müdahale ve kontrol grubunda bulunan adölesanların yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, ders başarı durumu, anne-baba eğitim düzeyi, cep telefonu kullanma, internette geçirilen süre, sürekli erişim, erişim kaynağı, kullanma amacı özelliklerine göre dağılımı ve gruplar arası karşılaştırılması.

	Müdahale Grubu (n=33)		**Kontrol Grubu (n=31)**		**Analiz***	
Değişken	**n**	**%**	**n**	**%**	**χ^2**	**p**
Yaş						
14	7	21.2	7	22.6	0.262	0.877
15	19	57.6	16	51.6		
16	7	21.2	8	25.8		
Cinsiyet						
Kadın	25	75.8	21	67.7	0.189	0.664
Erkek	8	24.2	10	32.3		

Tablo 4.1. (devam).

	Müdahale Grubu (n=33)		Kontrol Grubu (n=31)		Analiz*	
Değişken	**n**	**%**	**n**	**%**	**χ^2**	**p**
Sınıf Düzeyi						
9	21	63.6	20	64.5	0.005	0.942
10	12	36.4	11	35.5		
Ders Başarı Durumu						
Kötü	1	3.0	0	0.0	1.112	0.774
Orta	10	30.3	9	29.0		
İyi	17	51.5	16	51.6		
Çok İyi	5	15.2	6	19.4		
Anne Eğitim Düzeyi						
İlköğretim	8	24.2	15	48.4	6.114	**0.047**
Ortaöğretim	13	39.4	12	38.7		
Üniversite ve üzeri	12	36.4	4	12.9		
Baba Eğitim Düzeyi						
İlköğretim	5	15.2	9	29.0	9.810	**0.007**
Ortaöğretim	9	27.3	16	51.6		
Üniversite ve üzeri	19	57.5	6	19.4		
Cep Telefonu Kullanma						
Evet	32	97.0	31	100.0	0.954	0.329
Hayır	1	3.0	0	0.0		
İnternete Cep Telefonu ile Sürekli Erişim Sağlama						
Evet	31	93.9	26	83.9	1.663	0.197
Hayır	2	6.1	5	16.1		
Kendi Cep Telefonu Dışında Kullandığı İnternete Erişim Araçları						
Bilgisayar	29	88.0	23	74.2	1.169	0.280
Cep Telefonu	3	12.0	8	25.8		
İnternette Geçirilen Süre						
≤2 saat	5	15.2	6	19.4	5.498	**0.064**
3-5 saat	8	24.2	15	48.4		
>5 Saat	20	60.6	10	32.2		
İnterneti Kullanma Amacı						
Sosyal medya kullanmak	18	54.5	15	48.4	5.006	0.415
Ödev yapmak	3	9.1	8	25.8		
Araştırma yapmak	3	9.1	1	3.2		
Oyun oynamak	6	18.2	5	16.1		
Sohbet etmek	3	9.1	2	6.5		

** Pearson-χ^2 testi

Müdahale grubunda yer alan adölesanların %57.6'sı, kontrol grubunda bulunan adölesanların %51.6'sı 15 yaşındadır. Müdahale grubunda yer alan adölesanların %75.8'inin, kontrol grubunda yer alan adölesanların %57.7'sinin cinsiyeti kadın ve müdahale grubunda bulunan adölesanların %63.6'sı, kontrol grubunda bulunan adölesanların ise %64.5'i 9. sınıf öğrencisidir. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların büyük çoğunluğu ders başarı durumunu "iyi" olarak tanımlamışlardır

(sırasıyla %51.5; %51.6). Müdahale grubunda yer alan adölesanların %97'si, kontrol grubunda yer alan adölesanların ise tamamı (%100) cep telefonu kullanmaktadır. İnterneti kullanma amacı ise her iki grupta en fazla oranla sosyal medya kullanmak olarak belirlenmiştir (Müdahale: %54.5; Kontrol: %48.4). Müdahale ve kontrol grupları arasında yaş, sınıf, cinsiyet, ders başarısı, cep telefonu kullanma, cep telefonu ile internete sürekli erişim sağlama, kendi cep telefonu dışında internete erişim kaynağı, internet kullanım amacına verdikleri yanıtlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$). Grupların belirtilen özellikler açısından bağımsız olduğu ve homojen dağıldığı belirlenmiştir (Tablo 4.1).

Müdahale grubundaki adölesanların %60.6'sı, kontrol grubundaki adölesanların %32.2'si günlük 5 saat ve üzerinde internette zaman geçirmektedir. Müdahale ve kontrol grubunun günlük internet kullanım süresine verdikleri yanıtlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($\chi^2=5.498$; $p=0.064$). Müdahale ve kontrol grubu ile anne eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($\chi^2=6.114$; $p=0.047$). Müdahale grubunda olan 13 adölesanın (%39.4) annesinin lise mezunu, kontrol grubunda olan 15 adölesanın (%48.4) annesinin ilköğretim mezunu olduğu belirlenmiştir. Annesi ilköğretim mezunu olanların ağırlıklı olarak kontrol grubunda, annesi lise ve üniversite/üzeri olanların ise ağırlıklı olarak müdahale grubunda olduğu belirlenmiştir. Müdahale ve kontrol grubu ile baba eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($\chi^2=9.810$; $p=0.007$). Müdahale grubunda olan 19 adölesanın (%57.5) babasının üniversite/üzeri mezunu, kontrol grubunda olan 16 adölesanın (%51.6) babasının lise mezunu olduğu belirlenmiştir. Babası ilköğretim ve lise mezunu olanların ağırlıklı olarak kontrol grubunda, babası üniversite/üzeri olanların ise ağırlıklı olarak müdahale grubunda olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.1).

Tablo 4.2. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların sosyal medya kullanım özellikleri, siber zorbalıkla karşılaşıldığında ebeveyn ile paylaşma ve siber zorbalık bilgi düzeyine ait özelliklerin dağılımı ve gruplar arası karşılaştırılması.

	Müdahale Grubu (n=33)		**Kontrol Grubu (n=31)**		**Analiz***	
Değişken	**n**	**%**	**n**	**%**	**χ^2**	**p**
Sosyal Medya Kullanımı						
Evet	32	97.0	30	96.8	0.002	0.415
Hayır	1	3.0	1	3.2		
Kullanılan Sosyal medya Hesapları**						
Whatsapp	32	33.3	28	35.0	0.508	0.992
Instagram	28	29.2	23	28.7		
Facebook	10	10.4	6	7.5		
Twitter	12	12.5	11	13.7		
TikTok	6	6.3	5	6.3		
Youtube	8	8.3	7	8.8		
Sosyal Medyada Paylaşılan Bilgiler**						
Ad soyad	29	25.2	26	28.0	7.298	0.399
Yaş	19	16.5	20	21.5		
Kişisel Fotoğraf	18	15.7	20	21.5		
Kişisel Video	14	12.2	12	12.8		
Aile fotoğrafı	9	7.8	6	6.5		
Aile videosu	9	7.8	4	4.3		
Okul bilgisi	11	9.6	3	3.2		
Konum/adres bilgileri	6	5.2	2	2.2		
Sosyal Medyada Geçirilen Süre						
≤2 saat	12	36.4	17	54.8	5.424	0.066
3-5 saat	10	30.3	11	35.5		
>5 Saat	11	33.3	3	9.7		
Sosyal Medya Hesap Şifresini Arkadaşlar ile Şifre Paylaşma						
Evet	7	21.2	8	25.8	0.019	0.890
Hayır	26	78.8	23	74.2		
Sosyal Medyada Ebeveynler ile Arkadaş Olma						
Evet	21	63.6	25	80.6	2.288	0.130
Hayır	12	36.4	6	19.4		
Sosyal Medya Hesap Şifresini Ebeveyn ile Paylaşma						
Evet	10	30.3	10	32.3	0.028	0.866
Hayır	23	69.7	21	67.7		
Ebeveynin Sosyal Medya Hesaplarındaki Paylaşımları Kontrol Etmesi						
Evet	15	45.5	16	51.6	0.243	0.622
Hayır	18	54.5	15	48.4		
İnternette Oyun Oynamak						
Evet	19	57.6	14	42.4	1.564	0.211
Hayır	14	42.4	17	54.8		
İnternette Oyun Oynarken Geçirilen Süre						
Oyun oynamayan	14	42.4	17	54.8	1.873	0.392
1-2 saat	12	36.4	11	35.5		
3 saat ve üzeri	7	21.2	3	9.7		
Siber Zorbalık İle Karşılaşıldığında Ebeveyn ile Paylaşma						
Evet	19	57.6	25	80.6	2.959	0.085
Hayır	14	42.4	6	19.4		
Siber Zorbalık ile İlgili Bilgi Düzeylerini Değerlendirme Durumları						
Hiç yeterli değil	1	3.0	1	3.2	3.184	0.527
Kısmen yeterli	1	3.0	0	0.0		
Ne yeterli ne yetersiz	6	18.2	7	22.6		
Yeterli	10	30.3	14	45.2		
Çok yeterli	15	45.5	9	29.0		

* Pearson-χ^2 testi

**Soruya birden fazla cevap verilmiştir.

Müdahale grubunda yer alan adölesanların %97.0'si, kontrol grubunda yer alan adölesanların %96.8'i sosyal medya hesabı kullanmaktadır. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların kullandıkları sosyal medya hesapları arasında Whatsapp (sırasıyla: %33.3 ; %35.0) ve İnstagram ilk sıralarda almaktadır (sırasıyla:% 29.2; %28.7). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanlar sosyal medya hesaplarında en sık ad-soyad, yaş ve kişisel fotoğraf paylaşmaktadır (sırasıyla: %25.2, %16.5, %15.7, %28.0, %21.5, %21.5). Müdahale grubunda yer alan adölesanların %30.3'ü, kontrol grubunda yer alan adölesanların %35.5'i sosyal medyada 3-5 saat arasında vakit geçirmektedir. Müdahale ve kontrol grubundaki adölesanların büyük çoğunluğu sosyal medya hesabına ait şifresini arkadaşları ile paylaşmadıklarını belirtmiştir (sırasıyla: %78.8; %74.2). Sosyal medya hesaplarında ebeveynleri ile arkadaş olma oranı müdahale grubunda %63.6, kontrol grubunda %80.6'dır. Müdahale grubundaki adölesanların %69.7'si, kontrol grubundaki adölesanların %67.7'si sosyal medya hesabına ait şifreyi ebeveynleri ile paylaşmamaktadır. Ebeveynlerinin sosyal medya hesaplarını kontrol ettiğini söyleyen müdahale grubundaki adölesanların oranı %45.5 iken, kontrol grubunda %51.6'dır. Müdahale grubunda yer alan adölesanların % 57.6'sı, kontrol grubunda yer alan adölesanların % 42.4'ü internette oyun oynadığı, müdahale (%36.4) ve kontrol (%35.5) grubunda yer alan adölesanların en fazla oranla günde 1-2 saatini internette oyun oynayarak geçirdiği saptanmıştır. Müdahale grubunda bulunan adölesanların %57.6'sı, kontrol grubunda bulunan adölesanların %80.6'sı siber zorbalık ile karşılaştığında ailesine bilgi vermektedir. Müdahale grubunda yer alan adölesanların %45.5'i siber zorbalıktan kaçınma ve korunma konusunda bilgi düzeyini "çok yeterli" olarak bildirmişken, kontrol grubunda yer alan adölesanların % 45.2'si "yeterli" olarak tanımlamıştır.

Müdahale ve kontrol grubu ile sosyal medya kullanma, kullanılan sosyal medya hesapları, paylaşılan bilgiler, geçirilen süre, şifrelerini ebeveyn ve arkadaşlar ile paylaşma, ebeveyn ile arkadaş olma, ebeveynin sosyal medya kontrolü, siber zorbalıkla karşılaşıldığında ebeveyn ile paylaşma, internette oyun oynama, internette oyun oynarken geçirilen süre ve siber zorbalık bilgi düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$). Grupların belirtilen özellikler açısından bağımsız ve homojen olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.2).

4.2. Müdahale ve Kontrol Grubunda Yer Alan Ebeveynlerin Tanımlayıcı Özelliklerinin Karşılaştırılması

Bu bölümde Ebeveyn Veri Toplama Formundan elde edilen yanıtların dağılımı ile gruplar arası karşılaştırılmasına ait bulgular verilmiştir.

Tablo 4.3. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi özelliklerinin dağılımı ile gruplar arası karşılaştırılması.

	Müdahale Grubu (n=33)		**Kontrol Grubu (n=31)**		**Analiz***	
Değişken	**n**	**%**	**n**	**%**	**χ^2**	**p**
Yaş						
<40	9	27.3	9	29.0	0.045	0.978
40-45	17	51.5	16	51.6		
>45	7	21.2	6	19.4		
Araştırmaya Katılan Ebeveyn						
Anne	27	81.8	26	83.9	0.047	0.828
Baba	6	18.2	5	16.1		
Medeni Durum						
Evli	28	84.8	27	87.1	0.067	0.796
Bekâr	5	15.2	4	12.9		
Çalışma Durumu						
Çalışan	14	42.4	9	29.0	1.245	0.196
Çalışmayan	19	57.6	22	71.0		
Ebeveynin Aylık Geliri						
Geliri yok	9	27.3	8	25.8	4.433	0.218
1.500-3.000 TL	5	15.2	8	25.8		
3.001-5.000 TL	8	24.2	11	35.5		
>5.000 TL	11	33.3	4	12.9		
Eğitim Düzeyi						
İlköğretim	4	12.1	11	35.5	8.247	**0.016**
Ortaöğretim	14	42.4	15	48.4		
Üniversite	15	45.5	4	16.1		

* Pearson-χ^2 testi

Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %51.5'i, kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin %51.6'sı 40-45 yaşları arasındadır. Müdahale grubundaki ebeveynlerin %81.8'i, kontrol grubundaki ebeveynlerin %83.9'u adölesanın annesidir. Müdahale grubunda bulunan ebeveynlerin %84.8'i, kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin %83.9'u evlidir. Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %42.4'ü, kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin %29.0'u bir işte çalışmaktadır. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin yaşı, cinsiyeti, medeni durum, çalışma durumu, aylık gelir, arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$). Grupların belirtilen özellikler açısından bağımsız ve homojen olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.3).

Müdahale ve kontrol grubunda bulunan ebeveynlerin eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (χ^2=8.247; p=0.016). Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %45.5 üniversite/üzeri mezunu, kontrol grubunda olan bulunan ebeveynlerin %48.4 ortaöğretim mezunu olduğu belirlenmiştir. Ebeveyni ilköğretim ve lise mezunu olanların ağırlıklı olarak kontrol grubunda, ebeveyni üniversite/üzeri mezunu olanların ise ağırlıklı olarak deney grubunda olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.3).

Tablo 4.4. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin çocuklarının cep telefonuna sahip olması, internete sürekli erişim sağlaması, internette geçirdiği günlük süre ve erişim aracı ile kendisinin ve çocuğunun sosyal medya hesabı kullanımı, süresi, çeşitleri, paylaştığı bilgiler, çocuğuyla arkadaş olma ve kontrol etmesi özelliklerinin gruplar arası karşılaştırmaları.

	Müdahale Grubu (n=33)		**Kontrol Grubu (n=31)**		**Analiz***	
Değişken	**n**	**%**	**n**	**%**	**χ^2**	**p**
Çocuğunun Cep Telefonuna Sahip Olması						
Evet	31	93.9	31	100.0	1.939	0.164
Hayır	2	6.1	0	0.0		
Çocuğunun İnternete Sürekli Erişim Sağlaması						
Evet	32	97.0	29	93.5	0.419	0.518
Hayır	1	3.0	2	6.5		
Çocuğunun İnternete Erişim Araçları						
Cep Telefonu	7	21.3	5	16.1	1.293	0.731
Bilgisayar	1	3.0	1	3.2		
Cep telefonu/ bilgisayar	24	72.7	25	80.7		
Ebeveynin cep telefonu ile	1	3.0	0	0.0		
Çocuğunun İnternette Geçirdiği Günlük Süre						
≤2 saat	1	3.0	4	12.9	7.876	**0.019**
3-5 saat	8	24.2	15	48.4		
>5 saat	24	72.8	12	38.7		
Çocuğunun İnterneti Kullanma Amacı**						
Ödev yapmak	29	24.0	26	20.8	5.581	0.349
Sohbet etmek	25	20.6	23	18.4		
Oyun oynamak	22	18.2	23	18.4		
Araştırma yapmak	21	17.4	22	17.6		
Ders dinlemek	15	12.4	27	21.6		
Gazete, dergi, kitap okumak	9	7.4	4	3.2		
Çocuğunun Sosyal Medya Hesabı Olması						
Evet	31	93.9	30	96.8	0.288	0.592
Hayır	2	6.1	1	3.2		
Çocuğunun Kullandığı Sosyal Medya Hesapları						
Whatsapp	30	36.2	30	40.0	1.162	0.992
İnstagram	26	31.4	21	28.0		
Facebook	4	4.8	5	6.7		
Youtube	4	4.8	4	5.3		
Twitter	6	7.2	6	8.0		
TikTok	4	4.8	3	4.0		
Telegram	4	4.8	2	2.7		
Snapchat	5	6.0	4	5.3		

Tablo 4.4. (devam).

	Müdahale Grubu (n=33)		Kontrol Grubu (n=31)		Analiz*	
Değişken	**n**	**%**	**n**	**%**	**χ^2**	**p**
Çocuğunun Sosyal Medyada Geçirdiği Süre						
≤2 saat	17	51.5	21	67.7	3.987	0.136
3-5 saat	10	30.3	9	29.0		
>5 saat	6	18.2	1	3.3		
Ebeveynin Sosyal Medya Kullanımı						
Evet	30	90.9	21	67.7	3.996	**0.046**
Hayır	3	9.1	10	32.3		
Sosyal Medyada Çocuğuyla Arkadaş Olması						
Evet	24	72.7	20	64.5	0.502	0.479
Hayır	9	27.3	11	35.5		
Çocuğunun Sosyal Medya Hesabını Kontrol Etmesi						
Evet	25	75.8	21	67.7	0.189	0.476
Hayır	8	24.2	10	32.3		
Çocuğunun Sosyal Medyada Paylaştığı Bilgiler						
Adı-soyadı	14	9.5	7	5.2	3.760	0.807
Yaş	12	8.1	9	6.7		
Cinsiyet	9	6.1	8	5.9		
Kişisel Fotoğraf/video	20	13.5	15	11.1		
Aile fotoğraf/videosu	23	15.5	19	14.1		
İletişim bilgisi	24	16.2	26	19.3		
Okul bilgisi	22	14.9	26	19.3		
Konum/adres bilgileri	24	16.2	25	18.4		
Çocuğunun Sosyal Medya Arkadaş Listesini Kontrol Etmesi						
Evet	18	54.5	18	58.1	0.080	0.777
Hayır	15	45.5	13	41.9		
Çocuğunun Sosyal Medya Paylaşımlarını Kontrol Etmesi						
Evet	25	75.8	21	67.7	0.189	0.476
Hayır	8	24.2	10	32.3		
Çocuğunun Sosyal Medyada Paylaştığı İçerikleri Uygun Bulma Durumu						
Evet	9	23.7	13	41.9	5.697	**0.058**
Hayır	19	57.6	18	58.1		
Bazen	5	15.1	-	-		
Çocuğunun İnternette Oyun Oynama Durumu						
Evet	16	48.5	10	35.5	0.639	0.424
Hayır	17	51.5	21	64.5		
Çocuğunun İnternette Oyun Oynarken Geçirdiği Günlük Süre						
Hiç oynamaz	17	51.5	21	67.7	2.120	0.346
1-2 saat	11	33.3	8	25.8		
3 saat ve üzeri	5	15.2	2	6.5		
Çocuğunun Siber Zorbalık Durumunu Bilmesi						
Evet	-	-	1	3.2	0.001	0.975
Hayır	33	100.0	30	96.8		
Çocuğunun Siber Mağduriyet Durumunu Bilmesi						
Evet	2	6.1	0	0.0	0.454	0.500
Hayır	31	93.9	31	100.0		
Siber Zorbalık ile İlgili Bilgi Düzeylerini Değerlendirme Durumları						
Hiç yeterli değil	4	12.1	2	6.5	7.538	0.110
Kısmen yeterli	10	30.3	5	16.1		
Ne yeterli ne yetersiz	14	42.5	11	35.5		
Yeterli	1	3.0	7	22.5		
Çok yeterli	4	12.1	6	19.4		

* Pearson-χ^2 testi

Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %93.9'u, kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin tamamı (%100) çocuklarının kendisine ait bir cep telefonu olduğunu

bildirmiştir. Müdahale ve kontrol grubunda bulunan ebeveynlerin büyük çoğunluğu çocuğunun internete sürekli erişimi olduğunu (sırasıyla: %97.0; %93.5), yine müdahale ve kontrol grubunda bulunan ebeveynler çocuklarının en sık cep telefonu ve bilgisayar ile internete erişim sağladığını belirtmiştir (sırasıyla: %72.7; %80.7). Müdahale grubunda bulunan ebeveynlerin %24.0'ü, kontrol grubunda bulunan ebeveynlerin %20.8'i çocuklarının interneti en fazla ödev yapmak amacıyla kullandığını bildirmiştir. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin büyük çoğunluğu çocuklarının sosyal medya hesabına sahip olduğunu (sırasıyla: %93.9; %96.8), her iki grupta en fazla oranla çocuklarının Whatsapp uygulamasını kullandığını belirtmiştir (sırasıyla: %36.2; %40.0).

Müdahale grubundaki ebeveynlerin %51.5'i, kontrol grubundaki ebeveynlerin %67.7'si çocuklarının sosyal medyada günlük iki saatten daha az zaman geçirdiğini bildirmiştir. Müdahale grubundaki ebeveynlerin %72.7'sinin, kontrol grubundaki ebeveynlerin %64.5'nin çocuğuyla sosyal medyada arkadaş olduğu, yine müdahale grubundaki ebeveynlerin %75.8'nin, kontrol grubundaki ebeveynlerin %67.7'sinin çocuğunun sosyal medya hesaplarını kontrol ettiği saptanmıştır. Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %16.2'si, kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin %19.3'ü çocuklarının sosyal medyada en sık iletişim bilgilerini paylaştığını belirtmişlerdir. Müdahale ve kontrol grubundaki ebeveynlerin yarısından fazlası çocuklarının sosyal medya hesaplarında yer alan arkadaş listesini kontrol ettiğini bildirmiştir (sırasıyla: %54.5; %58.1). Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %93.9'u, kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin ise tamamı (%100) çocuklarının siber mağdur olmadığını, yine müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin tamamı (%100), kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin %96.8'i çocuklarının siber zorbalık yapmadığını bildirmiştir. Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin çocuğunun sosyal medya kullanma durumu, çocuğunun kullandığı sosyal medya hesapları, sosyal medya kullanım süresi, sosyal medya hesaplarının ve yaptığı paylaşımların kontrolü, sosyal medyada paylaştığı bilgiler, siber zorba ve mağdur olup olmadığını bilme ve sosyal medyada çocuğuyla arkadaş olma, siber zorbalık ile ilgili bilgi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0.05$).

Grupların belirtilen özellikler açısından bağımsız ve homojen olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.4). Müdahale ve kontrol grubunda bulunan ebeveynlerin en sık

sosyal medya hesaplarında yaptığı paylaşımları uygun bulmadığı (sırasıyla;%57.6; % 58.1) ve gruplar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (χ^2=5.697; p=0.058). Müdahale ve kontrol grubunda bulunan ebeveynlerin sosyal medya kullanma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu belirlenmiştir (χ^2=3.966; p=0.046). Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %90.9'u sosyal medya hesabı kullandığı, kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin %32,3'nün sosyal medya hesabı kullanmadığı belirlenmiştir. Sosyal medyası olanların ağırlıklı olarak deney grubunda, sosyal medyası olmayanların ise ağırlıklı olarak kontrol grubunda olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.4).

4.3. Adölesanlara Ait Hipotezlerin Sınanmasında Kullanılan Bağımlı Değişkenlere Ait Bulgular

Bu bölümde adölesanlara ait bağımlı değişkenler (Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu ve YZSE-II) ile müdahale ve kontrol gruplarının karşılaştırılmasına ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4.5. Adölesanların Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı Eğitimi konularına SZFE eğitimi öncesi ve sonrası verilen yanıtların dağılımı.

ADÖLESAN SZFE EĞİTİM KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol Grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
SİBER ZORBALIK TANIMI ÇEŞİTLERİ VE NEDENLERİ, SONUÇLARI	**Evet n (%)**	**Hayır n (%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
1. Siber zorbalık tanımını bilirim.	30 (90.9)	3 (9.1)	29 (93.5)	2 (6.5)	33 (100.0)	-	29 (93.5)	2 (6.5)
2. Siber mağduriyet tanımını bilirim.	31 (93.9)	2 (6.1)	27 (87.1)	4 (12.9)	33 (100.0)	-	31 (100.0)	-
3. İnternet ortamında insanlarla alay etmek, dedikodu çıkarmak olumsuz bir davranıştır.	30 (90.9)	3 (9.1)	29 (93,5)	2 (6.5)	31 (97.0)	1 (3.0)	28 (90.3)	3 (9.7)
4. İnternet ortamında insanlara kırıcı mesajlar göndermek olumsuz bir davranıştır.	25 (75.8)	8 (24.2)	28 (90,3)	3 (9.7)	29 (87.9)	4 (12.1)	29 (93.5)	2 (6.5)
5. İnternet ortamında başkası adına hesap açıp o kişi gibi davranmak olumsuz bir davranıştır.	31 (93.9)	2 (6.1)	27 (87.1)	4 (12.9)	31 (93.9)	2 (6.1)	31 (100.0)	-
6. İnternet ortamında başka birisinin şifresini ele geçirmek olumsuz bir davranıştır.	32 (97.0)	1 (3.0)	29 (93.5)	2 (6.5)	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)
7. İnternet ortamında izinsiz video, fotoğraf paylaşmak olumsuz bir davranıştır.	30 (90.9)	3 (9.1)	30 (96.8)	1 (3.2)	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)
8. İnternet ortamında bir kişiyi dışlamak, görmezden gelmek olumsuz bir davranıştır.	16 (48.5)	17 (51.5)	17 (54.8)	14 (45.2)	27(81.8)	6 (18.2)	19 (61.3)	12 (38.7)
9. İnternet ortamında günde 3 saatten fazla vakit geçirmek olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.	14 (42.4)	19 (57.6)	12 (38.7)	19 (61.3)	28 (84.8)	5 (15.2)	16 (51.6)	15 (48.4)
10. Sosyal medya hesaplarında günde 3 saatten fazla vakit geçirmek olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.	15 (45.5)	18 (54.5)	12 (38.7)	19 (61.3)	26 (78.8)	7 (21.2)	18 (58.1)	13 (41.9)
11. İnternette oyun oynamak olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.	13 (39.4)	20 (60.6)	11 (35.5)	20 (64.5)	25 (75.8)	8 (24.2)	16 (51.6)	15 (48.4)

Tablo 4.5. (devam).

ADÖLESAN SZFE EĞİTİM KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol Grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
SİBER ZORBALIK TANIMI ÇEŞİTLERİ VE NEDENLERİ, SONUÇLARI	**Evet n (%)**	**Hayır n (%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
12. İnternet ortamında olumsuz davranışlara maruz kalmak psikolojik sorunlara neden olabilir.	28 (84.8)	5 (15.2)	28 (90.3)	3 (9.7)	32 (97.0)	1 (3.0)	26 (83.9)	5 (16.1)
13. İnternet ortamında olumsuz davranışlara maruz kalmak fiziksel sorunlara neden olabilir.	15 (45.5)	18 (54.5)	11 (35.5)	20 (64.5)	22 (66.7)	11 (33.3)	16 (51.6)	15 (48.4)
14. Çevresindeki kişiler ile iletişimi yetersiz olanlar internette olumsuz davranışlarda bulunabilirler.	26 (78.8)	7 (21.2)	21 (67.7)	10 (32.3)	29 (87.9)	4 (12.1)	22 (71.0)	9 (29.0)
15. İnternet ortamın olumsuz davranışa maruz kalanlar da olumsuz davranışlarda bulunabilir.	21 (63.6)	12 (36.4)	14 (45.2)	17 (54.8)	21 (63.6)	12 (36.4)	20 (64.5)	11 (35.5)
16. İnternet ortamında olumsuz davranışlarla karşılaştığımda ne yapacağımı bilirim.	32 (97.0)	1 (3.0)	28 (90.3)	3 (9.7)	32 (97.0)	1 (3.0)	29 (93.5)	2 (6.5)
17. İnternet ortamında olumsuz davranışlara karşılaşıldığında aileye bilgi vermek gerekir.	26 (78.8)	7 (21.2)	28 (90.3)	3 (9.7)	28 (84.8)	5 (15.2)	28 (90.3)	3 (9.7)
18. İnternette olumsuz davranışlarda bulunan kişiye karşılık vermeden engellemek gerekir.	29 (87.9)	4 (12.1)	27 (87.1)	4 (12.9)	28 (84.8)	5 (15.2)	29 (93.5)	2 (6.5)
19. Siber zorbalık yapmanın yasal olarak cezası vardır.	28 (84.8)	5 (15.2)	24 (77.4)	7 (22.6)	31 (93.9)	2 (6.1)	25 (80.6)	6 (19.4)

Tablo 4.5. (devam).

ADÖLESAN SZFE EĞİTİM KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol Grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
DİJİTAL VATANDAŞLIK ÖZ YETERLİLİĞİ	**Evet n (%)**	**Hayır n (%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
20. Dijital vatandaşlık kavramının ne olduğunu bilirim.	17 (51.5)	16 (48.5)	22 (71.0)	9 (29.0)	28 (84.8)	5 (15.2)	25 (80.6)	6 (19.4)
21. İnternet ortamında kendime karşı sorumluluklarımın neler olduğunu bilirim.	29 (87.9)	4 (12.1)	31(100.0)	-	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)
22. İnternet ortamında diğer insanlara karşı sorumluluklarımın neler olduğunu bilirim.	31 (93.9)	2 (6.1)	30 (96.8)	1 (3.2)	32 (97.0)	1 (3.0)	31 (100.0)	-
23. Dijital okuryazarlık kavramının ne olduğunu bilirim.	22 (66.7)	11 (33.3)	15 (48.4)	16 (51.6)	30 (90.9)	3 (9.1)	25 (80.6)	6 (19.4)
24. İnternet ortamında doğruluğundan emin olmadığımız bilgileri paylaşmamak gerekir.	30 (90.9)	3 (9.1)	30 (96.8)	1 (3.2)	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)
25. İnternet ortamında bir paylaşım yapmadan önce doğru olup olmadığını araştırmak gerekir.	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)
26. Dijital etik kavramının ne olduğunu bilirim.	19 (57.6)	14 (42.4)	17 (54.8)	14 (45.2)	30 (90.9)	3 (9.1)	20 (64.5)	11 (35.5)
27. İnternette gerçek yaşamda olduğu gibi görgü kurallarına uygun olarak davranmalıyız.	31 (93.9)	2 (6.1)	30 (96.8)	1 (3.2)	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)
28. İnterneti ve sosyal medya hesaplarını, diğer insanları olumsuz etkilemeyecek şekilde kullanmak gerekir.	32 (97.0)	1 (3.0)	31(100.0)	-	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)
EMPATİ								
29. Empati kavramının tanımını bilirim.	32 (97.0)	1 (3.0)	31(100.0)	-	33 (100.0)	-	31 (100.0)	-
30. İnternet ortamındaki iletişimde de empatik yaklaşım olması gerekir.	29 (87.9)	4 (12.1)	29 (93.5)	2 (6.5)	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)
31. İnternet ortamında yüz yüze iletişim olmadığı için insanların duygularını anlamak daha zordur.	26 (78.8)	7 (21.2)	24 (77.4)	7 (22.6)	31 (93.9)	2 (6.1)	21 (67.7)	10 (32.3)

Tablo 4.5. (devam).

ADÖLESAN SZFE EĞİTİM KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol Grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
EMPATİ	**Evet n (%)**	**Hayır n (%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
32. İnternette olumsuz davranışlarla karşılaşan insanların duygu ve düşünceleri olumsuz etkilenebilir.	30 (90.9)	3 (9.1)	27 (87.1)	4 (12.9)	33 (100.0)	-	28 (90.3)	3 (9.7)
33. İnternet /sosyal medyada yapacağımız bir paylaşım öncesinde (yorum, mesaj vb.) diğer insanları kırabilir mi diye düşünerek hareket ederim.	25 (75.8)	8 (24.2)	29 (93.5)	2 (6.5)	31 (93.9)	2 (6.1)	29 (93.5)	2 (6.5)
GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI								
34. İnternet ortamında/sosyal medyada günde 3 saatten fazla zaman geçirmek fiziksel sorunlara neden olabilir.	17 (51.5)	16 (48.5)	17 (54.8)	14 (45.2)	29 (87.9)	4 (12.1)	20 (64.5)	11 (35.5)
35. İnternet ortamında/sosyal medyada günde 3 saatten fazla zaman geçirmek psikolojik sorunlara neden olabilir.	17 (51.5)	16 (48.5)	19 (61.3)	12 (38.7)	26 (78.8)	7 (21.2)	19 (61.3)	12 (38.7)
36. İnternet/sosyal medya hesaplarında tanımadığımız kişilerle arkadaş olmamamız gerekir.	21 (36.3)	12 (36.4)	18 (58.1)	13 (41.9)	27 (81.8)	6 (18.2)	22 (71.0)	9 (29.0)
37. İnternet ortamında yabancılarla fotoğraf, video, adres, telefon, iş, okul ismi gibi kişisel bilgilerin paylaşılması internette olumsuz durumlarla karşılaşmak için risk oluşturabilir.	31 (93.9)	2 (6.1)	31(100.0)	-	33 (100.0)	-	27 (87.1)	4 (12.9)

Tablo 4.5. (devam).

ADÖLESAN SZFE EĞİTİM KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol Grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI	**Evet n (%)**	**Hayır n (%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
38. İnternette olumsuz davranışlarla karşılaşan insanların duygu ve düşünceleri olumsuz etkilenebilir.	30 (90.9)	3 (9.1)	27 (87.1)	4 (12.9)	33 (100.0)	-	28 (90.3)	3 (9.7)
39. İnternet /sosyal medyada yapacağımız bir paylaşım öncesinde (yorum, mesaj vb.) diğer insanları kırabilir mi diye düşünerek hareket ederim.	25 (75.8)	8 (24.2)	29 (93.5)	2 (6.5)	31 (93.9)	2 (6.1)	29 (93.5)	2 (6.5)
40. İnternette /sosyal medya hesaplarında oluşturulan profilin herkese açık olmaması gerekir.	22 (66.7)	11 (33.3)	20 (64.5)	11 (35.5)	29 (87.9)	4 (12.1)	23 (74.2)	8 (25.8)
41. İnternet ortamında tanımadığımız kişilerden gelen mesaj, fotoğraf, video, arkadaşlık istediğine cevap vermemiz gerekir.	12 (36.4)	21 (63.6)	9 (29.0)	22 (71.0)	14 (42.4)	19 (57.6)	15 (48.4)	16 (51.6)
42. İnternet ortamında arkadaşlarımızla bile şifrelerimizi paylaşmamalıyız.	28 (84.8)	5 (15.2)	29 (93.5)	2 (6.5)	33 (100.0)	-	25 (80.6)	6 (19.4)

Adölesanların Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi (SZFE) öncesi ve sonrası Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları bölümünde yer alan 19 maddeye verdiği cevaplar Tablo 4.5'te verilmiştir. Buna göre müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi %90.9'u siber zorbalık ve %93.0'ı siber mağduriyet tanımını bildiğini belirtirken eğitim sonrasında tamamı (%100.0) bildiğini belirtmiştir. Kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi (%93.5) ve eğitim sonrası (%93.5) siber zorbalık tanımını bilme oranlarının değişmediği, siber mağduriyet tanımını eğitim öncesine (%87.1) göre eğitim sonrasında (%100.0) bilenlerin oranının arttığı belirlenmiştir. Müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesinde %48.5'inin, sonrasında %81.8'inin bir kişiyi dışlamanın, görmezden gelmenin olumsuz bir davranış olduğunu bildiği görülmüştür. Aynı maddeye kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi %54.8'inin, eğitim sonrası ise %61.3'ünün bildiği belirlenmiştir.

SZFE *Dijital Vatandaşlık Öz Yeterlilik* konusuna verilen yanıtlar incelendiğinde; müdahale grubunda yer alan adölesanların % 51.1'nin dijital vatandaşlık tanımının ne olduğunu bildiğini belirtirken eğitim sonrasında %84.8'i bildiğini belirtmiştir. Eğitim sonrasında kontrol grubunda %71.0 dijital vatandaşlık tanımını bildiğini belirtmiş, eğitim sonrasında bu oranın %80.0 olduğu saptanmıştır (Tablo 4.5).

SZFE Empati konusunda yer alan maddeler incelendiğinde müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesinde %75.8'i eğitim sonrasında ise %93.9'u "İnternet /sosyal medyada yapacağımız bir paylaşım öncesinde (yorum, mesaj vb.) diğer insanları kırabilir mi diye düşünerek hareket ederim" maddesine "evet" demiştir. Aynı soruya kontrol grubundaki adölesanların eğitim öncesinde (%93.5) ve eğitim sonrasında (%93.5) verdiği cevabın değişmediği belirlenmiştir (Tablo 4.5).

SZFE Güvenli İnternet Kullanımı bölümünden "İnternet/sosyal medya hesaplarında tanımayan kişilerle arkadaş olmamak gerektiğini bilirim" maddesine, müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesinde %36.3'ü, eğitim sonrasında %81.8'i, kontrol grubunda yer alan adölesanların ise eğitim öncesi %58.8'i, eğitim sonrası %71.0'i "evet" olarak yanıtlamıştır (Tablo 4.5).

Tablo 4.6. Adölesanların SZFE öncesi ve sonrasında Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı puanlarının grup içi ve gruplar arası karşılaştırılması.

ADÖLESAN SZFE KONULARI	Müdahale Grubu (n=33)		Kontrol Grubu (n=31)		Analiz		Etki Büyüklüğü
	$\bar{X} \pm S.S.$	Medyan[IQR]	$\bar{X} \pm S.S.$	Medyan [IQR]	t*/z**	p	
SİBER ZORBALIK TANIMI, ÇEŞİTLERİ, NEDENLERİ ve SONUÇLARI							
Eğitim Öncesi	35.75±7.03	37.5 [10,0]	34.84±6.42	35.0 [7,5]	-0.779**	0.436	0.135
Eğitim Sonrası	41.96±6.30	42.5[5,0]	38.06±8.15	37.5 [12,5]	**-1.980****	**0.048**	0.412
Analiz***	**z=-4.760 p=0.000**		z=-2.568 p=**0.010**				
DİJİTAL VATANDAŞLIK ÖZ YETERLİLİĞİ							
Eğitim Öncesi	18.41±3.84	17.5[7,5]	19.03±3.063	20.0 [5,0]	-0.696**	0.486	0.046
Eğitim Sonrası	21.44±2.42	22.5[0,0]	20.24±2.69	20.0 [5,0]	**-2.349****	**0.019**	0.469
Analiz***	**z=-3.968; p=0.000**		z=-1.666 p=0.096				
EMPATİ							
Eğitim Öncesi	10.76±3.09	12.5 [2,5]	11.29±2.40	12.5 [2,5]	-0.534**	0.594	0.192
Eğitim Sonrası	12.05±0.98	12.5[0,0]	11.37±2.11	12.5 [2,5]	-1.686**	0.092	0.365
Analiz***	**z=-2.580 p=0.010**		z=-0.061 p=0.951				
GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI							
Eğitim Öncesi	11.21±4.15	12.5 [7,5]	11.53±4.17	12.5 [7,5]	-0.369**	0.712	0.077
Eğitim Sonrası	14.37±2.56	15.5 [17,5]	12.17±4.81	12.5 [7,5]	-1.690**	0.091	0.555
Analiz***	**z=-3.422; p=0.001**		z=-0.951 p=0.358				
TOPLAM PUAN							
Eğitim Öncesi	76.14±13.85	77.5 [17,5]	76.69±12.93	77.5 [20,0]	-0.166*	0.869	0.041
Eğitim Sonrası	89.77±9.99	92.5 [13,8]	81.84±14.86	82.5 [22,5]	-1.929**	**0.054**	0.571
Analiz***	z=-4.675 **p=0.000**		z=-2.052 **p=0.040**				
Etki büyüklüğü	1.352		0.451				

***** Independent Sample-t Test ****** Mann-Whitney U Test *** Wilcoxon Test

SZFE Siber Zorbalık Tanımı, Çeşitleri, Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı bölümleri ve formun genel toplamına ait bulgularına Tablo 4.6'da yer verilmiştir. SZFE öncesinde Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Nedenleri ve Sonuçları konusundan alınan toplam puanın müdahale grubunda ortalama 35.75±7.03 (medyan=37.5;IQR=10,0) olduğu, eğitim sonrasında artarak ortalama 41.96±6.30 (medyan=42.5; IQR=5,0) yükseldiği belirlenmiştir. Müdahale grubunda eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır (z=-4.760 p=0.000). Bu bölümden kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ortalama 34.84±6.42 (medyan=35.0; IQR=7,5), eğitim sonrası ise ortalama 38.06±8.15 (medyan=37.5; IQR=12,5) puan aldığı ancak kontrol grubunda eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (z=-2.568; p=0.010). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Nedenleri ve Sonuçları konusundan eğitim sonrası aldıkları puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (z=-1.980 p=0.048). Eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun aldığı puan ortalamaları arasındaki farkın etki büyüklüğü değerinin, eğitim öncesine (0.1) göre artarak 0.4 olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.6.).

Eğitim öncesinde SZFE Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği konusundan alınan toplam puanın müdahale grubunda ortalama 18.41±3.84 (medyan=17.5;IQR=7,5) iken, eğitim sonrasında alınan puanın artarak ortalama 21.44±2.42 (medyan=22.5;IQR=0,0) olduğu belirlenmiştir. Müdahale grubunda eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-3.968 p=0.000). Kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ortalama 19.03±3.063 (medyan=20.0;IQR=5,0), eğitim sonrası ise ortalama 20.24±2.69 (medyan=20.0;IQR=5,0) puan aldığı belirlenmiştir. Kontrol grubunda eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (z=-1.666 p=0.096). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların SZFE Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği konusundan eğitim sonrası aldıkları puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (z=-2.349;p=0.019). Eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun aldığı puan ortalamaları arasındaki farkın etki büyüklüğü değerinin, eğitim öncesine (0.04) göre artarak 0.4 olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.6.).

Eğitim öncesinde SZFE Empati konusundan alınan puanın müdahale grubunda ortalama 10.76±3.09 (medyan=12,5;IQR=0,0) olduğu, eğitim sonrasında artarak ortalama 12.05±0.98 (medyan=12,5;IQR=5,0) yükseldiği, eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-2.580 p=0.010). Kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ortalama 11.29±2.40 (medyan=12,5;IQR=2,5) puan aldığı, müdahale grubuna bu bölümden daha yüksek puan aldıkları belirlenmiştir. Eğitim sonrası kontrol grubu ortalama 11.37±2.11(medyan=12,5;IQR=2,5) puan aldığı, eğitim öncesi ve sonrası alınan puanlar arasındaki farkın anlamsız olduğu saptanmıştır (z=-0.061 p=0.951). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE Empati konusu eğitim sonrası aldıkları puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (z=-1.686 p=0.092). Eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun aldığı puan ortalamaları arasındaki farkın etki büyüklüğü değerinin, eğitim öncesine (0.1) göre artarak 0.3 olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.6.).

Eğitim öncesinde SZFE Güvenli İnternet Kullanımı konusundan alınan puanın müdahale grubunda ortalama 11.21±4.15, eğitim sonrasında ortalama 14.37±2.56 olduğu, eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-3.422 p=0.001). Kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ortalama 11.53±4.17, eğitim sonrası ise ortalama 12.17±4.81 puan aldığı, alınan puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (z=-0.951 p=0.358). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların SZFE Güvenli İnternet Kullanımı konusundan eğitim sonrası aldıkları puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (z=-1.690 p=0.091). Eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun aldığı puan ortalamaları arasındaki farkın etki büyüklüğü değerinin, eğitim öncesine (0.07) göre artarak 0.5 olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.6).

SZFE öncesi tüm konulardan alınan toplam puan müdahale grubunda yer alan adölesanlarda ortalama 76.14±13.85 (medyan=77.5; IQR=17,5), kontrol grubunda yer alan adölesanlarda ortalama 76.69±12,93 (medyan=77.5; IQR=20,0) olup, alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (t=-0.166; p=0.869). SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE sonrasında alınan toplam puanın müdahale grubunda 12.48 puan arttığı (89.17±9.99; medyan=92.5; IQR=13,5),

eğitim öncesi ve sonrasında alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-4.675; p=0.000).Kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim sonrası 81.94±14.86 (medyan=82.5; IQR=22,5) puan aldığı, eğitim öncesi ve eğitim sonrası puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (z=-2.052; p=0.040). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların SZFE öncesi ve sonrası aldıkları toplam puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (z=-1.929; p=0.054). Eğitim öncesi müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların aldığı puan ortalamaları arasındaki farkın etki büyüklüğü değerinin zayıf olduğu (0.04), eğitim sonrası puan ortalamaları farkının etki büyüklüğü değerinin artarak orta (0.5) olduğu belirlenmiştir. Müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ve eğitim sonrası aldığı ortalama puanın etki büyüklüğü değerinin (1.352), kontrol grubu eğitim öncesi ve eğitim sonrası aldığı ortalama puanın etki büyüklüğü değerinden (0.451) büyük olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.6).

Tablo 4.7. Adölesanların SZFE öncesi ve sonrasında Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri –II (YSZE-II) puanlarının grup içi ve gruplar arası karşılaştırılması.

YSZE-II Puanı	Müdahale Grubu (n=33)		Kontrol Grubu (n=31)		Analiz*		Etki Büyüklüğü
	$\bar{X} \pm S.S.$	Medyan[IQR]	$\bar{X} \pm S.S.$	Medyan [IQR]	z	p	
Siber Zorbalık							
Eğitim Öncesi	14.88±4.45	14 [4,0]	13.35±2.29	13 [2,0]	1.155	0.248	0.432
Eğitim Sonrası	12.58±3.63	12 [3,5]	12.88±3.03	12 [2,0]	0.096	0.924	0.090
Analiz**	**z=-3.240 p=0.001**		z=-1.761 p=0.078				
Etki Büyüklüğü	0.654		0.245				
Siber Mağduriyet							
Eğitim Öncesi	14.94±5.05	14 [6,5]	13.67±3.97	12 [7,0]	0.917	0.359	0.279
Eğitim Sonrası	14.45±5.47	13 [8,0]	13.65±5.54	11 [4,0]	1.124	0.261	0.182
Analiz	z=-0.997 p=0.319		z=-0.734 p=0.463				
Etki Büyüklüğü	0.129		0.053				

*****Mann-Whitney U
** Wilcoxon test

SZFE öncesi YSZE-II siber zorbalık bölümü puan ortalaması müdahale grubunda bulunan adölesanlarda 14.88±4.45 (medyan=14; IQR=4,0), kontrol grubunda bulunan adölesanlarda 13.35±2.29 (medyan=13; IQR=2,0) olduğu

belirlenmiş ve gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (z=-1.155; p=0.248). SZFE s*onrası* YSZE-II siber zorbalık bölümü puan ortalaması müdahale grubunda yer alan adölesanlarda 12.58±3.63 (medyan=12; IQR=3,5), kontrol grubunda yer alan adölesanlarda 12.88±3.03 (medyan=12; IQR=2,0) olarak saptanmış, gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (z=-0.096; p=0.924).

Müdahale grubunda yer alan adölesanların YSZE-II siber zorbalık bölümünden aldığı puan ortalaması SZFE sonrasında düştüğü ve eğitim öncesi ile eğitim sonrası arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (Z=-3.240; p=0.001). Kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi eğitim ve sonrası YSZE-II siber zorbalık bölümünden aldığı puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (z=-1.761; p=0.078). Etki büyüklükleri incelendiğinde; müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ve sonrası alınan ortalama puanlar arasındaki farkın etki büyüklüğü orta (0.6) olduğu, kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ve sonrası alınan ortalama puanlar arasındaki farkın etki büyüklüğüne (0.2) göre yüksek olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.7).

SZFE öncesi YSZE-II siber mağduriyet bölümü puan ortalaması müdahale grubunda bulunan adölesanlarda 14.94±5.05 (medyan=14; IQR=6,5),kontrol grubunda bulunan adölesanlarda 13.67±3.97 (medyan= 12; IQR=7,0) olduğu belirlenmiş ve gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Z=-1.155; p=0.248). SZFE sonrası YSZE-II siber mağduriyet puan ortalaması müdahale grubunda yer alan adölesanlarda 14.45±5.47 (medyan=13;IQR=8,0), kontrol grubunda yer alan adölesanlarda ise 13.65±5.54 (medyan=11;IQR=4,0) olarak saptanmış, gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (z=-1.124; p=0.261). Müdahale grubunda yer alan adölesanların YSZE-II siber mağduriyet bölümünden eğitim öncesi ile eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (z=-0.997; p=0.319). Kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi eğitim sonrası YSZE-II siber mağduriyet bölümünden aldığı puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (Z=-0.734 p=0.463) (Tablo 4.7).

4.4. Ebeveynlere Ait Hipotezlerinin Sınanmasında Kullanılan Bağımlı Değişkenlere Ait Bulgular

Bu bölümde ebeveynlere ait bağımlı değişkenler (Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu) ile müdahale ve kontrol gruplarının karşılaştırılmasına ait bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4.8. Ebeveynlerin Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı konularına SZFE öncesi ve eğitim sonrası verilen yanıtların dağılımı.

EBEVEYN SZFE KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
SİBER ZORBALIK TANIMI, ÇEŞİTLERİ, NEDENLERİ ve SONUÇLARI	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
1. Siber zorbalık tanımını bilirim.	21 (63.6)	12 (36.4)	28 (90.3)	3 (9.7)	33 (100.0)	-	29 (96.8)	2 (3.2)
2. Siber mağduriyet tanımını bilirim.	20 (60.6)	13 (39.4)	26 (83.9)	5 (16.1)	32 (97.0)	1 (3.0)	27 (87.1)	4 (12.9)
3. Siber zorbalık ve mağduriyet oluşturan davranışların neler olduğunu bilirim.	21 (63.6)	12 (36.4)	26 (83.9)	5 (16.1)	32 (97.0)	1 (3.0)	28 (90.3)	3 (9.7)
4. İnternet ortamında insanlarla alay etmek, dedikodu çıkarmak siber zorbalıktır.	29 (87.9)	4 (12.1)	29 (93.5)	2 (6.5)	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)
5. İnternet ortamında inşalara kırıcı mesajlar göndermek siber zorbalıktır.	31 (93.9)	2 (6.1)	30 (96.8)	1 (3.2)	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)
6. İnternet ortamında başkası adına hesap açıp o kişi gibi davranmak siber zorbalıktır.	32 (97.0)	1 (3.0)	28 (90.3)	3 (9.7)	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)
7. İnternet ortamında başka birisinin şifresini ele geçirmek siber zorbalıktır.	31 (93.9)	2 (6.1)	30 (96.8)	1 (3.2)	33 (100.0)	-	30 (100.0)	1(3.2)
8. İnternet ortamında izinsiz video, fotoğraf paylaşmak siber zorbalıktır.	31 (93.9)	2 (6.1)	29 (93.5)	2 (6.5)	33 (100.0)	-	30(100.0)	1(3.2)
9. İnternet ortamında bir kişiyi dışlamak, görmezden gelmek siber zorbalıktır.	21 (63.6)	12 (36.4)	19 (61.3)	12 (38.7)	32 (97.0)	1 (3.0)	22 (71.0)	9 (29.0)
10. İnternet/sosyal medyada günde 3 saatten fazla vakit geçirmek siber zorbalıkla karşılaşma riskini artırabilir.	21 (63.6)	12 (36.4)	24 (77.4)	7 (22.6)	32 (97.0)	1 (3.0)	27 (87.1)	4 (12.9)
11. İnternette oyun oynamak siber zorbalıkla karşılaşma riskini artırabilir.	25 (75.8)	8 (24.2)	25 (80.6)	6 (19.4)	30 (90.9)	3 (9.1)	26 (83.9)	5 (15.1)
12. Ebeveyn ile çocuk arasındaki iletişimin yetersiz olması siber zorbalığa neden olabilir.	24 (72.7)	9 (27.3)	26 (83.9)	5 (16.1)	29 (87.9)	4 (12.1)	28 (90.3)	3 (9.7)
13. İnternet ortamında çocuğumun siber mağdur olup olmadığını anlayabilirim.	15 (45.5)	18 (54.5)	22 (71.0)	9 (29.0)	27 (81.8)	6 (18.2)	25 (80.6)	6 (19.4)

Tablo 4.8. (devam).

EBEVEYN SZFE KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
SİBER ZORBALIK TANIMI, ÇEŞİTLERİ, NEDENLERİ ve SONUÇLARI	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
14. İnternet ortamında çocuğumun siber zorbalık davranışını yapıp yapmadığını anlayabilirim.	13 (39.4)	20 (60.6)	25 (80.6)	6 (19.4)	27 (81.8)	6 (18.2)	25 (80.6)	6 (19.4)
15. Siber zorbalığa maruz kalmak fiziksel sağlık sorunlara neden olabilir.	22 (66.7)	11 (33.3)	18 (58.1)	13(41.9)	27 (81.8)	6 (18.2)	22 (71.0)	9 (29.0)
16. Siber zorbalığa maruz kalmak psikolojik sağlık sorunlara neden olabilir.	31 (93.9)	2 (6.1)	29 (93.5)	2 (6.5)	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)
17. Siber zorbalığın önlenmesi hakkındaki bilgilerim yeterlidir.	10 (30.3)	23 (69.7)	22 (71.0)	9 (29.0)	30 (90.9)	3 (9.1)	24 (77.4)	7 (22.6)
18. Çocuğuma siber zorbalıktan nasıl korunması gerektiği hakkında vereceğim bilgiler yeterlidir.	11 (33.3)	22 (66.7)	23 (74.2)	8 (25.8)	28 (84.8)	5 (15.2)	26 (83.9)	5 (16.1)
19. Çocuğumu internet ortamında siber zorbalıktan uzak durması gerektiği hakkında bilgilendiririm.	25 (75.8)	8 (24.2)	28 (90.3)	3 (9.7)	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)
20. Siber zorbalık yapmanın yasal olarak cezası vardır.	24 (72.7)	9 (27.3)	25 (80.6)	6 (19.4)	32 (97.0)	1 (3.0)	29 (93.5)	2 (6.5)
DİJİTAL EBEVEYNLİK ÖZ YETERLİLİĞİ								
21. Dijital ebeveynlik kavramının ne olduğunu bilirim.	17 (51.5)	16 (48.5)	17 (54.8)	14(45.2)	31 (93.9)	2 (6.1)	25 (80.6)	6 (19.4)
22. Dijital ebeveynin sahip olması gereken rollerin neler olduğunu bilirim.	17 (51.5)	16 (48.5)	16 (51.6)	15(48.4)	31 (93.9)	2 (6.1)	25 (80.6)	6 (19.4)
23. Dijital ebeveynlik bilgilerimi artırmak için internet kullanımı ile ilgili araştırma yapmam gerektiğini bilirim.	27 (81.8)	6 (18.2)	21 (67.7)	10(32.3)	33 (100.0)	-	24 (77.4)	7 (22.6)

Tablo 4.8. (devam).

EBEVEYN SZFE KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
DİJİTAL EBEVEYNLİK ÖZ YETERLİLİĞİ	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
24. Dijital okuryazarlık kavramının ne olduğunu bilirim.	18 (54.5)	15 (45.5)	17 (54.8)	14(45.2)	31 (93.9)	2 (6.1)	24 (77.4)	7 (22.6)
25. İnternet ortamında bir paylaşım yapmadan önce doğru olup olmadığını araştırmak gerektiğini bilirim.	32 (97.0)	1 (3.0)	31 (100.0)	-	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)
26. İnternette gerçek yaşamda olduğu gibi görgü kurallarına uygun olarak davranmalıyız.	33(100.0)	-	31 (100.0)	-	33 (100.0)	-	31(100.0)	-
27. İnterneti ve sosyal medya hesaplarını, diğer insanları olumsuz etkilemeyecek şekilde kullanmak gerekir.	33(100.0)	-	29 (93.5)	2 (6.5)	33 (100.0)	-	29 (93.5)	2 (6.5)
EMPATİ								
28. Empati kavramının tanımını bilirim.	33(100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)	33 (100.0)	-	31(100.0)	-
29. İnternet ortamındaki iletişimde de empati kurmak gerekir.	32 (97.0)	1 (3.0)	28 (90.3)	3 (9.7)	31 (97.0)	-	27 (87.1)	4 (12.9)
30. İnternet ortamında yüz yüze iletişim olmadığı için insanların duygularını anlamak daha zordur.	28 (84.8)	5 (15.2)	27 (87.1)	4 (12.9)	32 (97.0)	1 (3.0)	29 (93.5)	2 (6.5)
31. İnternette siber zorbalıkla karşılaşan insanların duygu ve düşünceleri olumsuz etkilenebilir.	32 (97.0)	1 (3.0)	30 (96.8)	1 (3.2)	33 (100.0)	-	29 (93.5)	2 (6.5)
32. İnternet /Sosyal medyada yapacağımız bir paylaşım öncesinde (yorum, mesaj vb.) diğer insanları kırabilir mi diye düşünerek hareket etmek gerekir.	33(100.0)	-	29 (93.5)	2 (6.5)	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)

Tablo 4.8. (devam).

EBEVEYN SZFE KONULARI	Eğitim Öncesi				Eğitim Sonrası			
	Müdahale Grubu		Kontrol grubu		Müdahale Grubu		Kontrol Grubu	
GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**	**Evet n(%)**	**Hayır n(%)**
33. İnternet ortamında günde 3 saatten fazla zaman geçirmek fiziksel sağlık sorunlara neden olabilir.	27 (81.8)	6 (18.2)	24 (77.4)	7 (22.6)	32 (97.0)	1 (3.0)	27 (87.1)	4 (12.9)
34. İnternet ortamında günde 3 saatten fazla zaman geçirmek psikolojik sağlık sorunlara neden olabilir.	24 (72.7)	9 (27.3)	24 (77.4)	7 (22.6)	33 (100.0)	-	27 (87.1)	4 (12.9)
35. Çocuğumu internette geçirdiği süreyi etkin kullanması hakkında bilgilendiririm.	29 (87.9)	4 (12.1)	30 (96.8)	1 (3.2)	33 (100.0)	-	31 (100.0)	-
36. Çocuğuma internet/sosyal medyada tanımadığı kişilerden gelen mesaj, fotoğraf, video, arkadaşlık istediğini cevap vermemesi gerektiği hakkında bilgi veririm.	31 (93.9)	2 (6.1)	29 (93.5)	2 (6.5)	33 (100.0)	-	30 (96.8)	1 (3.2)
37. İnternet/sosyal medyada yabancılar ile fotoğraf, video, adres, telefon, okul ismi gibi kişisel bilgilerin paylaşılmaması hakkında bilgi veririm.	33(100.0)	-	29 (93.5)	2 (6.5)	33 (100.0)	-	29 (93.5)	2 (6.5)
38. Güvenli internet kullanımı ile ilgili bilgilerimi artırmak için araştırma yapmam gerektiğini bilirim.	29 (87.9)	4 (12.1)	27 (87.1)	4 (12.9)	32 (97.0)	1 (3.0)	31(100.0)	-
39. Çocuğumun şifrelerini (örn; internette oynadığı oyunların ve sosyal medya hesaplarının) bilirim.	8 (24.2)	25 (75.8)	16 (51.6)	15(48.4)	25 (75.8)	8 (24.2)	19 (61.3)	12 (38.7)
40. Teknolojik araçların evde ortak kullanım alanlarında (örn; salon, oturma odası) olması gerektiğini bilirim.	23 (69.7)	10 (30.3)	23 (74.2)	8 (25.8)	30 (90.9)	3 (9.1)	25 (80.6)	6 (19.4)

Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı konularına SZFE öncesi ve sonrası verilen yanıtların dağılımına ait bulgular Tablo 4.8'de verilmiştir. SZFE Siber Zorbalık Tanımı, Çeşitleri ile Nedenleri ve Sonuçları bölümünde yer alan *"siber zorbalık tanımını bilirim"* maddesine ebeveynlerin %63.6'sı, *"siber mağduriyet tanımını bilirim*" maddesine ebeveynlerin %60.6'sı "evet" cevabını vermişken, eğitim sonrası bu oranların artarak sırasıyla %100.0 ve %97.0 olduğu belirlenmiştir. Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim öncesinde bu maddelere cevabı sırasıyla %90.3 ve % 83.9 olduğu, eğitim sonrası ise bu oranların sırasıyla % 96.8 ve %87.1 olduğu saptanmıştır. Bu bölümde 13. sırada yer alan *"İnternet ortamında çocuğumun siber mağdur olup olmadığını anlayabilirim."* maddesine eğitim öncesinde müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %45.5'i, kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin % 71.0'ı, eğitim sonrasında ise müdahale grubundaki ebeveynlerin %81.8'i, kontrol grubundaki ebeveynlerin ise %80.6'sı "evet" cevabını vermiştir. Bu bölümde 14. sırada yer alan *"İnternet ortamında çocuğumun siber zorbalık davranışını yapıp yapmadığını anlayabilirim."* maddesine müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim öncesinde % 39.4'ü "evet" demişken, eğitim sonrasında bu oranın arttığı ve ebeveynlerin %81.8'e yükseldiği saptanmıştır. Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim öncesi ve eğitim sonrası verdiği cevap değişmeyerek, %80.6'sının "evet" dediği belirlenmiştir. Formda 17. sırada yer alan *"Siber zorbalığın önlenmesi hakkındaki bilgilerim yeterlidir."* maddesine eğitim öncesinde ebeveynlerin %30.3'ü "evet" cevabı verdiği, eğitim sonrasında ise bu oranın arttığı(%90.9) belirlenmiştir (Tablo 4.8.).

Ebeveynlerin SZFE Dijital ebeveynlik Öz yeterlilik bölümünde *" Dijital ebeveynlik kavramının ne olduğunu bilirim."* maddesine eğitim öncesinde müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %51.5'i "evet" dediği, eğitim sonrasında ise %93.9'nun "evet" dediği belirlenmiştir. Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin ise eğitim öncesi %54.8'i, eğitim sonrası ise %80.6'sı "evet" demiştir. Formda 23. maddede yer alan *"Dijital ebeveynlik bilgilerimi artırmak için internet kullanımı ile ilgili araştırma yapmam gerektiğini bilirim*." maddesine eğitim öncesinde müdahale grubunda bulunan ebeveynlerin %81.8'inin,eğitim sonrasında ise ebeveynlerin tamamının (%100.0) "evet" olarak yanıtladığı saptanmıştır. Aynı maddeye kontrol

grubunda ise eğitim öncesinde ebeveynlerin %67.7'sinin, eğitim sonrasında ise %71.7'sinin "evet" dediği belirlenmiştir (Tablo 4.8).

Ebeveynlerin SZFE Empati bölümünde yer alan "*İnternet ortamındaki iletişimde de empati kurmak gerekir.*" maddesine eğitim öncesinde müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %97.0'si evet cevabını vermişken, eğitim sonrasında ebeveynlerin tamamının (%100) "evet" dediği belirlenmiştir (Tablo 4.8).

SZFE Güvenli İnternet Kullanımı bölümünde yer alan "*İnternet ortamında günde 3 saatten fazla zaman geçirmek psikolojik sağlık sorunlarına neden olabilir*." maddesine eğitim öncesinde ebeveynlerin %72.7'sinin, eğitim sonrasında ise tamamının (%100) "evet" cevabı verdiği belirlenmiştir. Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aynı soruya eğitim öncesi %77.4'nün, eğitim sonrası ise %87.1'nin "evet" olarak yanıtlamıştır. Formun 39. maddesinde "*Çocuğumun şifrelerini (örn; internette oynadığı oyunların ve sosyal medya hesaplarının) bilirim*." ifadesine eğitim öncesinde müdahale grubunda bulunan adölesanların %24.2'si, eğitim sonrasında ise %75.8'i "evet" dediği belirlenmiştir. Kontrol grubunda ise eğitim öncesinde ebeveynlerin %51.6'sının, eğitim sonrasında %61.3'nün "evet" dediği saptanmıştır (Tablo 4.8.).

Tablo 4.9. Ebeveynlerin SZFE öncesi ve sonrasında Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı puanlarının grup içi ve gruplar arası karşılaştırılması.

EBEVEYN SZFE EĞİTİM KONULARI	Müdahale Grubu (n=33)		Kontrol Grubu (n=31)		Analiz		Etki Büyüklüğü
	$\bar{X} \pm S.S.$	Medyan[IQR]	$\bar{X} \pm S.S.$	Medyan [IQR]	z*	p	
SİBER ZORBALIK TANIMI, ÇEŞİTLERİ, NEDENLERİ ve SONUÇLARI							
Eğitim Öncesi	**34.70±11.12**	37.5[16,3]	41.29±9.32	45.0[12,5]	**-2.660***	**0.008**	0.642
Eğitim Sonrası	**46.96±4.48**	50.0[5,0]	44.03±7.09	45.0[12,5]	-1.848*	0.065	0.540
Analiz**	**z=-4.720 p=0.000**		z=-**2.225 p=0.026**				
DİJİTAL EBEVEYNLİK ÖZ YETERLİLİĞİ							
Eğitim Öncesi	13.40±3.79	15.0[7,5]	13.06±4.08	15.0[7,5]	-0.452 *	0.652	0.086
Eğitim Sonrası	17.05±1.16	17.5[5,0]	15.32±3.52	17.5 [2,5]	**-2.106 ***	**0.035**	0.660
Analiz**	**z= -3.863 p=0.000**		**z=-2.723 p=0.006**				
EMPATİ							
Eğitim Öncesi	11.97±1.04	12.5 [0,0]	11.61±1.65	12.5[2,5]	-0.619*	0.536	0.261
Eğitim Sonrası	12.35±0.61	12.5[0,0]	11.77±1.47	12.5[0,0]	**-1.926***	**0.054**	0.515
Analiz**	**z=-1.890 p=0.059**		z=-0.333 p=0.739				
GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI							
Eğitim Öncesi	15.45±3.39	15.0[5,0]	16.29±3.92	17.5[5,0]	-1.263 *	0.207	0.229
Eğitim Sonrası	19.02±1.52	20.0[2,5]	17.82±3.01	20.0[5,0]	-1.593*	0.111	0.503
Analiz**	**z=-4.236 p=0.000**		**z= -2.386 p=0.017**				
TOPLAM PUAN							
Eğitim Öncesi	75.53±15.81	77.5 [26,3]	82.26±15.10	82.5 [20,0]	-1.764*	0.078	0.125
Eğitim Sonrası	95.15±5.79	97.5 [10,0]	89.52±12.07	92.5 [17,5]	-2.035*	**0.042**	0.595
Analiz**	Z=-4.790 **p=0.000**		Z=-3.204 **p=0.001**				
Etki büyüklüğü	1.398		0.386				

*Mann-Whitney U test **Wilcoxon test

Ebeveynlerin SZFE Siber Zorbalık Tanımı, Çeşitleri, Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı konularına ait bulgular Tablo 4.9'da yer verilmiştir. Eğitim öncesinde ebeveynlerin SZFE Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Nedenleri ve Sonuçları konusundan alınan puanın müdahale grubunda ortalama 34.70±11.12 (medyan=37.5; IQR=16,5) olduğu, eğitim sonrasında 12.26 puan artarak ortalama 46.96±4.48 (medyan=50.0; IQR=5,0) puana yükseldiği belirlenmiştir. Müdahale grubunda eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-4.720; p=0.000). Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin ise eğitim öncesi ortalama 41.29±9.32 (medyan=45.0; IQR=12,5), eğitim sonrası ise ortalama 44.03±7.09 (medyan=45.0; IQR=12,5) puan aldığı, eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-2.225; p=0.026). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin bu bölümden eğitim öncesi aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu (z=-2.660; p=0.008), kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin formdan aldıkları puanların daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ancak müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim sonrası aldıkları puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (z=-1.980 p=0.048). Eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun aldığı puanlar arasındaki farkın etki büyüklüğü değerinin orta (0.5) düzey olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.8.).

Eğitim öncesinde SZFE Dijital Ebeveynlik Öz Yeterlilik konusundan müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin ortalama 13.40±3.79 (medyan=15.0;IQR=7,5) puan, eğitim sonrası ortalama 17.05±1.16 (medyan=17.5;IQR=5) puan aldığı, eğitim öncesi ve eğitim sonrasında alınan bu puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (z= -3.863; p=0.000). Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim öncesi ortalama 13.06±4.08 (medyan=15.0;IQR=7,5) puan, eğitim sonrası ise ortalama 15.32±3.52 (medyan=17.5;IQR=2,5) puan aldığı, eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-2.723; p=0.006). Eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin SZFE Dijital Ebeveynlik Öz yeterlilik konusundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (z=-2.106; p=0.035). Eğitim sonrası müdahale ve

kontrol grubunun aldığı puan ortalamaları arasındaki farkın etki büyüklüğü değerinin, eğitim öncesine (0.08) göre artarak 0.6 olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.8.).

SZFE Empati konusundan eğitim öncesinde müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin ortalama 11.97±1.04, eğitim sonrasında ortalama 12.35±0.61 puan aldığı, eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (z=-1.890; p=0.059). Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim öncesinde ortalama 11.61±1.65, eğitim sonrasında ise ortalama 11.77±1.47 puan aldığı, eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (z=-0.333; p=0.739). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldıkları puanlar arasında eğitim öncesinde anlamlı bir fark yokken (z=-0.619; p=0.536) eğitim sonrasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z= -1.926; p=0.054). Grupların eğitim sonrası aldığı puan ortalamaları farkının etki büyüklüğü değerinin 0.5 olduğu saptanmıştır (Tablo 4.8.).

SZFE Güvenli İnternet Kullanımı konusundan eğitim öncesinde müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin ortalama 15.45±3.39 (medyan=15.0; IQR=5,0), eğitim sonrasında ortalama 19.02±1.52 (medyan=20.0; IQR=2,5) puan aldığı, eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (z=-4.236; p=0.000). Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim öncesinde ortalama 16.29±3.92 (medyan=17.5; IQR=5,0), eğitim sonrasında ise ortalama 17.82±3.01 (medyan=20.0; IQR=5,0) puan aldığı, eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (z= -2.386; p=0.017). Bu bölümünden eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (z= -1.593; p=0.111) (Tablo 4.8.).

Eğitim öncesinde SZFE tüm konu başlıklarından alınan toplam puanın müdahale grubunda ortalama 75.53±15.81(medyan=77.5; IQR=26,3) puan, kontrol grubunda ortalama 82.26±15.10 (medyan=82.5; IQR=20,0) puan olduğu, müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır (z=-1.764; p=0.078). Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim sonrası ortalama aldıkları puan ortalama 19.62 artarak 95.15±5.79 (medyan=97.5; IQR=10,0) yükseldiği, eğitim öncesi ile eğitim sonrası alınan puanlar

arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-4.790; p=0.000). Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin eğitim sonrası ortalama 7.26 puan artarak 89.52±12.07 (medyan=92.5; IQR=17,5) puana yükseldiği, eğitim öncesi ve eğitim sonrası puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir (z=-3.204; p=0.001). Müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin SZFE sonrası aldıkları toplam puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (z=-2.035; p=0.042). Müdahale grubunun eğitim öncesi ve sonrası aldığı ortalama toplam puanlar arasındaki farkın etki büyüklüğü değeri (1.398), kontrol grubunun eğitim öncesi ve sonrası aldığı ortalama toplam puanlar arasındaki farkın etki büyüklüğü değerinden (0.386) büyük olduğu belirlenmiştir (Tablo 4.9).

4.5. Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi ve Eğitim Videoları Değerlendirmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde adölesan ve ebeveynlerin web sitesi kullanımı ve eğitim videoları değerlendirmesine yönelik bulgulara yer verilmiştir.

4.5.1. Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi Değerlendirmesine Yönelik Bulgular

Adölesanların ve ebeveynlerin web sitesi kullanıcı memnuniyetini değerlendirmek amacıyla Sistem Kullanılabilirlik Skalası kullanılmıştır. Tablo 4.10'da müdahale grubunda yer alan adölesanların, Tablo 4.11'de müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin Sistem Kullanılabilirlik Skalası'na verdiği yanıtların dağılımına ait bulgular yer almaktadır.

Müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerin Sistem Kullanılabilirlik Skalasında (SUS) yer alan "*Bu web sayfasını sıklıkla kullanacağımı düşünüyorum"* maddesine %48.5'i *"Kesinlikle katılıyorum"* cevabı vermiştir. Müdahale grubunda yer alan adölesanların Sistem Kullanılabilirlik skalasında yer alan "*Web sayfasını çok karışık buldum", "Web sayfasının tutarsız olduğunu düşünüyorum" ,"Web sayfasını çok kullanışsız buldum"* maddelerine %97.0'ının *"Kesinlikle katılmıyorum"* cevabı verdiği belirlenmiştir. Müdahale grubunda yer alan adölesan "*Web sayfasının kullanımını kolay buldum* (%100)", "*Web sayfasının çeşitli özelliklerini birbiri ile iyi entegre edilmiş olarak buldum* (%90.9)", "*Web sayfasının kullanımını çoğu kişinin*

hızlı bir şekilde öğreneceğini düşünüyorum (100.0)", "*Web sayfasını kullanırken kendimi rahat hissediyorum* (%84.8)" maddelerine *"Kesinlikle katılıyorum"* cevabı verdiği saptanmıştır. Sistem Kullanılabilirlik Skalasının "Web sayfasını kullanmadan önce öğrenmem gereken çok şey var" maddesine adölesanların %57.6'sı *"Kesinlikle katılmıyorum"* demiştir (Tablo 4.10). Tabloda yer almamakla birlikte Sistem Kullanılabilirlik Skalasından adölesanların aldığı ortalama puan 81.06±8.83 (minimum:52.50; maksimum:90.00) olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.10. SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan adölesanların Sistem Kullanılabilirlik Skalasına verdiği yanıtların dağılımına ait bulgular.

Sistem Kullanılabilirlik Skalası Maddeleri	Kesinlikle katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Kesinlikle katılıyorum	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Bu web sayfasını sıklıkla kullanacağımı düşünüyorum.	0	0	1	3.0	7	21.2	9	23.3	16	48.5
2. Web sayfasını çok karışık buldum.	32	97.0	0	0	0	0	0	0	1	3.0
3. Web sayfasının kullanımını kolay buldum.	0	0	0	0	0	0	0	0	33	100
4. Web sayfasının kullanımı için teknik desteğe ihtiyaç duyabileceğimi düşünüyorum.	27	81.8	0	0	0	0	0	0	6	18.2
5. Web sayfasının çeşitli özelliklerini birbiri ile iyi entegre edilmiş olarak buldum.	3	9.1	0	0	0	0	0	0	30	90.9
6. Web sayfasının tutarsız olduğunu düşünüyorum.	32	97.0	0	0	0	0	0	0	1	3.0
7. Web sayfasının kullanımını çoğu kişinin hızlı bir şekilde öğreneceğini düşünüyorum.	0	0	0	0	0	0	0	0	33	100
8. Web sayfasını çok kullanışsız buldum.	32	97.0	0	0	0	0	0	0	1	3.0
9. Web sayfasını kullanırken kendimi rahat hissediyorum.	5	15.2	0	0	0	0	0	0	28	84.8
10. Web sayfasını kullanmadan önce öğrenmem gereken çok şey var.	19	57.6	0	0	0	0	0	0	14	42.4

*yüzdeler n sayısı üzerinden hesaplanmıştır.

SZFE sonrasında müdahale grubunda yer alan ebeyenlerin Sistem Kullanılabilirlik Skalasında yer alan "*Bu web sayfasını sıklıkla kullanacağımı düşünüyorum"* maddesine %51.5'i *"Kesinlikle katılıyorum"* cevabı verirken, %24.2'si "Kararsızım" demiştir. Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin Sistem Kullanılabilirlik skalasında yer alan "*Web sayfasını çok karışık buldum*", "*Web sayfasının tutarsız olduğunu düşünüyorum*" ,"*Web sayfasını çok kullanışsız buldum*" maddelerine %97.0'ının "Kesinlikle katılmıyorum" cevabı verdiği belirlenmiştir. Ebeveynlerin tamamı (%100) web sayfasının kullanımı kolay olduğunu bildirmiştir. Ebeveynlerin %42.4'ü "*Web sayfasını kullanmadan önce öğrenmem gereken çok şey var."* maddesine "*Kesinlikle katılıyorum*" cevabı vermiştir. Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin yalnızca %3.0'ü web sitesini kullanışsız bulduğunu belirtmiştir (Tablo 4.12). Tabloda yer almamakla birlikte Sistem Kullanılabilirlik Sklasından ebeveynlerin aldığı ortalama puan 82.87±8.79 (minimum:52.50; maksimum:90.00) olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4.11. SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin Sistem Kullanılabilirlik Skalasına verdiği yanıtların dağılımına ait bulgular.

Sistem Kullanılabilirlik Skalası Maddeleri	Kesinlikle katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Kesinlikle katılıyorum	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Bu web sayfasını sıklıkla kullanacağımı düşünüyorum.	0	0	1	3.0	8	24.2	7	21.2	17	51.5
2. Web sayfasını çok karışık buldum.	32	97.0	0	0	0	0	0	0	1	3.0
3. Web sayfasının kullanımını kolay buldum.	2	6.1	0	0	0	0	0	0	31	93.6
4. Web sayfasının kullanımı için teknik desteğe ihtiyaç duyabileceğimi düşünüyorum.	28	84.8	0	0	0	0	0	0	5	15.2
5. Web sayfasının çeşitli özelliklerini birbiri ile iyi entegre edilmiş olarak buldum	3	9.1	0	0	0	0	0	0	30	90.9
6. Web sayfasının tutarsız olduğunu düşünüyorum.	32	97.0	0	0	0	0	0	0	1	3.0
7. Web sayfasının kullanımını çoğu kişinin hızlı bir şekilde öğreneceğini düşünüyorum.	0	0	0	0	0	0	0	0	33	100.0
8. Web sayfasını çok kullanışsız buldum.	32	97.0	0	0	0	0	0	0	1	3.0
9. Web sayfasını kullanırken kendimi rahat hissediyorum.	4	12.1	0	0	0	0	0	0	29	87.9
10. Web sayfasını kullanmadan önce öğrenmem gereken çok şey var.	22	66.7	0	0	0	0	0	0	11	33.3

*yüzdeler n sayısı üzerinden hesaplanmıştır.

4.5.2. Müdahale Grubunda Yer Alan Adölesan ve Ebeveynlerin Eğitim Videoları Değerlendirmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerin web sitesinde yer alan videoların ortalama izlenme sürelerine ve videoların değerlendirilmesine yönelik bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4.12. SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE'inde kullanılan video süresi, video ortalama izleneme süresine ait bulgular.

Sıra No	Video Başlığı	Video Süresi (dk)	Ortalama İzlenme Süresi (dk)	Hedef Kitle
1.	Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri	3.38	6.36	Adölesan
2.	Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları	5.44	6.66	Adölesan
3.	Dijital Vatandaşlık	3.06	6.72	Adölesan
4.	Empati	5.33	5.15	Adölesan
5.	Güvenli İnternet Kullanımı	5.14	5.45	Adölesan
6.	Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri	5.18	5.75	Ebeveyn
7.	Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları	9.33	9.09	Ebeveyn
8.	Dijital Ebeveynlik	7.56	10.05	Ebeveyn
9.	Empati	5.58	5.27	Ebeveyn
10.	Güvenli İnternet Kullanımı	7.01	7.09	Ebeveyn

Müdahale grubunda bulunan adölesanların kendileri için hazırlanan Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri (6 dakika 36 saniye), Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları (6 dakika 66 saniye), Dijital Vatandaşlık (6 dakika 72 saniye), Empati (5 dakika 15 saniye),Güvenli İnternet Kullanımı (5 dakika 45 saniye) başlıklı videoları en az bir kere izledikleri belirlenmiştir. Müdahale grubunda bulunan ebeveynlerin Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri (5 dakika 75 saniye), Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları (9 dakika 9 saniye), Dijital Ebeveynlik (10 dakika 5 saniye). Empati (5 dakika 27 saniye), Güvenli İnternet Kullanımı (7 dakika 9 saniye) başlıklı videoları en az bir kere izledikleri saptanmıştır (Tablo 4.12).

Tablo 4.13. SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan adölesanların ve ebeveynlerin Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formuna verdikleri yanıtların dağılımına ait bulgular.

Eğitimde Kullanılan Videoların Özellikleri	Adölesan Yanıtları				Ebeveyn Yanıtları			
	Evet		Hayır		Evet		Hayır	
	n	%	n	%	n	%	n	%
1.Videoların içeriği eğitim konusunun amacına uygun olarak hazırlanmıştır.	33	100	0	0	33	100	0	0
2.Videoların içeriği eğitim konusunun kolay anlaşılmasını sağlamaktadır.	33	100	0	0	33	100	0	0
3.Videoların görüntü kalitesi yeterlidir	32	97.0	1	3.0	32	97.0	1	3.0
4.Videoların başlangıcında hangi eğitim konusu anlatılacağı kısaca açıklanmıştır.	29	87.9	4	12.1	29	87.9	4	12.1
5.Videoların ses kalitesi yeterlidir.	33	100	0	0	33	100	0	0
6.Videoların süresi konunun anlaşılmasını sağlayacak yeterliliktedir.	30	90.9	3	9.1	32	97.0	1	3.0
7.Videoları tanıtıcı metinleri videonun içeriği ile uygun hazırlanmıştır.	33	100	0	0	33	100	0	0
8.Videolarda kullanılan arka plan görsel olarak uygundur	32	97.0	1	3.0	32	93.9	1	6.1
9.Videolarda kullanılan yazı stili izleyiciler için uygundur.	29	87.9	4	12.1	30	90.9	3	9.1
10.Videolarda kullanılan yazılar okunabilmektedir.	32	97.0	1	3.0	32	97.0	1	3.0
11.Videolarda kullanılan yazılar ile eğitim içeriği tutarlıdır.	31	97.0	1	3.0	32	93.9	1	6.1
12.Videolarda kullanılan yazı renkleri izleyiciler için dikkat çekicidir.	33	100	0	0	33	100	0	0
13.Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) eğitim konusunun amacına uygundur	32	97.0	1	3.0	29	87.9	4	12.1
14.Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) dikkat çekicidir	33	100	0	0	33	100	0	0
15.Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) eğitim konusunun anlaşılmasında katkıda bulunmuştur.	27	81.8	6	18.2	26	78.8	7	21.2
16.Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) anlatıcının önüne geçmeyecek şekilde yerleştirilmiştir.	32	97.0	1	3.0	32	97.0	1	3.0
17.Videolarda eğitimcinin ses tonu eğitim konusunun anlaşılması için uygundur	33	100	0	0	33	100	0	0
18.Videolarda eğitimcinin diksiyonu eğitim konusunun anlaşılması için uygundur	33	100	0	0	33	100	0	0
19.Videolarda eğitimcinin jest ve mimikleri eğitim konusunun anlaşılması için uygundur.	33	100	0	0	33	100	0	0
20.Videolarda eğitimcinin kıyafetlerinde kullandığı renkler görsel olarak uygundur.	33	100	0	0	33	100	0	0

SZFE sonrası adölesan ve ebeveynler için ayrı ayrı hazırlanan videoların değerlendirilmesinde Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formu kullanılmıştır. Adölesanların ve ebeveynlerin bu formda yer alan *"Videoların içeriği eğitim konusunun amacına uygun olarak hazırlanmıştır", "Videoların içeriği eğitim konusunun kolay anlaşılmasını sağlamaktadır", "Videoların ses kalitesi yeterlidir", "Videolarda kullanılan yazı renkleri izleyiciler için dikkat çekicidir", "Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) dikkat çekicidir", "Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) eğitim konusunun anlaşılmasında katkıda bulunmuştur", "Videolarda eğitimcinin ses tonu eğitim konusunun anlaşılması için uygundur", "Videolarda eğitimcinin diksiyonu eğitim konusunun anlaşılması için uygundur", "Videolarda eğitimcinin jest ve mimikleri eğitim konusunun anlaşılması için uygundur" , "Videolarda eğitimcinin kıyafetlerinde kullandığı renkler görsel olarak uygundur"* maddelerine %100.0 *"Evet"* demiştir.

Formda yer alan "*Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) eğitim konusunun anlaşılmasında katkıda bulunmuştur."* maddesine adölesanların %81.8'i, ebeveynlerin ise %78.8 'i "Evet", cevabını verirken adölesanların %18.2'si, ebeveynlerin ise %21.2'si "Hayır" cevabı vermiştir. Adölesanların %87.9'u, ebeveynlerin %90.0'u "Videolarda kullanılan yazı stili izleyiciler için uygundur" olarak belirtmiştir (Tablo 4.13).

5. TARTIŞMA

İnternet ve teknolojik cihazların çok sık kullanıldığı adölesan yaş grubunda siber zorbalık davranışıyla da sıklıkla karşılaşılmaktadır. Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde ilk adım adölesanlarda farkındalık oluşturmaktır. Bununla birlikte adölesanlarda farkındalık oluşturmak yeterli görülmemekte, adölesanın yakın çevresini oluşturan ebeveynlerin de farkındalığının artırılmasının oldukça önemli olduğu belirtilmektedir. Ancak çocuk ve aileyi bir bütün olarak ele alan, çocuk ve ebeveynine eş zamanlı müdahale uygulayan çalışmaların yetersiz olduğu anlaşılmaktadır. Siber zorba adölesanlarda ve bu adölesanların ebeveynlerinde siber zorbalık farkındalığı geliştirilmesini sağlayan bu eğitimin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu bölümde sırasıyla;

- Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların Adölesan SZFE Değerlendirme Formunda yer alan Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz yeterliliği, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı bölümünden aldıkları puanlar ile genel toplam puana ve YSZE-II'den alınan puanlara yönelik araştırma bulguları ve araştırma hipotezleri,
- Ebeveynlerin Ebeveyn SZFE Değerlendirme Formunda yer alan Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz yeterliliği, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı bölümünden aldıkları puanlar ile genel toplam puana yönelik araştırma bulguları ve araştırma hipotezleri,
- Müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerin web sitesi değerlendirme ve eğitim videoları değerlendirmesine yönelik bulgular

tartışılmıştır.

5.1. Adölesanlara Ait Bulgularının Tartışılması

Siber zorbalık oranlarının adölesanlar arasında son beş yıldır hızla artış gösterdiği bildirilmiş ve bu oranları azaltmak için adölesanların siber zorbalık riskleri

ve koruyucu faktörleri hakkında farkındalığının artırılması önerilmiştir (255). Adölesanların siber zorbalık farkındalıklarının yetersiz olması (121) siber zorbalığa karşı yanlış algı geliştirmesi yani internet ortamında sergiledikleri davranışın siber zorbalık olup olmadığını bilmemesi veya şaka, eğlenme, havalı görünmek gibi amaçlarla siber zorbalık yaparak sonuçlarının neler olabileceğinin farkında olmaması siber zorbaca davranışı sürdürmesine neden olabilmektedir (18). Siber zorbalık farkındalık çalışmaları adölesanların siber zorbaca davranışlardan uzak durması, siber mağduriyet yaşamaması ve siber zorbalıkla karşılaştığında nasıl müdahale etmesi gerektiğini bilmesine katkı sağlamaktadır (34).

Araştırmamızda SZFE sonrasında müdahale ve kontrol grubu arasında adölesanların Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları bölümünden aldıkları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0.05$). Müdahale grubunun aldığı ortalama puan, eğitim sonrası anlamlı bir şekilde artış göstermiştir ($p<0.05$) (Bkz.Tablo 4.7). SZFE kapsamında Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları ile ilgili hazırlanan eğitim videolarının müdahale grubunda etkili olduğu söylenebilir. Benzer şekilde Nedim Bal ve Kahraman (2015) tarafından geliştirilen Siber Zorbalığa Karşı Duyarlılık Geliştirme Programı kapsamında adölesanlara siber zorbalığa neden olan durumlar, siber zorbalıkla karşılaşıldığında alınacak önlemler hakkında eğitim verilmiş ve müdahale grubunda yer alan adölesanların kontrol grubunda yer alan adölesanlara göre siber zorbalığa karşı duyarlılığının arttığı belirlenmiştir. Lee ve arkadaşlarının (2013) siber zorbalık ile ilgili doğru bilgilerin kazanılması, siber zorbalık davranışını azaltmak amacıyla hazırladıkları eğitimin siber zorbalığa karşı farkındalık geliştirmesinde etkili olduğu belirlenmiştir (128). Adölesanların siber zorbalık davranışının neleri kapsadığını fark etmesinin sağlanması ile siber zorbalığa neden olabilen şaka, eğlenme, anonim olduğunu düşünme gibi yanlış algılarının önüne geçilebileceği düşünülmektedir.

Dijital vatandaşlık internet ortamında gerçekleştirilen tüm faaliyetlerde kendine karşı sorumlu ve saygılı olma, diğer insanlara karşı sorumlu ve saygılı olma ve mülkiyet haklarını ihlal etmeme ilkelerini içermektedir (152).

Siber zorbalık oranlarının yıllar içinde artış göstermesi (255), çocuklar ve gençlerin dijital vatandaşlık sorumluluklarının farkında olmadığını göstermektedir

(256). Dijital vatandaşlık ilkelerine uygun olarak davranılmadığında siber zorbalık ve siber mağduriyet kaçınılmaz olmaktadır. Dijital okuryazarlık, dijital etik gibi boyutları kapsayan dijital vatandaşlık yeterliliğini artırmak siber zorbalık ve siber mağduriyeti önlemede oldukça önemli olup, eğitim programlarına dâhil edilmesi önerilmektedir (124). Dijital okuryazarlık becerileri yüksek olan bireylerin siber zorbalığa karşı duyarlılıklarının da yüksek olduğu belirlenmiştir (161). Dijital okuryazarlık eğitimi sonrası lise öğrencilerinin siber zorbalık niyetlerinin azaldığı belirlenmiştir (257). Dijital vatandaşlık ilkelerini benimseyerek dijital etik kurallar gereği çevrimiçi davranışlarını düzenleyen bireylerin siber zorbalık ve siber mağduriyet düzeyleri düşmektedir (151,167). Bu araştırmada müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesinde %51.5'i dijital vatandaşlık kavramını, %66.7'si dijital okuryazarlık kavramını, % 57.6'sı dijital etik kavramını bildiğini belirtmiştir. SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE sonrasında ise müdahale grubunda bulunan adölesanların yaklaşık %90'ı bu kavramları bildiğini söylemiştir (Bkz.Tablo 4.6). SZFE öncesinde müdahale ve kontrol grubunun Dijital Vatandaşlık Öz Yeterlilik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşmamıştır. Buna karşın eğitim sonrası müdahale grubu ortalama puanlarının anlamlı olarak arttığı, müdahale ve kontrol gruplarının aldığı ortalama puanlar arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$) (Bkz.Tablo 4.6.). Müdahale grubunda yer alan adölesanlara verilen SZFE'nin etkili olduğu görülmüştür. Dijital vatandaşlık farkındalığının artması amacıyla geliştirilen eğitim videosunun etkili olduğu düşünülmüştür. Nasıl ki, gerçek dünyada toplumun güvende yaşaması için oluşturulmuş kurallar var ise, artık günlük yaşamımızı etkisi altına alan dijital dünyada güvende olabilmek için belli kurallar vardır. Yapılan çalışmalardan (151, 167, 257) anlaşıldığı gibi adölesanların dijital dünyanın bir vatandaşı olarak hareket etmesi siber zorbalıktan kaçınma ve korunmasında oldukça etkili olduğu söylenebilir.

Bu sonuçlar doğrultusunda; **$H_{1.1.}$** "**Sağlığı Geliştirme Modeli' ne Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık eğitimi alan adölesanların dijital vatandaşlık öz yeterlilik farkındalıkları eğitim öncesine göre artar**." alt hipotezi kabul edilmiştir.

Empati sağlıklı kişilerarası iletişimin en önemli unsurlarından biri olarak görülmektedir. Günümüzde yüz yüze iletişimin aksine kısa mesaj, sosyal medya

mesajları ile daha çok yazılı olarak sürdürülen bu iletişim şeklinde yüz ifadeleri, ses tonu gibi duygu geçişleri olmaması empatik yaklaşımı engellemektedir (185,122). Siber zorbaların, siber mağdur üzerindeki olumsuz etkilerini görmemeleri, mağdur ettiği kişi ile empati kurmasını zorlaştırmaktadır (190). Ayrıca duygusal empati düzeyi düşük olan adölesanların siber zorbalık davranışları yüksek bulunmuştur (66). Hem dijital dünyada yüz yüze iletişimin kısıtlı olması hem de adölesanın empati düzeyinin düşük olması, yaptığı siber zorbalık davranışının karşı taraftaki kişide bıraktığı olumsuz etkilerinin farkında olmamasına neden olmaktadır. Siber zorbalık önleme ve müdahale çalışmalarında siber zorbalık sonucu siber mağdurun neler hissedebileceğinin anlaşılması için empati eğitimi üzerine odaklanılmıştır (66, 258).

Araştırmada kontrol grubunun SZFE eğitim öncesi Empati bölümünden aldığı ortalama puanın müdahale grubuna göre yüksek olduğu saptanmıştır (Bkz.Tablo 4.6). Yine eğitim öncesi her iki grubun da empati bölümünden aldığı puanlar incelendiğinde empati farkındalıklarının yüksek olduğu düşünülmüştür. Eğitim sonrası kontrol grubunun SZFE Adölesan Değerlendirme Formu Empati bölümü ortalama puanında anlamlı bir değişim olmazken, müdahale grubunun puanında anlamlı bir artış olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$) (Tablo 4.6). Eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun empati bölümünden aldığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$). Bu sonucun nedeni kontrol grubunun empati farkındalığının eğitim öncesi müdahale grubuna göre yüksek olması, Schultze-Krumbholz ve arkadaşlarının (2016) çalışmasında belirttiği gibi empati beceri eğitiminde kısa süreli müdahalelerin etkisinin uzun süreli müdahalelere göre etkili olmamasından kaynaklanıyor olabilir (66). Akyüz ve Koç'un (2020) çalışmasında benzer şekilde lise öğrencilerine uygulanan Empati Yönelimli Psiko-Eğitim Programı sonucunda, öğrencilerin siber zorbalık ve siber mağduriyet sıklıkları arasında anlamlı bir fark oluşturmadığı belirleniş ve bu nedenle empati becerisi geliştirme eğitim programlarının oturum sayısının ve süresinin artırılması önerilmiştir (72). Siber zorbalığın önlenmesinde empati eğitiminin verildiği bir başka eğitim programında, program süresinin bir ders dönemi boyunca (her hafta bir saatlik 19 oturum) yürütülmesi ile adölesanların siber zorbalık ve siber mağduriyet düzeylerinin azalması, empati becerilerinin artması sağlanmıştır (258).

Empati eğitiminin etkililiğinin artması için uzun süreli bir program olması gerektiği düşünülse de, yaklaşık beş dakikalık empati videosu sonrası müdahale grubunda anlamlı bir puan artışının olması, adölesanlar için zaman zaman dikkatlerini çekebilecek şekilde kısa süreli hatırlatıcı videoların etkili olabileceğini düşündürmüştür.

Bu sonuçlar doğrultusunda; **$H_{1.2.}$** "**Sağlığı Geliştirme Modeli' ne Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan adölesanların empati farkındalıkları eğitim öncesine göre artar**." alt hipotezi kabul edilmiştir.

Kişisel bilgilerin internet ortamında açıkça paylaşılması, günlük internet kullanım süresinin aşırıya kaçması, internette, sosyal medya hesaplarında tanışılan kişiler ile arkadaşlık kurma, şifrelerin paylaşılması gibi güvenli olmayan internet kullanımı siber mağduriyete neden olmakta, psikolojik ve fiziksel sağlığı olumsuz etkilemektedir (106, 107, 108, 111, 114, 259). SZFE öncesinde müdahale grubunda bulunan adölesanların %36.3'ü, kontrol grubunda yer alan adölesanların %29.0'u internette/sosyal medyada tanışılan kişiler ile arkadaşlık kurulmaması gerektiğini belirtmiştir (Bkz. Tablo 4.5). O'dea ve Campbell (2012) sosyal medya kullanan adölesanların %51.5'nin tanımadığı kişilerle arkadaş olduğunu ve bu durumun adölesanların kandırılmak, uygunsuz kırıcı mesaja maruz kalmak gibi siber zorbalıkla karşılaşmalarına neden olabileceğini bildirmiştir (99). Yine eğitim öncesinde müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların yaklaşık yarısı internetin/sosyal medyanın aşırıya kaçan kullanımının olumsuz fiziksel ve psikolojik sonuçları olabileceğinin farkında olmadığı anlaşılmaktadır (Bkz. Tablo 4.5). Ancak internette/sosyal medyada geçirilen sürenin artması siber zorbalık davranışını artırmaktadır (91). Eğitim öncesinde müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların Güvenli İnternet Kullanımı ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$) (Bkz. Tablo 4.6). İnternette/sosyal medyada tanımadığı kişiler ile arkadaş olanların siber zorbalık ve siber mağduriyet deneyimlerinin arttığı (122), internette/ sosyal medyada geçirilen sürenin artmasının siber zorba olma ihtimalini artırdığı (91), sonucu göz önüne alındığında bu araştırmada elde edilen bu bulgu hem müdahale hem kontrol grubunda yer alan adölesanların riskli internet davranışları olduğunu göstermektedir. Bunun nedeni sosyal medyada arkadaş

sayısının fazla olmasının daha önemli olduğu algısının internetin risklerine göre daha ağır basması olarak açıklanmaktadır (259). Bu nedenle adölesanların siber zorbalığa neden olabilecek yanlış algıların düzeltilmesi son derece önemlidir.

Araştırmada gruplar arasında puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olmasa da, SZFE eğitim sonrasında müdahale grubunda yer alan adölesanların Güvenli İnternet Kullanımı konusundan aldıkları puan anlamlı bir artış göstermiştir ($p<0.05$) (Bkz. Tablo 4.6). Güvenli internet kullanımı videosunun etkili olduğu, Buils ve arkadaşlarının (2020) (67) çalışmasına benzer şekilde adölesanların internetin riskli kullanımı sonuçlarının siber zorbalığı ve siber mağduriyeti nasıl etkilediği konusunda farkındalık kazandığı söylenebilir. İnterneti/sosyal medyayı güvenli kullanmanın, Roberto ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında olduğu gibi bu araştırmada da adölesanların şifre paylaşmaktan, sosyal medyada tanışılan kişilerle arkadaş olmaktan kaçınmasında etkili olduğu belirlenmiştir (260).

Bu sonuçlar doğrultusunda; **$H_{1.3}$** "**Sağlığı Geliştirme Modeli'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimi alan adölesanların güvenli internet kullanımı farkındalıkları eğitim öncesine göre artar**." alt hipotezi kabul edilmiştir.

SZFE öncesi müdahale ile kontrol grubunda yer alan adölesanların Siber zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı konularından aldıkları toplam puan arasında anlamlı bir fark olmadığı, benzer puan ortalamalarına sahip oldukları belirlenmiştir ($p<0.05$) (Bkz. Tablo 4.7). Eğitim sonrasında ise hem müdahale ve hem kontrol grubu puanlarında eğitim öncesine göre anlamlı bir artış olduğu görülmüştür ($p<0.05$) (Bkz. Tablo 4.7). Herhangi bir müdahale uygulanmamasına rağmen kontrol grubunda eğitim öncesi eğitim sonrası alınan puanlar arasında anlamlı farkın olmasının nedeni, araştırmanın yürütülmesi ile ilgili (araştırmanın nedeni, katılımcıların sorumlulukları, uygulama aşaması gibi) eğitim öncesi verilen bilginin konu hakkında ilgi uyandırması ve ön bilgi olarak kullanılması olabilir.

Müdahale grubunun eğitim öncesi ve eğitim sonrası aldığı puan ortalamalarının etki büyüklüğü değerinin, kontrol grubuna göre daha güçlü olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.7). Bununla birlikte eğitim sonrası müdahale ile kontrol grubunun Siber

zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık Öz yeterliliği, Empati, Güvenli İnternet Kullanımı konularından aldığı toplam puan arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0.05$) (Bkz. Tablo 4.7). Müdahale grubunun eğitim sonrası aldığı toplam puanın eğitim öncesine göre yaklaşık 12 puan artması, SZFE'nin etkili olduğunu düşündürmektedir. Siber zorbalık farkındalığı geliştirme eğitiminin etkisini arttırmak için siber zorbalık konusu ile ilgi bilgilendirmenin yanı sıra siber zorbalığın önlenmesine katkı sağlayan dijital vatandaşlık, empati ve güvenli internet kullanımına yönelik eğitimlere de bu çalışmada yer verilmiştir. Puan artışı, bağlantılı konuları ele almanın eğitimin etkinliğini arttırdığını göstermektedir.

YSZE-II puanları incelendiğinde müdahale grubunun siber zorbalık bölümünden aldığı puan ortalamasının eğitim öncesinde kontrol grubuna göre daha yüksek olmasına rağmen gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.7). SZFE sonrası müdahale grubunun siber zorbalık puanında anlamlı bir düşüş olduğu, kontrol grubunda ise anlamlı bir değişim olmadığı saptanmıştır (Bkz. Tablo 4.7). SZFE sonrası müdahale grubunun eğitim öncesine göre siber zorbalık puan ortalamasının anlamlı bir şekilde azalması uygulanan eğitimin farkındalık geliştirmeye katkı sağladığının bir başka göstergesi sayılabilir. Ancak YSZE-II siber zorbalık bölümünden "siber zorba" sayılmamak için alınacak puanın 10 olduğu düşüldüğünde hem müdahale hem de kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim sonrası en az bir kere siber zorbalık yaptığı anlaşılmaktadır. YSZE-II siber mağduriyet puanları incelendiğinde ise hem müdahale hem kontrol grubunda anlamlı bir değişim olmadığı, en az bir kere siber mağdur olduğu belirlenmiştir. Athanasiades ve arkadaşlarının (2015) yılında geliştirdiği siber zorbalığı önleme programı sonucunda müdahale ve kontrol grubunun eğitim öncesi-eğitim sonrası siber zorbalık puanları arasında bir değişim olmadığı saptanmıştır (49). Ortega-Barón ve arkadaşlarının (2021) *Safety.net* isimli siber zorbalık önleme programında müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların eğitim sonrası siber mağduriyet düzeylerinde bir azalma olmadığı, üstelik siber mağduriyet puan ortalamalarının yükseldiği belirlenmiştir (261). Bunun nedeni olarak bu araştırmada olduğu gibi çalışmalarının Covid-19 pandemisine rastlaması, bu süreçte kısıtlamalar nedeniyle adölesanların evde kaldığı dönemde internet kullanım süresinde artış olması ve siber zorbalıkla daha sık karşılaşmaları, siber mağduriyetin siber zorbalığı tetiklemesi gösterilmiştir (261).

Hipotezin kabul edilmesini destekleyen bir başka sonuç ise müdahale grubunda yer alan adölesanların siber zorbalık puanlarının eğitim sonrasında anlamlı olarak düşmesi ($p<0.05$) ve eğitim öncesi eğitim sonrası puan farkının etki büyüklüğünün yüksek olmasıdır (Bkz. Tablo 4.5). Adölesanların her istediğinde ulaşabileceği, tekrar tekrar izleyebileceği şekilde tasarlanmış, web sitesi aracılığıyla eğitim materyali olarak kullanılan videoların siber zorbalık davranışından kaçınma, korunma hakkında farkındalık gelişmesine katkı sağladığı düşünülmektedir. Müdahale grubunun eğitim öncesi ve eğitim sonrası aldığı puan ortalamaları arasındaki farkın etki büyüklüğü değeri dikkate alındığında, SZFE'nin siber zorbalık farkındalık eğitimlerinde kullanılabileceği söylenebilir. Literatürde siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde adölesanlarda farkındalık kazandırmak amacıyla geliştirilen eğitim programları yer almaktadır. Bu çalışmaların siber zorbalık, siber mağduriyet düzeylerinin azalmasında etkilerinin olduğu belirlenmiştir. Ancak bu çalışmalarda kullanılan yöntem, katılımcıların yaşı, eğitim materyalleri ve içerikleri benzer olmaması nedeniyle tam bir karşılaştırılma yapılamamaktadır (67,128,129, 262, 263). Aynı zamanda Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli temelinde tasarlanmış bir farkındalık programına rastlanmamıştır. Bu durum araştırmamızın bulgularının karşılaştırılmasını zorlaştırmıştır.

Bu sonuçlar doğrultusunda; **H_1** "**Sağlığı Geliştirme Modeli'ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi alan adölesanların siber zorbalık farkındalığı artar.**" ana hipotezi kabul edilmiştir.

5.2. Ebeveynlere Ait Bulgularının Tartışılması

Son yıllarda adölesanlar arasında sık yaşanmasına rağmen ebeveynlerin çocuklarının siber zorbalık davranışı, siber zorbalığın olumsuz etkileri ve siber zorbalıktan çocuklarını koruma konusunda farkındalıklarının yetersiz olduğu bilinmektedir (264). Bu araştırmanın bulgularında müdahale grubunda yer alan ebeveynler ile kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin neredeyse tamamı çocuklarının daha önce siber zorba ve siber mağdur olmadığını belirtmiştir. (Bkz. Tablo 4.4.). Ancak hem müdahale hem de kontrol grubunda yer alan adölesanların en az bir kere siber zorbalık davranışında bulunduğu, en az bir kere siber mağdur olduğu belirlenmiştir. (Bkz. Tablo 4.7). Araştırmamız bulgularına benzer şekilde Tal ve

Prebor'un (2020) çalışmasında ebeveynlerin %75.9'u çocuklarının siber zorbalık yapmadığını, %61.7'si siber mağdur olmadığını düşünmekte (264). Uludaşdemir ve Küçük'ün (2019) çalışmasında ise ebeveynlerin neredeyse tamamı çocuklarının siber zorba ve siber mağdur olduğunu bilmemektedir. Buna karşın adölesanların yarısından fazlasının siber zorbalık yaptığı ve ya siber mağdur olduğu belirlenmiştir (14). Eğitim öncesi araştırma bulguları incelendiğinde literatürle benzer şekilde ebeveynlerin kendi çocuklarının siber zorbalık yapmayacağı algısının olduğu görülmüştür. Ebeveynlerin bu yanlış algısı, siber zorbalığın önlenmesinde önemli bir engeldir. Tüm bu gerekçelerle ebeveynlerin çocukları ile paralel olarak bu eğitimleri almasının siber zorbalık konulu eğitimlerin etkinliğini arttırabileceği görülmektedir.

Araştırmada SZFE'i öncesinde Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları konusunda müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin %63.6'sı siber zorbalık tanımını, % 60.6'sı siber mağduriyet tanımını bildiğini belirtmiştir. Ancak ebeveynlerin yalnızca %30.3'ü siber zorbalık ile ilgili bilgilerinin yeterli olduğunu düşünmekte, %39,4'ü çocuğunun siber zorbalık davranışı yapıp yapmadığını anlayabileceğini bildirmiştir (Bkz. Tablo 4.8). Martin-Criado ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında benzer şekilde ebeveynlerin %65.9'u siber zorbalık ve siber mağduriyetin tanımını bilmesine karşın, %17.4'ü siber zorbalıktan kaçınma ve korunma konusunda bilgilerinin yeterli olduğunu düşünmekte, %17.3'ü çocuğunda siber zorbalık davranışı belirtilerini fark edebileceğini belirtmiştir (207). Görüldüğü gibi eğitim öncesinde müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin çocuklarının siber zorbalık davranışı hakkında bilgi sahibi olmamasının yanında, bu durumla karşılaştığında nasıl hareket edeceklerini bilmemektedir.

Ebeveynlerin siber zorbalık farkındalığını geliştirmek amacıyla yürütülen bu araştırmada SZFE Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları konusunda eğitimi öncesinde müdahale ve kontrol grubu puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (Bkz. Tablo 4.9). Kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin müdahale grubuna göre farkındalıklarının yüksek olduğu düşünülmüştür. Eğitim sonrasında müdahale grubunda bulunan ebeveynlerin SZFE Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri ile Siber zorbalık Nedenleri ve Sonuçları bölümünden aldıkları puanlarda eğitim öncesine göre (+12.26±6.92 puan) anlamlı artış olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$) (Bkz. Tablo 4.9). Eğitim sonrası kontrol grubunda yer

alan ebeveynlerin eğitim öncesine göre puanların da anlamlı artış olduğu (+2.74±2.23 puan) belirlenmiştir ($p<0.05$) (Bkz. Tablo 4.9). Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin puan artışı, kontrol grubuna göre daha fazla olsa da eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları bölümünden alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$). Kontrol grubunun eğitim öncesi puanının yüksek olmasının bu duruma neden olduğu söylenebilir.

Dijital dünyanın olası risklerine en açık olan grup olan çocukları korumak, ebeveyn sorumluluğundadır (265). Ebeveynlerin bu sorumluluğu yerine getirebilmesi için öncelikle kendisini dijital dünyanın riskleri ve avantajları konusunda yetiştirmesi gereklidir (266). Bu nedenle günümüzde dijital ebeveynlik kavramı tartışılmaktadır. Dijital ebeveynler, çocuklarına gerçek yaşamda rehberlik ettiği gibi dijital dünyada da rehberlik etmelidir. Dijital okuryazarlık, dijital etik, dijital dünyada kontrol, dijital dünyanın risklerinin farkında olma ve yenilikçilik gibi (29) rolleri olan dijital ebeveynlik becerilerinin geliştirilmesi amacıyla ebeveynlere yönelik farkındalık eğitimleri önerilmektedir (209). Araştırmamızda SZFE öncesinde müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin Dijital Ebeveynlik Öz Yeterlilik bölümünden alınan puanlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Eğitim sonrası ise müdahale ve kontrol grubu puanları arasında anlamlı bir fark olduğu, müdahale grubu puan ortalamasının kontrol grubuna anlamlı bir şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$) (Bkz. Tablo 4.9). Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliğinin artırılması amacıyla hazırlanan eğitim videosunun etkili olduğu görülmektedir. Benzer şekilde ebeveynlerin dijital öz yeterliliğini artırmak ve farkındalık kazandırmak amacıyla yapılan farklı bir çalışmada müdahale grubunun kontrol grubuna göre farkındalıklarının arttığı belirlenmiş, dijital ebeveynlik farkındalığı artan ebeveynlerin çocuklarına dijital dünya olumlu rol model olabileceği ve karşılaşabileceği riskler hakkında bilgi verebileceğini belirtilmiştir (267). Dijital ebeveynlik farkındalığı yüksek olan ebeveynlerin siber zorbalık ve siber zorbalığı önleme farkındalığının da yüksek olduğu belirtilmektedir (268).

Bu sonuçlar doğrultusunda; **$H_{2.1.}$** "**Sağlığı Geliştirme Modeli' ne Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimleri**

ebeveynlerin dijital ebeveynlik öz yeterlilik farkındalıkları eğitim öncesine göre artar." alt hipotezi kabul edilmiştir.

Birçok davranış gibi kişiler arası iletişimde empatik yaklaşım becerisi çocukların ebeveynlerini rol model almasıyla gelişir (184,269). Dijital dünyada da aynı durum söz konusudur. Ebeveynlerinin çevrimiçi tutum ve davranışları çocuklarının çevrimiçi davranışlarını etkilemektedir (270). Bu kapsamda ebeveynlerin internet ortamında empatik anlayışa sahip olması oldukça önemlidir. Araştırmada SZFE öncesi müdahale ve kontrol grubu arasında Empati konusundan alınan puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Eğitim sonrası ise müdahale ile kontrol grubunun aldığı puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu, müdahale grubunun aldığı puanların anlamlı bir şekilde arttığı belirlenmiştir ($p<0.05$) (Bkz. Tablo 4.9). Müdahale grubuna uygulanan eğitim videosunda internet ortamında günlük yaşamda olduğu gibi iletişimde empatinin önemi anlatılmıştır. Buna göre hazırlanan eğitim videosunun müdahale grubunun empati farkındalığını artırdığı düşünülmüştür. Ebeveynlerin internette/sosyal medya hesaplarında görgü kurallarına uyması, iletişim kurduğu kişilerin duygu ve düşüncelerini anlaması çocukların internette/sosyal medya hesaplarında iletişimini olumlu olarak etkilemektedir (271). Dolayısıyla müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin Empati farkındalıklarının artması, çocuklarının iletişimini de olumlu yönde etkileyebileceği düşünülebilir.

Bu sonuçlar doğrultusunda; **$H_{2.2.}$** "**Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitimleri ebeveynlerin empati farkındalıkları eğitim öncesine göre artar.**" alt hipotezi kabul edilmiştir.

Güvenli internet kullanımı adölesanları siber zorbalık ve siber mağduriyetten korumaktadır. Ancak internette/sosyal medya hesaplarında günlük geçirilen sürenin üç saatin üzerinde olması, bu ortamlarda tanışılan kişilerle kişisel bilgilerin paylaşılması, şifre bilgilerinin paylaşılması gibi riskli kullanım siber zorbalık ve siber mağduriyete neden olduğu bilinmektedir. Ebeveynlerin çocuklarını bu riskli davranışlara karşı koruma, bilgilendirme sorumlulukları vardır. Ebeveynlerin çocuklarının güvenli internet kullanımını desteklemesi, bilgilendirmesi çocuklarının internetteki güvenliğini olumlu etkilemiştir (271). Bu araştırmada SZFE Güvenli İnternet Kullanımı konusunda eğitim öncesinde müdahale ve kontrol grubunun aldığı puanlar

arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir (p>0.05) (Bkz. Tablo 4.9). Ancak kontrol grubun eğitim öncesi aldığı puan müdahale grubuna göre yüksektir. Buna göre kontrol grubunun eğitim öncesinde müdahale grubuna göre Güvenli İnternet Kullanım farkındalıklarının yüksek olduğu söylenebilir.

Eğitim sonunda müdahale ve kontrol grubunun aldıkları puan ortalamaları arasında fark olmamasına rağmen, müdahale grubunun puanı anlamlı bir şekilde artmıştır. Ebeveynler için hazırlanan, internetin bilinçsiz kullanımı sonucu gelişebilecek siber zorbalıktan çocuklarını koruyabilecekleri ile ilgili bilgiler yer alan Güvenli İnternet Kullanımı başlıklı eğitim videosunun etkili olduğu söylenebilir. Müdahale grubundaki ebeveynlerin farkındalıklarının artması çocuklarını Güvenli İnternet Kullanımı konusunda daha çok bilinçlendirebileceğini düşündürmektedir.

Bu sonuçlar doğrultusunda; **H2.3. "Sağlığı Geliştirme Modeli'ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık eğitimi alan ebeveynlerin güvenli internet kullanımı farkındalıkları eğitim öncesine göre a*rtar.*"** alt hipotezi kabul edilmiştir.

SZFE öncesi müdahale ile kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı konularından aldıkları **toplam puan** arasında anlamlı bir fark olmadığı, ancak kontrol grubunun puan ortalamasının müdahale grubuna göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (p<0,05; Bkz. Tablo 4.9).Eğitim sonrasında ise müdahale grubu puanlarında eğitim öncesine göre anlamlı bir artış gözlemlenmiş, müdahale ve kontrol grubunun aldığı puanlar arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır (p<0,05) (Bkz. Tablo 4.9). Müdahale grubunun eğitim sonrası SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE'den aldığı toplam puan eğitim öncesine göre ortalama 19.62±10.02 artmıştır. Müdahale grubunun eğitim öncesi ile eğitim sonrası aldığı puanın etki büyüklüğünün yüksek olduğu belirlenmiştir. Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin siber zorbalık ile ilgili farkındalıklarının arttığı, SZFE'nin etkili olduğu söylenebilir. Bu araştırma ile ebeveynler siber zorbalık kavramı, neden yapıldığı, karşılaşıldığında nasıl bir yaklaşım sergileyeceği, siber zorbalığa ortam hazırlayan davranışların ve siber zorbalığı önlemek için alınacak tedbirlerin neler olduğu hakkında farkındalık kazandıkları düşünülmektedir. Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin siber zorbalığın yaygın bir davranış olduğunu, kendi

çocuklarının bu durumla karşılaşmayacağı algısının yanlış olduğunun farkına vardığını söyleyebiliriz. Bununla birlikte ebeveynlerin siber zorbalık farkındalığını artırmak ve önlenmesine katkı sağlayan empati, güvenli internet kullanımı ve özellikle son yıllarda tartışılan dijital ebeveynlik konusunda farkındalık kazandıkları söylenebilir. Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği, Empati ve Güvenli İnternet Kullanımı konusunda hazırlanan eğitim videolarının etkili olduğu görülmektedir. Araştırmada eğitim materyalinin web sitesi aracılığıyla sunulması ebeveynlerin istediği zaman eğitim materyaline ulaşmasına olanak sağlamıştır. Böylece ebeveynlerin yoğun iş temposu, ev işleri ve farklı sorumlulukları nedeniyle erteleyebilecekleri farkındalık eğitimlerine istedikleri zaman ulaşabilmişlerdir.

Bu sonuçlar doğrultusunda; **H_2 "Sağlığı Geliştirme Modeli' ne temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi alan ebeveynlerin siber zorbalık farkındalığı artar."** ana hipotezi kabul edilmiştir.

Bu araştırma siber zorba olduğu belirlenen adölesanlar ile ebeveynlerini kapsamaktadır. Araştırma sonuçlarına genel olarak bakıldığında siber zorbalık farkındalığı geliştirmek amacıyla hem ebeveynleri hem çocuklarını tek bir çalışma altında kapsayan ilk araştırma olarak literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesinde araştırmaların teorik çerçevesi Planlı Davranış Teorisi, Ekolojik Sistemler Teorisi, Rutin Aktiviteler Kuramı (272) gibi farklı modellere temellendirilmiştir. Bu kapsamda araştırmamızın güçlü yanlarından bir diğeri çocuk sağlığını olumsuz etkileyen siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesine yönelik bir hemşirelik modeli kullanılarak, hemşireler tarafından geliştirilen ilk farkındalık programıdır.

5.3. Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi ve Eğitim Videoları Değerlendirmesine Yönelik Bulguların Tartışılması

Hemşirelik çalışmalarında sağlık eğitiminde web sitelerinin kullanıldığı ve etkili olduğu bilinmektedir (147). Bu araştırmada Siber zorbalık farkındalık eğitimi bir web sitesi hazırlanarak sunulmuştur.

Araştırmamızda müdahale grubunda yer alan adölesanlar ve ebeveynler web sitesini Sistem Kullanılabilirlik Skalası ile değerlendirmişlerdir. Adölesan ve ebeveynlerin Sistem Kullanılabilirlik Skalasından aldığı ortalama toplam puan 81.96±8.79 (minimum:52.50; maksimum:90.00)'dur. Sistem Kullanılabilirlik Skalasından adölesanların aldığı ortalama puan 81.06±8.83 (minimum:52.50; maksimum:90.00), ebeveynlerin aldığı ortalama puan 82.87±8.79 (minimum:52.50; maksimum:90.00) olduğu belirlenmiştir. Bu skaladan alınabilecek en yüksek puanın 100 olduğu (240) göz önüne alındığında adölesanların ve ebeveynlerin web sitesini kullanılabilir bulduğunu söyleyebiliriz. Web tabanlı uzaktan eğitimlerin zaman ve mekandan bağımsız olması, eğitim içeriğine her istenildiğinde ulaşılabilmesi, teknolojik becerileri geliştirme gibi avantajlarının olduğu belirtilmektedir (273). Aynı zamanda eğitimcinin katılımcılara ulaşmasını da kolaylaştırdığı söylenebilir. Covid-19 pandemisi nedeniyle yüz yüze eğitime ara verilen, sokağa çıkma kısıtlamalarının olduğu bir dönemde yürüttüğümüz bu araştırma web sitesi aracılığıyla kolaylıkla sunulmuştur.

Araştırmacılar tarafından geliştirilen Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formuna verilen yanıtlar (Bkz. Tablo.4.13) incelendiğinde hem adölesanlar hem de ebeveynlerin neredeyse tamamının eğitim videolarından memnun olduğu söylenebilir. Eğitim videolarımızda adölesanlara "dijital genç" , ebeveynlere ise "dijital anne ve dijital baba" olarak seslenmemiz, dikkat çekmek ve hatırlatıcı olmasını sağlamak amacıyla video akışında yazı, resim kullanmamız, çekimlerin profesyonel stüdyo ortamında gerçekleştirilmesi bu sonucu etkilediği düşünülmüştür.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç ve öneriler bölümünde araştırma bulgularından ulaşılan sonuçlara ve bu sonuçlar doğrultusunda geliştirilen önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

Ankara il merkezinde Etimesgut ve Sincan ilçelerinde Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı Anadolu liselerinde SGM'ine Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE'nin siber zorba adölesanlara ve ebeveynlerinde farkındalık oluşturması amacıyla yürütülen bu araştırmanın sonuçları aşağıdaki gibidir.

6.1.1. Adölesanlara Yönelik Sonuçlar

- SZFE öncesi müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların Adölesan Değerlendirme Formu *Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşidi ile Nedenleri ve Sonuçları* bölümünden aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yokken, eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun aldığı puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (Bkz. Tablo 4.6). *Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşidi ile Nedenleri ve Sonuçları* eğitim videosu farkındalık kazandırmada etkili olduğu belirlenmiştir.
- SZFE öncesi müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların *Dijital Vatandaşlık Öz Yeterliliği* bölümünden aldıkları puanlar arasındaki fark anlamsızken, eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunun aldığı puanlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (Bkz. Tablo 4.6).
- SZFE sonrası *Empati* bölümünden alınan puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Ancak Müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ile eğitim sonrası puan ortalaması arasında anlamlı bir fark olduğu, puanların arttığı belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.6).
- SZFE öncesi ve sonrası *Güvenli İnternet Kullanımı* bölümünden müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların aldığı puanlar arasında anlamlı bir fark yoktur. Ancak Müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ile eğitim sonrası aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark olduğu, puanların arttığı belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.6).

- SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE öncesi müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların aldığı toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yokken, eğitim sonrası gruplar arasındaki fark anlamlıdır (Bkz. Tablo 4.6). H_1 ana hipotezi kabul edilmiştir.
- SZFE öncesi müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların YZSE-II siber zorbalık bölümü puan ortalamalarına göre en az bir kere siber zorbalık yaptığı belirlenmiştir (Müdahale grubu: 14.88±4.45; Kontrol grubu: 13.35±2.29) (Bkz. Tablo 4.7). SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan adölesanların YZSE-II siber zorbalık bölümü puan ortalamaları anlamlı bir şekilde düşmüştür. SGM'ne Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE etkili olduğu belirlenmiştir.
- Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların SZFE eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan toplam puanlar arasındaki farkın etki büyüklükleri incelendiğinde; müdahale grubunda yer alan adölesanların eğitim öncesi ve eğitim sonrası puan farkının etki büyüklüğü değeri (1.352), kontrol grubu eğitim öncesi ve eğitim sonrasına göre (0.451) büyük olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.6).

6.1.2. Ebeveynlere Yönelik Sonuçlar

- SZFE öncesi müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşidi ile Nedenleri ve Sonuçları bölümünden aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu, kontrol grubundaki ebeveynlerin aldığı puanların eğitim öncesinde daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.9).
- SZFE sonrası müdahale grubunda yer alan adölesanların *Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşidi ile Nedenleri ve Sonuçları* bölümünden aldıkları puan ortalamaları anlamlı bir şekilde artmasına rağmen, eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubu arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir (Bkz. Tablo 4.9). *Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşidi ile Nedenleri ve Sonuçları* eğitim videosu farkındalık kazandırmada etkili olduğu düşünülmüştür.
- SZFE öncesi müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların *Dijital Ebeveynlik Öz Yeterliliği* bölümünden alınan puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı ancak eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunda yer alan

ebeveynlerin puanları arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. $H_{2.1}$ alt hipotezi kabul edilmiştir.

- SZFE öncesi Empati bölümünden müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldığı puanlar arasında anlamlı bir fark yoktur. Eğitim sonrası ise müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin puanlarında anlamlı bir artış olduğu, müdahale ve kontrol grubunun aldığı puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.9). $H_{2.2}$ alt hipotezi kabul edilmiştir.
- SZFE öncesi müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin aldığı puan kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldıkları puandan daha düşük olmasına rağmen *Güvenli İnternet Kullanımı* bölümünden müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldığı puanlar arasında anlamlı bir fark yoktur. SZFE eğitim sonrası müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldıkları puanlar arasındaki fark anlamsızdır (Bkz. Tablo 4.9). Ancak eğitim sonrası müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin puanlarında anlamlı bir artış olduğu belirlenmiştir. $H_{2.3}$ alt hipotezi kabul edilmiştir.
- SZFE öncesi müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldığı toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark yoktur. Müdahale grubunda yer alan ebeveynlerin puan ortalamasının kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin puan ortalamasından düşük olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.9). SZFE sonrası müdahale ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlerin aldığı toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark vardır. H_2 ana hipotezi kabul edilmiştir. Böylece SZFE etkili olduğu söylenebilir (Bkz. Tablo 4.9).
- Müdahale ve kontrol grubunda yer alan adölesanların SZFE eğitim öncesi ve eğitim sonrası alınan puanlar arasındaki farkın etki büyüklükleri incelendiğinde; müdahale grubundakilerin eğitim öncesi ve eğitim sonrası puan farkının etki büyüklüğü değerinin (1.398), kontrol grubunun eğitim öncesi ve eğitim sonrası puan farkı etki büyüklüğü değerinden (0.386) büyük olduğu belirlenmiştir (Bkz. Tablo 4.9).

6.1.3. Adölesan ve Ebeveynlerin Web Sitesi Değerlendirme ve Eğitim Videoları Değerlendirmesine Yönelik Sonuçlar

- Müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerin web sitesini değerlendirmesi amacıyla kullanılan Sistem Kullanılabilirlik Skalasından aldığı ortalama toplam puan 81.96±8.79 (minimum:52.50; maksimum:90.00)'dur.
- Müdahale grubunda yer alan adölesan ve ebeveynlerin web sitesini değerlendirmesi amacıyla kullanılan Sistem Kullanılabilirlik Skalasından adölesanların aldığı ortalama puan 81.06±8.83 (minimum:52.50; maksimum:90.00), ebeveynlerin aldığı ortalama puan 82.87±8.79 (minimum:52.50; maksimum:90.00)'dir ve adölesanlar ve ebeveynlerin web sitesi kullanım deneyimlerinin olumlu olduğu belirlenmiştir.
- Müdahale grubunda yer alan adölesanların ve ebeveynlerin SZFE için hazırlanan videoları en az bir kere izlediği, eğitim içeriğiyle ilgili soruların nerdeyse tamamına "evet" dediği belirlenmiştir. Adölesanların ve ebeveynlerin eğitim videolarının içeriklerinin yeterli olduğunu düşündükleri söylenebilir.

6.2. Öneriler

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda;

- Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Web Tabanlı Siber Zorbalık Farkındalık eğitiminin siber zorba adölesanlarda ve ebeveynler üzerinde etkili olduğu, siber zorbalık farkındalık eğitimlerinde kullanılması,
- Siber zorbalığın önlenmesi ve müdahalesine yönelik farkındalık eğitimlerinde eğitim programlarının teorik temelinin Sağlığı Geliştirme Model ile birlikte diğer kullanılabilir hemşirelik modelleri ile temellendirilmesi,
- Siber zorba adölesanlarda siber zorbalık davranışlara yönelik farkındalık kazandırmak amacıyla Siber zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Vatandaşlık, internette Empati, Güvenli İnternet kullanımı konularını kapsayan eğitimlerin düzenlenmesi,

- Siber zorba adölesanlarda siber zorbalık davranışlara yönelik farkındalık kazandırmak amacıyla düzenlenecek olan eğitimlere ebeveynlerin dahil edilmesi,
- Çocukları siber zorba olduğu belirlenen ebeveynlere siber zorbalık davranışlarına yönelik farkındalık kazandırmak amacıyla Siber zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Siber Zorbalık Nedenleri ve Sonuçları, Dijital Ebeveynlik, internette Empati, Güvenli İnternet kullanımı konularını kapsayan eğitimlerin düzenlenmesi,
- Siber zorba adölesanlarda ve ebeveynlerinde siber zorbalığa yönelik farkındalık kazandırmak amacıyla görsel ve işitsel olarak zengin bir içerik sağlayan eğitim videolarının kullanılması,
- Adölesanlarda siber zorbalığın önlenmesi amacıyla empati becerisini geliştirmek için uygulanacak olan eğitimlerin süresinin ve sıklığının artırılması,
- Siber zorba adölesanlarda ve ebeveynlerinde siber zorbalığa yönelik farkındalık kazandırmak amacıyla verilecek olan eğitimin özellikle yüz yüze eğitimin çeşitli nedenlerle mümkün olmadığı dönemlerde web tabanlı uzaktan olarak sunulması,
- İlköğretim çağındaki çocuklarda da siber zorbalık davranışının görülmesi nedeniyle Sağlığı Geliştirme Model'ine Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE'nin bu yaş grubundaki çocuklara ve ebeveynlerinde farkındalık oluşturmak amacıyla uygulanması,
- Sağlığı Geliştirme Model'ine Temellendirilmiş Web Tabanlı SZFE'nin uzun dönem etkisini belirlemek amacıyla izleme çalışması yapılması,

önerilebilir.

7. KAYNAKLAR

1. Ang RP. Adolescent cyberbullying: A review of characteristics, prevention and intervention strategies, *Aggression and Violent Behavior*, 2015, *25*: 35-42.

2. Peker A. Negatif duygunun siber zorbalık ve mağduriyete ilişkin yordayıcı rolünün incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi,* 2015, 23 (4):1633-1646.

3. Hinduja S, Patchin JW. Social influences on cyberbullying behaviors among middle and high school students. *J Youth Adolescence,* 2013, 42:711–722.

4. Kowalski RM, Giumetti GW, Schroeder AN, Lattanner MR. Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth, *Psychol Bull,* 2014, 140(4):1073–1137.

5. Patchin J, Hinduja S. Bullies move beyond the schoolyard: a preliminary look at cyberbullying. *Youth Violence and Juvenile Justice,* 2006, 4(2): 148–169.

6. Smith PK, Mahdavi J, Carvalho M, Fisher S, Russell S, Tippe N. Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry,* 2008, 49(4) :376–385

7. Hertz MF, David-Ferdon C. *Electronic Media and Youth Violence: A CDC Issue Brief for Educators and Caregivers*. Atlanta (GA): Centers for Disease Control; 2008:1-3.

8. Selkie EM, Fales JL, Moreno MA. Cyberbullying prevalence among US middle and high school–aged adolescents: A systematic review and quality assessment, *Journal of Adolescent Health*, 2016, 58(2):125-133.

9. Lee C, Shin N. Prevalence of cyberbullying and predictors of cyberbullying perpetration among Korean adolescents, *Computers in Human Behavior*, 2017, 6: 352-358.

10. Baldry AC, Sorrentino A, Farrington DP. Cyberbullying and cybervictimization versus parental supervision, monitoring and control of adolescents' online activities, *Children and Youth Services Review*, 2019, 96:302-307.

11. Bergmann MC, Baier D. Prevalence and correlates of cyberbullying perpetration. Findings from a German representative student survey, *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 2018, 15(2): 274.

12. Taştekin E, Bayhan P. Ergenler arasındaki siber zorbalığın ve mağduriyetin incelenmesi, *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 2018, 5(2): 21-45.

13. Kalender MK, Keser H, Tugun V. Ortaokul ve lise öğrencilerinin siber zorbalık görüşleri, deneyimleri ve müdahale davranışları, *Eğitim ve Bilim*, 2019, 44(198):183-196.

14. Uludasdemir D, Kucuk S. Cyber bullying experiences of adolescents and parental awareness: Turkish example, *Journal of Pediatric Nursing*, 2019, 44, e84-e90.

15. Ayas T, Horzum MB. İlköğretim öğrencilerinin sanal zorba ve mağdur olma durumu, *İlköğretim Online*, 2012, 11(2):369-380.

16. Yaman F, Dönmez O, Akbulut Y, Kabakçı Yurdakul I, Çoklar AN, Güyer T. Exploration of parents' digital parenting efficacy through several demographic variables, *Education and Science*, 2019, 44(199):149-172.

17. Görzig A, Ólafsson K. What Makes a Bully a Cyberbully? Unravelling the Characteristics of Cyberbullies across Twenty-Five European Countries, *Journal of Children and Media*, 2013, 7(1): 9- 27, doi: 10.1080/17482798.2012.739756.

18. Sarı SV. Was it just joke? Cyberbullying perpetrations and their styles of humor, *Computers in Human Behavior*, 2016, 54:555-559, doi: https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.08.053.

19. Del Rey R, Lazuras L, Casas JA. Barkoukis V, Ortega-Ruiz R, Haralambos T. Does empathy predict (cyber) bullying perpetration, and how do age, gender and nationality affect this relationship?, *Learning and Individual Differences*, 2016, 45:275-281 Doi: 10.1016/j.lindif.2015.11.021.

20. Law DM, Shapka JD, Olson BF. To control or not to control? Parenting behaviours and adolescent online aggression, *Computers in Human Behavior*, 2010, 26(6): 1651-1656.

21. Hemphill SA, Heerde JA. Adolescent predictors of young adult cyberbullying perpetration and victimization among Australian youth, *Journal of Adolescent Health*, 2014, 55(4):580-587, doi: 10.1016/j.jadohealth.2014.04.014.

22. Buelga S, Martínez–Ferrer B, Cava MJ. Differences in family climate and family communication among cyberbullies, cybervictims, and cyber bully–victims in adolescents, *Computers in Human Behavior*, 2017, 76: 164-173.

23. Romero-Abrio A, Martínez-Ferrer B, Musitu-Ferrer D, León-Moreno C, Villarreal-González ME, Callejas-Jerónimo JE. Family Communication Problems, Psychosocial Adjustment and Cyberbullying, *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 2019, 16(13): 2417, doi: https://doi.org/10.3390/ijerph16132417.

24. Çimen İD. Ergenlerde siber zorbalık, internet aile tutumu ve aile işlevselliğinin etkisi, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2018, 19(4):397-404. doi: 10.5455/apd.282841.

25. Legate N, Weinstein N, Przybylski AK. Parenting Strategies and Adolescents' Cyberbullying Behaviors: Evidence from a Preregistered Study of Parent–Child Dyads, *Journal of Youth and Adolescence*, 2019, 48(2): 399-409.

26. Roberto AJ, Eden J, Deiss DM, Savage MW, Ramos-Salazar L.The short-term effects of a cyberbullying prevention intervention for parents of middle school students, *International Journal Of Environmental Research and Public Health*, 2017, 14(9), 1038.

27. Elsaesser C, Russell B, Ohannessian CM, Patton D. Parenting in a digital age: A review of parents' role in preventing adolescent cyberbullying, *Aggression and Violent Behavior*, 2017, 35: 62-72.

28. Karakuş T, Çağıltay K, Kaşıkcı D, Kurşun E, Ogan C. Türkiye ve Avrupa'daki çocukların internet alışkanlıkları ve güvenli internet kullanımı, *Eğitim ve Bilim*, 2014, 39(171): 230-243.

29. Yurdakul IK, Dönmez O, Yaman F, Odabaşı, HF. Dijital Ebeveynlik ve Değişen Roller, *Gaziantep University Journal of Social Sc*iences, 2013, 12(4):883-89.

30. Akca EB, Sayımer İ. Siber zorbalık kavramı, türleri ve ilişkili olduğu faktörler: mevcut araştırmalar üzerinden bir değerlendirme, *Online Academic Journal of Information Technology*, 2017, 8(30): 2-19.

31. Ortega-Ruiz R, Del Rey R, Casas JA. Knowing, building, and living together on Internet and social networks: The ConRed cyber bullying prevention program, *International Journal of Conflict and Violence*, 2012, 6(2): 303-313.

32. Jacobs NC, Völlink T, Dehue F, Lechner L. Online Pestkoppenstoppen: systematic and theory-based development of a web-based tailored intervention for adolescent cyberbully victims to combat and prevent cyberbullying, *BMC Public Health*, 2014, 14(1): 396.

33. Gaffney H, Farrington DP, Espelage DL, Ttofi MM. Are cyberbullying intervention and prevention programs effective? A systematic and meta-analytical review, *Aggression and Violent Behavior*, 2019, 45:134-153.

34. Topcu-Uzer Ç, Tanrıkulu İ. Siber zorbalığı önleme ve müdahale programları: ulusal bir alanyazın taraması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2017, 30(1): 1-17.

35. Yiğit MF, Seferoğlu SS. A Review Of Cyberbullying Related Factors And Possible Solutions Suggested, *Online Journal Of Technology Addiction and Cyberbullying*, 2017, 4(2):13-49.

36. Alligood, M.R. *Nursing Theorists and Their Work*. USA: Elsevier, 2018:323.

37. Özdemir A, Alaybeyoğlu A, Balbal K F. Web tabanlı öğrenme ortamı tasarımı. Bilim, Eğitim, *Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi)*, 2017, 1(1), 11-18.

38. Bölüktaş RP, Özer Z, Yıldırım D. (2019). Web tabanlı eğitimin sağlık alanında kullanılabilirliği, *Uluslararası Yönetim ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2019, 6(11):197-207.

39. Demir Y, Gözüm S. Sağlık eğitiminde yeni yönelimler; web destekli sağlık eğitimi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 2011, 4 (4):196-203.

40. Dağ E. Web ortamları kullanılarak 5. Sınıf öğrencileri için matematik dersi ödev değerlendirmesi ve bu ortamların öğrenci üzerindeki etkililiğinin araştırılması, *Education Sciences*, 2012, 7(1): 466-475.

41. Türker H, Yaylak E. İlköğretim sosyal bilgiler öğretiminde internet tabanlı öğretim yönteminin ders başarısına etkisi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2011, (29):162-177.

42. Batman D, Şeker S. Web Tabanlı Eğitimin Prematüre Yenidoğanların Ebeveynlerinin Bakımdaki Özgüven ve Kaygı Düzeylerine Etkisi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2019, 12(2):107-115.

43. Koç Z, Kiziltepe KS, Cinarli T, Sener A. Hemşirelik uygulamalarında, araştırmalarında, yönetiminde ve eğitiminde kuramların kullanımı, *Koç Üniversitesi Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi (HEAD)*, 2017, 14(1):62-72.

44. Pender NJ, Murdaugh CL, Parsons MA. *Health Promotion in Nursing Practice*, 7th edition, South Carolina, 2014:

45. World Health Organization, Home/Health topics/Adolescent Health/Coming of age: Adolescent health, https://www.who.int/health-topics/adolescents/coming-of-age-adolescent-health Erişim Tarihi: 10.03.2020.

46. Digital 2021, Global Owerwiev Report, Erişim Adresi: https://datareportal.com/reports/digital-2021-global-overview-report, Erişim Tarihi: 15.10.2021

47. Türkiye İstatistik Kurumu, Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, 2021. Erişim Adresi: https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Survey-on-Information-and-Communication-Technology-(ICT)-Usage-in-Households-and-by-Individuals-2021 Erişim Tarihi: 15.10.2021

48. Digital 2021, Global Owerwiev Report, Youth Statistic, Erişim Adresi: https://datareportal.com/reports/digital-2021-global-overview-report Erişim Tarihi: 15.10.2021

49. Athanasiades C, Kamariotis H, Psalti A, Baldry AC, Sorrentino A. Internet use and cyberbullying among adolescent students in Greece: the "Tabby" project, *Hellenic Journal of Psychology*, 2015, 12(1):14-39.

50. Turgut YE, Kurşun E. Türkiye'deki çocukların erişim, kullanım ve etkinlikler bağlamında mobil internet deneyimleri, *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2019, 9(2):349-371.

51. Gökler R. Okullarda akran zorbalığı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 2009, 6 (2): 511-537.

52. Olweus D. Bullying at school and later criminality: Findings from three Swedish community samples of males, *Criminal Behaviour and Mental Health*, 2011, 21:151-156.

53. Kowalski M. R, Limber P.S. Electronic bullying among middle school students, *Journal of Adolescent Health*, 2007, 41:22-30.

54. Besley, B. Siber Zorbalık tanımı Erişim Adresi: www.cyberbullying.ca, Erişim Tarihi: 12.11.2021

55. Dilmaç JA. Dijital ortamda sapkınlık: siber zorbalık, *Turkish Studies Social Sciences* 2020, 15(3):1087- 1099, doi: https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.39895.

56. Arıcak OT, Tanrıkulu T, Kınay H. Siber mağduriyet ölceği'nin ilk psikometrik bulguları, *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2012: 11, 1-6.

57. Moretti C, Herkovits D. Victims, perpetrators, and bystanders: a meta-ethnography of roles in cyberbullying, *Cadernos de Saúde Pública*, 2021, 37(4): 1-10, doi: 10.1590/0102-311X00097120.

58. Abaido GM. Cyberbullying on social media platforms among university students in the United Arab Emirates, *International Journal of Adolescence and Youth*, 2020, 25(1):407-420, doi: 10.1080/02673843.2019.1669059.

59. Eroğlu Y, Güler N. Koşullu öz-değer, riskli internet davranışları ve siber zorbalık/mağduriyet arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Sakarya University Journal of Education*, 2015, 5(3):118-129.

60. Brochado S, Soares S, Fraga S. A scoping review on studies of cyberbullying prevalence among adolescents, *Trauma Violence & Abuse*, 2017, 18(5):523-531.

61. Pekşen-Süslü D, Oktay A. Lise öğrencilerinde siber zorbalık ve siber mağduriyetle ilişkili bazı değişkenlerin incelenmesi, *Elementary Education Online*, 2018, 17(4):1877-1895.

62. Selkie EM, Fales JL, Moreno MA. Cyberbullying prevalence among US middle and high school–aged adolescents: A systematic review and quality assessment, *Journal of Adolescent Health*, 2016, 58(2):125-133.

63. Bergmann MC, Baier D. Prevalence and correlates of cyberbullying perpetration. Findings from a German representative student survey, *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 2018, 15(2):274-287.

64. Arslan S, Savaser S, Hallett V, Balci S. Cyberbullying among primary school students in Turkey: Self-reported prevalence and associations with home and school life, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2021, 15(10):527-533.

65. Lee JY, Kwon Y, Yang S, Park S, Kim EM, Na EY. Differences in friendship networks and experiences of cyberbullying among korean and australian adolescents, *The Journal of Genetic Psychology*, 2016, 178(1):44-57, doi: 10.1080/00221325.2016.1242475.

66. Schultze-Krumbholz A, Schultze M, Zagorscak P, Wölfer R, Scheithauer H. Feeling cybervictims' pain-The effect of empathy training on cyberbullying, *Aggressive Behavior*, 2016, 42(2):147-56, doi: 10.1002/ab.21613.

67. Builes RF, Miedes AC, Oliver MR. Effect of a cyberbullying prevention program integrated in the primary education curriculum, *Revista de Psicodidáctica (English ed.)*, 2020, *25*(1):23-29.

68. Martínez-Monteagudo MC, Delgado B, García-Fernández JM, Ruíz-Esteban C. Cyberbullying in the university setting. Relationship with emotional problems and adaptation to the university. *Frontiers in Psychology*, 2020a, 10, 3074-3083.

69. Qudah MFA, Albursan IS, Bakhiet SFA, Hassan EMAH, Alfnan AA., Aljomaa, SS, AL-khadher MMA. Smartphone addiction and its relationship with cyberbullying among university students, *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2019, 17(3):628-643.

70. Crosslin K, Crosslin M. Cyberbullying at a Texas University-A Mixed Methods Approach to Examining Online Aggression, *Texas Public Health Journal*, 2014, 66(3):26-32.

71. Özbay A. Sanal Zorbalığa Maruz Kalan Ergenlerin Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi Yönelimli Psikoeğitim Programının Psikolojik Belirtiler ve Sanal Mağduriyete Etkisi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, Doktora Tezi, Sakarya:2017, Sakarya Üniversitesi.

72. Akyüz A, Koç Z. Empati yönelimli siber zorbalık psiko-eğitim programının lise 9. ve 10. Sınıf öğrencilerinin siber zorbalık ve empati düzeylerine etkisi, *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2020, 40(1):75-111.

73. Pichel R, Foody M, O'Higgins Norman J, Feijóo S, Varela J, Rial A. Bullying, Cyberbullying and the Overlap: What Does Age Have to Do with It?. *Sustainability*, 2021, 13(15): 8527-8538.

74. Eyuboglu M, Eyuboglu D, Pala SC, Oktar D, Demirtas Z, Arslantas D, Unsal A. Traditional school bullying and cyberbullying: Prevalence, the effect on mental health problems and self-harm behavior, *Psychiatry Res*, 2021 Mar;297:113730, doi: 10.1016/j.psychres.2021.113730.

75. Calmaestra J, Rodríguez-Hidalgo AJ, Mero-Delgado O, Solera E. Cyberbullying in adolescents from Ecuador and Spain: Prevalence and differences in gender, school year and ethnic-cultural background. *Sustainability*, 2020, 12(11):4597-4611.

76. Horzum MB, Ayas T, Randler C, Düşünceli B. The effects of empathy and circadian preference on cyberbullying of adolescents in Turkey, *Biological Rhythm Research*, 2021, 52(5): 81-794, doi: 10.1080/09291016.2019.1603839.

77. Akbaba S, Eroğlu Y. İlköğretim eğitimde siber zorbalık ve mağduriyetin yordayıcıları, *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2013, 26 (1): 105-122.

78. Popović-Ćitić B, Djurić S, Cvetković V. The prevalence of cyberbullying among adolescents: A case study of middle schools in Serbia, *School Psychology İnternational*, 2011, 32(4):412-424.

79. Bonanno RA, Hymel S. Cyber bullying and internalizing difficulties: Above and beyond the impact of traditional forms of bullying, *Journal Of Youth And Adolescence*, 2013, 42(5):685-697.

80. Wegge D, Vandebosch H, Eggermont S. Who bullies whom online: A social network analysis of cyberbullying in a school context, *Communications*, 2014, 39(4):415-433.

81. Willard NE. Cyberbullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress. Champaign, IL: Research Press, 2007. Erişim Adresi: https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=VyTdG2BTnl4C&oi=fnd&pg=PR5&dq=Cyberbullying+and+cyberthreats:+Responding+to+the+challenge+of+online+social+aggression, +threats, +and+distress.&ots Erişim Tarihi: 10.09.2020

82. Hamm MP, Newton AS, Chisholm A, Shulhan J, Milne A, Sundar P, Milne A, Sundar P, Ennis H, Scott SD, Hartling, L. Prevalence and effect of cyberbullying on children and young people, *JAMA Pediatrics*, 2015, 169(8), 770, doi:10.1001/jamapediatrics.2015.0944.

83. Han Z, Wang Z, Li Y. Cyberbullying ınvolvement, resilient coping, and loneliness of adolescents during Covid-19 in rural China, *Frontiers in Psychology*, 2021, 12: 2275.

84. Radyo ve Televizyon Üst Kurumu (RTÜK), Çocukların Yeni Medya Kullanım Alışkanlıkları ve Siber Zorbalık 2018 Araştırması. Erişim adresi: https://www.rtuk.gov.tr/assets/Icerik/AltSiteler/%C3%A7ocuklar%C4%B1n%20yeni%20medya%20al%C4%B1%C5%9Fkanl%C4%B1klar%C4%B1%20ve%20siber%20zorbal%C4%B1k%20ara%C5%9Ft%C4%B1rmas%C4%B1/cocuklarin-yeni-medya-kullanimlari-ve-siber-zorbalik.pdf Erişim Tarihi: 18.07.2020

85. Bauman S. Cyberbullying: What Counselors Need to Know. In: Types of Cyberbullying, *Cyberbullying*, 2015:53–58, doi:10.1002/9781119221685.ch4.

86. Yaman E, Peker A. Ergenlerin siber zorbalık ve siber mağduriyete ilişkin algıları, *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 2012, 11(3):819-833.

87. Fan C, Chu X, Meng Z, Zhou Z. Are Narcissists More Likely to Be Involved in Cyberbullying? Examining the Mediating Role of Self-Esteem, *Journal of Interpersonal Violence*, 2019, 34(15): 3127-3150, https://doi.org/10.1177/0886260516666531.

88. Bilgiz S, Peker A. Ergenlerde kişisel ve çevresel faktörlerin siber zorbalık davranışını yordaması, *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 2020, 9(2):430-447.

89. Ünver H, Koç Z. Siber zorbalık ile problemli internet kullanımı ve riskli internet davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2017, 15(2):117-140.

90. Bayram F, Özkamalı E. Lise öğrencilerin siber zorbalık yapma ve siber mağdur olma durumlarının incelenmesi, *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2019, 20(1): 303-318.

91. Taylan HH, Aydın F, Topal M. Ortaokul öğrencilerinin sanal zorba olma durumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Sakarya ili örneği, *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2017, 4(1): 41-59.

92. Mura G, Diamantini D. Cyberbullying among Colombian students: An exploratory investigation, *European Journal of investigation in health, Psychology and Education*, 2013, 3(3):249-256.

93. Whittaker E, Kowalski RM. Cyberbullying via social media, *Journal of School Violenc*e, 2015, 14: 11-29. doi.10.1080/15388220.2014.949377.

94. Cao B, Lin WY. How do victims react to cyberbullying on social networking sites? The influence of previous cyberbullying victimization experiences, *Computers in Human Behavior*, 2015, 52:458-465.

95. Çakır Ö, Gezgin DM, Ayas T. The analysis of the relationship between being a cyberbully and cybervictim among adolescents in terms of different variables, *International Journal of Progressive Education*, 2016, 12(3):134-154.

96. Chen Q, Lo CK, Zhu Y, Cheung A, Chan KL, Ip P. Family poly-victimization and cyberbullying among adolescents in a Chinese school sample, *Child Abuse & Neglect*, 2018, 77:180-187.

97. Grunin L, Yu G, Cohen S. The relationship between youth cyberbullying behaviors and their perceptions of parental emotional support, *Int Journal of Bullying Prevention*, 2021, 3: 227-239. https://doi.org/10.1007/s42380-020-00080-5.

98. Watts LK, Wagner J, Velasquez B, Behrens PI. Cyberbullying in higher education: A literature review, *Computers in Human Behavior*, 2017, 69: 268-274, doi: http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.038.

99. O'dea B, Campbell A. Online social networking and the experience of cyber-bullying, *Ebook Series: Annual Review Of Cybertherapy And Telemedicine*, 2012, 181:212-217, doi:10.3233/978-1-61499-121-2-212.

100. Brewer G, Kerslake J. Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness, *Computers in Human Behavior*, 2015, 48:255–260, doi:10.1016/j.chb.2015.01.073.

101. Barlett CP, Fennel M. Examining the relation between parental ignorance and youths' cyberbullying perpetration, *Psychology of Popular Media Culture*, 2018, 7(4):547.

102. Zurcher JD, Holmgren HG, Coyne SM, Barlett CP, Yang C. Parenting and cyberbullying across adolescence, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2018, 21(5): 294-303.

103. Eroğlu Y, Aktepe E, Akbaba S, Işık A, Özkorumak E. Siber zorbalık ve mağduriyetin yaygınlığının ve risk faktörlerinin incelenmesi, *Eğitim ve Bilim*, 2015, 177(40):93-107.

104. Ferreira TRDSC, Deslandes SF.Cyberbullying: concepts, dynamics, characters and health implications, *Ciencia & Saude Coletiva*, 2018, 23:3369-3379, doi:https://doi.org/10.1590/1413-812320182310.13482018.

105. Bauman S, Toomey RB, Walker JL. Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students, *Journal of Adolescence*, 2013, 36(2):341-350, doi:10.1016/j.adolescence.2012.12.001.

106. Fisher BW, Gardella JH, Teurbe-Tolon AR. Peer cybervictimization among adolescents and the associated internalizing and externalizing problems: A meta-analysis, *Journal of Youth and Adolescence*, 2016, 45(9):1727–1743.

107. Kowalski RM, Limber SP. Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying, *Journal Of Adolescent Health*, 2013, 53(1):13-20.

108. Aoyama I, Saxon TF, Fearon DD. Internalizing problems among cyberbullying victims and moderator effects of friendship quality, *Multicultural Education & Technology Journal*, 2011, 5(2):92-105.

109. Kim S, Colwell SR, Kata A, Boyle MH, Georgiades K. Cyberbullying victimization and adolescent mental health: Evidence of differential effects by sex and mental health problem type, *Journal of Youth and Adolescence*, 2018, 47(3):661-72.

110. Beran T, Li Q. The relationship between cyberbullying and school bullying. *The Journal of Student Wellbeing*, 2007, 1(2): 16-33.

111. Erreygers S, Vandebosch H, Vranjes I, Baillien E, De Witte H. The longitudinal association between poor sleep quality and cyberbullying, mediated by anger, *Health Communication*, 2019, 34(5): 560-566.

112. Ildırım E, Çalıcı C, Erdoğan B. Psychological Correlates of Cyberbullying and Cyber-Victimization, *The International Journal of Human and Behavioral Science*, 2017, 3(2): 7-21, doi:10.19148/ijhbs.365829.

113. Kestel M, Akbıyık C. Siber zorbalığın öğrencilerin akademik, sosyal ve duygusal durumları üzerindeki etkisinin incelenmesi, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2016; 12(3): 844-859, doi: http://dx.doi.org/10.17860/mersinefd.282384

114. John A, Glendenning AC, Marchant A, Montgomery P, Stewart A, Wood S, Lloyd K, Hawton K. Self-Harm, Suicidal Behaviours, and Cyberbullying in Children and Young People: Systematic Review, *Journal of Medical Internet Research*, 2018, 20(4):e129, doi:10.2196/jmir.9044.

115. El Asam A, Samara M.Cyberbullying and the law: A review of psychological and legal challenges, *Computers in Human Behavior*, 2016, 65:127-141.

116. Akar F. *Okula yansıyan Siber zorbalık: idari ve hukuki önleme yolları*, Ankara, Pegem Akademi, 2018:466-476.

117. Türk Ceza Kanunu (TCK), T.C. Resmi Gazete, sayı:25611, 12 Ekim 2014. Erişim Adresi: https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.5237.pdf Erişim Tarihi: 12.11.2021

118. Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliği, T.C. Resmi Gazete, sayı:29871, 28 Ekim 2016. Erişim Adresi: https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2013/09/20130907-4.htm. Erişim Tarihi: 21.11.2021.

119. Melanthiou Y, Pavlou F, Constantinou E. The use of social network sites as an E-recruitment tool, *Journal of Transnational Management*, 2015, 20(1): 31–49, doi:10.1080/15475778.2015.998141.

120. Roth P, Bobko P, Van Iddekinge CH, Thatcher JB. Social media in employee-selection-related decisions: A research agenda for uncharted territory, *Journal of Management*, 2016, 42(1): 269-298, doi:10.1177/0149206313503018

121. Martin F, Hunt B, Wang C, Brooks E. Middle School Student Perception of Technology Use and Digital Citizenship Practices, *Computers in the Schools*, 2020, 37(3): 196-215, doi: 10.1080/07380569.2020.1795500.

122. Akgül G. Routine Activities Theory in cyber victimization and cyberbullying experiences of Turkish adolescents, *International Journal of School & Educational Psychology*, 2021, 1-10, doi:10.1080/21683603.2021.1980475.

123. Polanin JR, Espelage DL, Grotpeter JK, Ingram K, Michaelson L, Spinney E, Valido A, Sheikh AE, Torgal C, Robinson L. A. Systematic review and meta-analysis of ınterventions to decrease cyberbullying perpetration and victimization, *Prevention Science*, 2021: 1-16.

124. Hutson E, Kelly S, Militello LK. Systematic review of cyberbullying ınterventions for youth and parents with ımplications for evidence-based practice, *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 2018, 15(1):72-79.

125. Peker A, İskender M. İnsani Değerler Yönelimli Psiko-Eğitim Programının siber zorbalık üzerine etkisi, *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergis*i, 2015, 19 (1):11-22.

126. Altundağ Y, Ayas T. Lise rehber öğretmenlerine yönelik tüm okul yaklaşımına dayalı sanal zorbalıkla başa çıkma stratejileri ve sanal zorba farkındalığını kazandırma programının etkililiği, *Eğitim ve Bilim*, 2020, 45(201):109-123.

127. Akgül G, Derya AE, Uzunpinar S. Üstün yetenekli ergenlerde problemli internet kullanımı ve siber zorbalık: Drama Temelli Bir Müdahale Programının Etkililiği, *Yaratici Drama Dergisi*, 2021, 16(2):167-190.

128. Lee MS, Zi-Pei W, Svanström L, Dalal K. Cyber bullying prevention: Intervention in Taiwan, *Plos One*, 2013, 8(5): e64031.

129. Palladino BE, Nocentini A, Menesini E. Evidence-based intervention against bullying and cyberbullying: Evaluation of the NoTrap! program in two independent trials, *Aggressive Behavior*, 2016, 42(2): 194-206.

130. Özgür H. A Systematic Review on Cyberbullying Interventions and Preventions, *Shanlax International Journal of Education*, 2020 , 9, (1): 11-26, doi: https://doi.org/10.34293/ education.v9i1.3373.

131. Duman E. Velilere yönelik geliştirilen siber zorbalık farkındalık eğitiminin etkisinin incelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Bursa: Bursa Uludağ Üniversitesi, 2019.

132. Yurdakul Y. Siber zorbalık farkındalık programının ergenlerin siber zorbalığa ilişkin farkındalıklarına ve siber zorbalıkla baş etme becerilerine etkisinin incelenmesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi Ana Bilim Dalı, Ankara: Ankara Üniversitesi, 2020.

133. Al U, Madran O. Web tabanlı uzaktan eğitim sistemleri: Sahip olması gereken özellikler ve standartlar, *Bilgi Dünyası*, 2004, 5(2):259-271.

134. Win KT, Mohd Hassan N, Bonney AD, Iverson DC. Benefits of online health education: perception from consumers and health professionals, *Journal of Medical Systems*, 2015, 39 (3):27-1-27-8.

135. Dağ E. Web ortamları kullanılarak 5. Sınıf öğrencileri için matematik dersi ödev değerlendirmesi ve bu ortamların öğrenci üzerindeki etkililiğinin araştırılması, *Education Sciences*, 2012, 7(1): 466-475.

136. Türker H, Yaylak E. İlköğretim sosyal bilgiler öğretiminde internet tabanlı öğretim yönteminin ders başarısına etkisi. Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 2011; (29), 162-177.

137. Maatuk AM, Elberkawi EK, Aljawarneh S, Rashaideh H, Alharbi H. The COVID-19 pandemic and E-learning: challenges and opportunities from the perspective of students and instructors, *Journal of Computing in Higher Education*, 2021, doi:https://doi.org/10.1007/s12528-021-09274-2.

138. Yorgancı S. Web tabanlı uzaktan eğitim yönteminin öğrencilerin matematik başarılarına etkileri, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2015, 23(3): 1401-1420.

139. Batman D, Şeker S. Web tabanlı eğitimin prematüre yenidoğanların ebeveynlerinin bakımdaki özgüven ve kaygı düzeylerine etkisi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2019, 12(2):107-115.

140. Sari C, Altay N. Effects of providing nursing care with web-based program on maternal self-efficacy and infant health, *Public Health Nursing*, 2020, 37(3):380-392.

141. Çelik R. Teknoloji temelli emzirme programının adölesan annelerin bebeklerinin büyümesine etkisi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2018.

142. Gülcü S, Arslan S, Arslanoğlu İ. Tip 1 diyabetli adolesanlarda web tabanlı egzersiz eğitiminin etkinliği, *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2020, 10(3):279-288.

143. Sengul ZK, Toruner EK. Intervention protocol: Technology-based psychosocial motivation for children with cancer and their parents: A randomized trial, *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 2020, 7(1):55.

144. Arpaci T. Lösemilerden Sağ Kalan Adölesanlara Yönelik Teknoloji Temelli Psikososyal Danışmanlık ve Eğitim Programının Etkinliğinin Değerlendirilmesi. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2020.

145. Ceylan Ç, Törüner EK. Obezite riski ve obezitesi olan adölesanlarda teknoloji temelli motivasyonel görüşme programlarının etkisi, *Türk Hemşireler Derneği Dergisi*, 2020, 1(1):69-80.

146. Saulsberry AC, Hodges JR, Cole A, Porter JS, Hankins J. Web-based technology to ımprove disease knowledge among adolescents with sickle cell disease: pilot study, *JMIR Pediatrics And Parenting*, 2020, 3(1), e15093, doi:https://doi.org/10.2196/15093.

147. Aytur T, Kantek F. Türkiye'de hemşirelik ve teknoloji alanında yapılan çalışmaların incelenmesi, *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi*, 2020, 6(3):395-410.

148. Byrne E, Vessey JA, Pfeifer L. Cyberbullying and social media: Information and interventions for school nurses working with victims, students, and families, *The Journal of School Nursing*, 2018, 34(1):38-50.

149. Ribble MS, Bailey GD, Ross TW. Digital citizenship: Addressing appropriate technology behavior, *Learning & Leading With Technology*, 2004, 32(1):6.

150. Farmer L. Teaching digital citizenship. In E-Learn: World Conference on E-Learning in Corporate, Government, Healthcare, and Higher Education Association for the Advancement of Computing in Education (AACE), 2011:99-104.

151. Jones LM, Mitchell K J. Defining and measuring youth digital citizenship, *New Media & Society*, 2016, 18(9):2063-2079.

152. Global Dijital Vatandaşlık Vakfı, Dijital Vatandaşlık ve Dijital Vatandaşlık İlkeleri, https://globaldigitalcitizen.org/digital-citizenship-school-program Erişim Tarihi: 15.11.2020

153. Ribble M. Digital citizenship in schools: Nine elements all students should know, *International Society for Technology in Education*, 2015, 15-44.

154. Kırık AM, Bölükbaş K, Cengiz G. Sosyal medya bağlamında dijital vatandaşlık: TRT İstanbul Radyosu prodüktörleri üzerinden bir değerlendirme, *Mavi Atlas*, 2019, 7(2): 1-27.

155. Kişisel Verilerin Korunması Kanunu (KVKK). Erişim Adresi: https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.6698.pdf. Erişim Tarihi: 15.11.2020

156. Koç NE, Koç E. Pandemi dönemi'nde türkiye'de dijital vatandaşlık olgusu, *Turkish Online Journal of Design Art and Communication*, 2021, 11 (3):1019-1035.

157. Nascimbeni F.Digital literacy for children: Exploring definitions and frameworks, UNICEF Office of Global Insight and Policy, 2019. Erişim Adresi: https://www.unicef.org/globalinsight/media/1271/file/%20UNICEF-Global-Insight-digital-literacy-scoping-paper-2020.pdf Erişim Tarihi: 15.10.2020

158. Karabacak Zİ, Sezgin AA. Türkiye'de dijital dönüşüm ve dijital okuryazarlık, *Türk İdare Dergisi*, 2019, 1 (488): 319-343.

159. Nicholas H, Ng W. Mobile Digital Literacy of Australian Adolescent Students, *International Journal of Digital Literacy and Digital Competence (IJDLDC)*, 2019, 10(3):32-48.

160. Pala ŞM, Başıbüyük A. The predictive effect of digital literacy, self-control and motivation on the academic achievement in the science, technology and society learning area, *Technology, Knowledge and Learning*, 2021, 1-17.

161. Kozan M, Bulut Özek M. BÖTE bölümü öğretmen adaylarının dijital okuryazarlık düzeyleri ve siber zorbalığa ilişkin duyarlılıklarının incelenmesi, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler De*rgisi, 2019, 29(1):107-120.

162. Burkhardt MA, Nathaniel AK. *Çağdaş Hemşirelikte Etik*. Çeviri Editörleri: Alpar ŞE, Bahçecik N, Karabacak Ü. (3.baskı), Istanbul: Istanbul Tip Kitapevi; 2013.

163. Preece J. Etiquette online: From nice to necessary. Communications of the ACM, 2004;47(4):56-61, doi:https://doi.org/10.1145/975817.975845.

164. Önce Ş. Etiğin dijital etiğe dönüşümü üzerine, *ISophos: Uluslararası Bilişim, Teknoloji ve Felsefe Dergisi*, 2019, 2(3): 59-85.

165. Sari D, Rejekiningsih T, Muchtarom M. Students' digital ethics profile in the era of disruption: an overview from the ınternet use at risk in Surakarta city, Indonesia, *International Association of Online Engineering*, 2020:82-94.

166. Abd Rahman N, Razali NS, Ali SM, Malim NHAH, Husin MH, Singh MM. Digital etiquette: educating primary school children via mobile game application, *In Proceeding of Knowledge Management International Conference (Kmice),* 2014, 1(2): 676-681.

167. Müller CR, Pfetsch J, Ittel A. Ethical media competence as a protective factor against cyberbullying and cybervictimization among German school students, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2014, 17(10): 644-651.

168. Çubukcu A, Bayzan Ş. Türkiye'de dijital vatandaşlık algısı ve bu algıyı internetin bilinçli, güvenli ve etkin kullanımı ile artırma yöntemleri, *Middle Eastern & African Journal of Educational Research,* 2013, 5:148-160.

169. Dökmen Ü. *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati*, İstanbul, Remzi Kitabevi, 2008.

170. Metin H. Empatik iletişim ve yönetişim. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi,* 2011, 32:177-203.

171. Özbek M. İnsan ilişkilerinde empatinin yeri ve önemi, *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi,* 2005, (49) :568- 587.

172. Ersoy E, Köşger F. Empati: tanimi ve önemi, *Osmangazi Tıp Dergisi*, 2016, 38 (2): 9-17.

173. Davis MH. Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach, *Journal of Personality and Social Psychology,* 1983, 44: 113–126, doi:10.1037/0022-3514.44.1.113.

174. Bekmezci H, Yurrtaş ÇB, Özkan H. Ebelik bölümü öğrencilerinin empatik eğilim düzeylerinin belirlenmesi, *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 2015, 2(1): 46-54.

175. Taner Derman M. Çocukların empati beceri düzeylerinin ailesel etmenlere göre belirlenmesi, *International Journal of Social Science*, 2013, 6(1):1365-1382.

176. Şenol V, Pekcen-Akca R, Çümen H. Lise öğrencilerinin duygudaşlık (empati) kurma düzeylerinin belirlenmesi, *Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi*, 2012, 31: 1-11.

177. Arslan Y. Kim daha iyi empati kuruyor -empati üzerine mikro bir sosyolojik araştırma, *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 2016, 6(2/1): 51-64.

178. Nedim Bal P, Bilge Y. Empati becerisi psiko eğitim programının üstün zekâlı ergenler üzerindeki etkisi, *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2016, 13-1(Özel Sayı-1):23-36.

179. Greimel E, Schulte-Rüther M, Fink GR, Piefke M, Herpertz-Dahlmann B, Konrad K. Development of neural correlates of empathy from childhood to early adulthood: an fMRI study in boys and adult men, *Journal of Neural Transmission*, 2010, 117(6):781–791, doi:10.1007/s00702-010-0404-9.

180. Allemand M, Steiger AE, Fend HA. Empathy development in adolescence predicts social competencies in adulthood, *Journal of Personality*, 2014, 83(2):229-241, doi:10.1111/jopy.12098.

181. Boele S, Van der Graaff J, de Wied M, Van der Valk IE, Crocetti E, Branje S. Linking parent-child and peer relationship quality to empathy in adolescence: a multilevel meta-analysis, *Journal of Youth and Adolescence*, 2019, 48(6):1033-1055, doi: 10.1007/s10964-019-00993-5.

182. Yoo H, Feng X, Day RD. Adolescents' empathy and prosocial behavior in the family context: A longitudinal study, *Journal of Youth and Adolescence*, 2013, 42(12):1858-1872.

183. Soenens B, Vansteenkiste M. A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory, *Developmental Review*, 2010, 30:74–99, doi:10.1016/j.dr.2009.11.001.

184. Hawks JM, Parker TS, Werner-Wilson R, Huff N, Lianekhammy J. Adolescents' and parents' expression of empathy: A social neuroscience perspective, *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 2015, 37(2):142–152, doi:https://doi.org/10.1007/s10591-015-9334-x.

185. Tamer N, Vatanartıran S. Ergenlerin teknolojik zorbalık algıları, *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2014, 1 (2):1-20.

186. Ang RP, Goh DH. Cyberbullying among adolescents: the role of affective and cognitive empathy, and gender, *Child Psychiatry & Human Development*, 2010 Aug;41(4):387-97, doi: 10.1007/s10578-010-0176-3.

187. Steffgen G, König A, Pfetsch J, Melzer A. The role of empathy for adolescents' cyberbullying behaviour, *Kwartalnik Pedagogiczny (Pedagogical Quarterly)*, 2009, 214(4):183-198.

188. Peker A, Eroğlu Y, Ada Ş. The investigation of predictors of cyberbullying and cybervictimization in adolescents, *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2016, 12(2):185-206.

189. Hall JA, Schwartz R. Empathy present and future, *The Journal of Social Psychology* 2019, 159, 3 :225-243.

190. Ünlü S, Tuna Y, Özbaş Anbarlı Z, Tosunay D. Ergenlerde empati ve siber zorbalık-siber mağduriyet ilişkisi: Eskişehir'de özel okul öğrencilerine yönelik bir araştırma, *Karadeniz Teknik Üniversitesi İletişim Araştırmaları Dergisi*, 2019, 6(17):37-58.

191. Mıhçı P, Kılıç Çakmak E. Öğrenci Siber Sağlık Ölçekleri Geliştirme Çalışması, *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2017, 37(2): 457-491.

192. Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF). *Çevrimiçi Güvenlik*. Erişim Adresi: https://www.unicef.org/turkey/%C3%A7evrimi%C3%A7i-g%C3%BCvenlik Erişim Tarihi: 20.12.2020

193. Sırakaya M, Seferoğlu SS. Çocukların çevrim-içi ortamlarda karşılaştıkları riskler ve güvenli internet kullanımı, 2018. Erişim Adresi: https://yunus.hacettepe.edu.tr/~Sadi/yayin/Kitap_ETO2018_Bolum12_185-202_Cevrimici-Riskler.pdf Erişim Tarihi: 12.10.2021.

194. Aslan A, Karakuş Yılmaz T. Türkiye'de güvenli internet kullanımına yönelik gerçekleştirilen uygulamalar, *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2017, 53:121-141.

195. Çetin BA, Ceyhan AA. Ergenlerin internette kimlik denemeleri ve problemli internet kullanım davranışları, *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 2014, 1(2) :5-46, doi:10.15805/addicta.2014.1.2.063.

196. Watts LK, Wagner J, Velasquez B, Behrens PI. Cyberbullying in higher education: A literature review, *Computers in Human Behavior*, 2017, 69: 268-274.

197. Wood B, Rea MS, Plitnick B, Figueiro MG. Light level and duration of exposure determine the impact of self-luminous tablets on melatonin suppression, *Applied Ergonomics*, 2013, 44(2): 237-240.

198. Viner RM, Gireesh A, Stiglic N, Hudson LD, Goddings AL, Ward JL, Nicholls DE. Roles of cyberbullying, sleep, and physical activity in mediating the effects of social media use on mental health and wellbeing among young people in England: a secondary analysis of longitudinal data, *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2019, 3(10):685-696.

199. Xie W, Kang C. See you, see me: Teenagers' self-disclosure and regret of posting on social network site, *Computers in Human Behavior*, 2015, 52:398–407.

200. Aljohani M, Nisbet A, Blincoe K. A survey of social media users privacy settings & information disclosure. In Johnstone, M. (Ed.). The Proceedings of 14th Australian Information Security Management Conference, Edith Cowan University, Perth, Western Australia, 2016: 67-75.

201. Mesch GS. Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *Cyberpsychol Behav*, 2009 Aug;12(4):387-93, doi:10.1089/cpb.2009.0068.

202. Casas JA, del Rey R, Ortega-Ruiz R. Bullying and cyberbullying: Convergent and divergent predictor variables, *Comput. Hum. Behav*, 2013, 29(3):580–587, doi: https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.11.015.

203. Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF). *Cyberbullying: What is it and how to stop it, 10 things teens want to know about cyberbullying*. Erişim Adresi: https://www.unicef.org/end-violence/how-to-stop-cyberbullying Erişim Tarihi: 15.09.2020

204. Radovic A, Gmelin T, Stein BD, Miller E. Depressed adolescents' positive and negative use of social media, *Journal of Adolescence*, 2017, 55: 5-15.

205. Martin F, Wang C, Petty T, Wang W, Wilkins P. Middle school students' social media use, *Journal of Educational Technology & Society*, 2018, 21(1):213-224.

206. Gómez-Ortiz O, Apolinario C, Romera EM, Ortega-Ruiz R. The role of family in bullying and cyberbullying involvement: Examining a new typology of parental education management based on adolescents' view of their parents. *Soc. Sci*. 2019, 8(1): 25, doi: https://doi.org/10.3390/socsci8010025

207. Martín-Criado JM, Casas JA, Ortega-Ruiz R. Parental supervision: predictive variables of positive ınvolvement in cyberbullying prevention, *Int J Environ Res Public Health*, 2021, 18(4):1562, doi: 10.3390/ijerph18041562.

208. Benedetto L, Ingrassia M. Digital parenting: Raising and protecting children in media world. *Parenting: Studies by an Ecocultural and Transactional Perspective*, 2020:127-140.

209. Manap A, Durmuş E.Dijital ebeveynlik farkındalığının aile içi roller ve çocukta internet bağımlılığına göre incelenmesi, *Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2021;12(1):141-156.

210. Huang G, Li X, Chen W, Straubhaar JD. Fall-behind parents? The influential factors on digital parenting self-efficacy in disadvantaged communities, *Am Behav Sci*, 2018, 62(9):1186-1206, doi: https://doi.org/10.1177/0002764218773820

211. İşman A, Odabaşı HF, Akkoyunlu B. Eğitim Teknolojileri Okumaları 2016. İçinde: Dijital Dünyanın Ailesi: İnternetik Aile, Yaman F, Dönmez O, Yurdakul IK, Odabaşı HF. (11. Bölüm ss. 173-192). Ankara: Salmat Basım Yayıncılık Ambalaj Sanayi Tic. Ltd. Şti.;2016.

212. Livingstone S, Byrne J. Parenting in the digital age: The challenges of parental responsibility in comparative perspective. In: Digital Parenting: The Challenges for Families in the Digital Age, Yearbook 2018 / [ed] Mascheroni, Giovanna, Cristina Ponte, & Ana Jorge, Gothenburg: Nordicom, University of Gothenburg; 2018:19-30.

213. Bilgi Teknoloji ve İletişim Kurulu (BTK). *Güvenli İnternet Hizmeti.*Erişim Adresi: https://internet.btk.gov.tr/guvenli-internet-hizmeti._Erişim Tarihi: 20.10.2020

214. Baykara ZG, Çalışkan Öztürk D, Karadağ A. Hemşirelikte teori ve model kullanımı: nitel bir çalışma, *Cukurova Medical Journal*, 2019, 44(Suppl 1):281-289.

215. Khoshnood Z, Rayyani M, Tirgari B.Theory analysis for Pender's health promotion model (HPM) by Barnum's criteria: a critical perspective. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 2020, 32(4):1-12.

216. Çalık A, Kapucu S. Diyabetli Hastalarda Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarını Geliştirme: Pender'in Sağlığı Geliştirme Modeli, *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 2017, 4(2):62-75.

217. Cangöl E, Şahin NH. Emzirmenin desteklenmesinde bir model: Pender'in sağlığı geliştirme modeline dayalı motivasyonel görüşmeler, *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma*, 2017, 14(1):98-103.

218. Üstüner Top F, Ocakçı AF. Ergenlerde Sağlığı Geliştirme Modeli ve Bilgi İşlem Kuram Temelli Ağız Diş Sağlığı Davranışı Geliştirme, *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 2018, 10 (18):23-37.

219. Haghi R, Ashouri A, Karimy M, Rouhani-Tonekaboni N, Kasmaei p, Pakdaman F, Zareban I. The role of correlated factors based on Pender Health Promotion Model in brushing behavior in the 13–16 years old students of Guilan, Iran, *Italian Journal of Pediatrics*, 2021, 47: 111-121, doi: https://doi.org/10.1186/s13052-021-01063-y.

220. Karadağ A, Çalışkan N, Göçmen-Baykara Z. *Hemşirelik Teorileri ve Modelleri*. İçinde: Nola J. Pender Sağlığı Geliştirme Modeli, Yıldırım-Şişman, N. Bölüm:26:638-652. 1. Baskı İstanbul, Akademi Basın ve Yayıncılık, 2017.

221. Bahar Z, Açıl D. Sağlığı geliştirme modeli: kavramsal yapı, *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2014, 7(1):59-67.

222. Pender NJ. Health promotion model manual, 2011. Erişim Adresi: https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/85350/HEALTH_PROMOTION_MANUAL_Rev_5-2011.pdf Erişim Tarihi: 29.01.2020

223. Ocakçı AF, Alpar, ŞE. *Hemşirelikte Kavram, Kuram, Model Örnekl*eri. İçinde: Çövener, Ç. Sağlığı Geliştirme Modeli, 201-213, İstanbul Tıp Kitabevi, 1. Baskı, İstanbul, 2013.

224. Lee YC, Wu WL. Factors in cyber bullying: the attitude-social influence-efficacy model, *Anales De Psicología*, 2018, 34(2):324-331.

225. Hellfeldt K, López-Romero L, Andershed H. Cyberbullying and Psychological Well-being in Young Adolescence: The Potential Protective Mediation Effects of Social Support from Family, Friends, and Teachers, *Int J Environ Res Public Health*, 2019, 17(1):45, doi:10.3390/ijerph17010045.

226. Brandau MS, Sarzosa A, Schmillen H. Who, when, and how: a comprehensive literature review of adolescent reporting of cyberbullying, *Journal of General Nursing and Community H*ealth, 2019, 1(2):1-28.

227. Hemşirelik Yönetmeliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik, T. C. Resmi Gazete, sayı:27910, 19 Nisan 2011.

228. Long M. Cyberbullying and victimization: an examination of online and health risk behaviors in high school, *Pediatric Nursing*, 221, 47(5):1-10.

229. Carter J, Wilson F. Cyberbullying: A 21st century health care phenomenon. *Pediatric Nursing*, 2015, 41(3): 115–125.

230. Carpenter L, Hubbard G. Cyberbullying: Implications for the psychiatric nurse practitioner, *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 2014, 27: 142-148, doi:10.1111/jcap.12079.

231. Hinduja S, Patchin JW. Cyberbullying: Top Ten Tips for Teens. Cyberbullying Research Center, 2020 Erişim Adresi: https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Top-Ten-Tips-Health-Care-Providers.pdf. Erişim Tarihi:28.09.2021.

232. Hinduja S, Patchin JW. Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying (2nd Ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2015. (978-1483349930)

233. Hinduja S, Patchin JW. What to do when your child cyberbullies others: top tips for parents. Cyberbullying Research Center; 2018. Erişim Adresi: https://cyberbullying.org/tips-for-parents-when-your-child-cyberbullies-others.pdf Erişim Tarihi: 28.06.2021

234. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) Ankara il merkezlerinin gelişim düzeyine ilişkin veriler (2017). Elektronik ortamda TÜİK tarafından gönderilmiştir.

235. Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü, 2019-2020 yılı Eğitim İstatistikleri. https://ankara.meb.gov.tr/www/egitim-istatistikleri/icerik/24

236. Horzum MB, Ayas T. Ortaöğretim öğrencilerinin sanal zorba ve mağdur olma düzeylerinin okul türü ve cinsiyet açısından incelenmesi, *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 2011, 10 (20):139-159.

237. Çivilidağ A, Cooper HT. Ergenlerde siber zorba ve öfkenin incelenmesi üzerine bir araştırma: niğde ili örneği, *International Journal of Social Science*, 2013, 6(1): 497-511.

238. Toraman L, Usta E. Ortaokul öğrencilerinin dijital yerli ve siber zorba olma durumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2018 37(2), 57-77, doi: 10.7822/omuefd.378621.

239. Topcu C, Erdur-Baker O. RCBI-II: The second revision of the revised cyber bullying inventory. Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 2018, 51:32–41, doi:https://doi.org/10.1080/07481756.2017.1395705.

240. Kadirhan Z, Gül A, Battal A. System usability scale: a validity and reliability study, *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 2015, 14(28):149-167.

241. Brooke J. SUS - A quick and dirty usability scale. *Usability Evaluation in Industry*, 1996, 189(194):4-7, doi:https://doi.org/10.1002/hbm.20701.

242. Çağıltay K. *İnsan Bilgisayar Etkileşimi Ve Kullanılabilirlik Mühendisliği: Teoriden Pratiğe* (1st ed.). Ankara, Türkiye: ODTÜ Geliştirme Vakfı Yayıncılık, 2011

243. Ozan Ö. e-Öğrenme için eğitsel video geliştirme, *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 2015, 1:59-80.

244. Saraç AE, Koçoğlu FÖ, Reis ZA. Web Tabanlı Eğitimde İçerik Tasarımı, Akademik Bilişim'11 - XIII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri 2 - 4 Şubat 2011 İnönü Üniversitesi, Malatya.

245. Guo PJ, Kim J, Rubin R. How video production affects student engagement: an empirical study of MOOC videos. Erişim Adresi: https://dl.acm.org/doi/10.1145/2556325.2566239 Erişim Tarihi: 12.12.2021.

246. Kaluarachchi C, Warren M, Jiang F. Responsible use of technology to combat Cyberbullying among adolescents, *Australasian Journal of Information Systems*, 2020, 24:1-17.

247. Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO). Kamu istihdam hizmetlerinde toplumsal cinsiyet eşitliğinin anaakımlaştırılması için yetişkin eğitimi ilke vê yöntemler, Uluslararası Çalışma Örgütü, ILO Türkiye Ofisi - Ankara: ILO, 2018 Erişim Adresi: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---europe/---ro-geneva/---ilo-ankara/documents/genericdocument/wcms_717639.pdf Erişim Tarihi: 20.11.2020.

248. Işıklı H. İnternet Alan İsimleri: Markalar ve Alan İsimleri Arasındaki İlişki. Devlet Planlama Teşkilatı, 2001. Erişim Adresi: http://www.bilgitoplumu.gov.tr/wp-content/uploads/2014/04/HasibeIsikli-Internet_Alan_Isimleri.pdf Erişim Tarihi: 13.09.2021

249. Damar HT, Damar M, Bilik Ö. Sağlık bilimlerinde eğitim materyali olarak video kullanımı, *International Conference on Quality in Higher Educa*tion, Sakarya, Kasım 24-25, 2016.

250. Ata A, Atik A. Eğitsel bir araç ve ortam olarak videonun tarihsel gelişimi, *Atatürk İletişim Dergisi Sayı*, 2017, 13: 27-52.

251. Köstereliođlu İ, Saltan F, Akın Köstereliođlu M. Dijıtal örnek olaya dayalı öğrenme yaklaşımının öğretmen adaylarının akdademık güdülenmeleri üzerındekı etkisi, *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2016, 9(2): 809-820.

252. Etkili Eğitim Üretimi ve Dağıtımı Rehberi, Erişim Adresi: https://www.stgm.org.tr/sites/default/files/2021-07/stgm_video-egitim-bolum-1_cekim-planlama-ve-uygulama.pdf Erişim Tarihi: 20.09.2021

253. Buchner J. How to create Educational Videos: From watching passively to learning actively, *Open Online Journal for Research and Education*, 2018, 12: 2313-1640.

254. Cevahir E. *SPSS ile Nicel Veri Analizi Rehberi*. İstanbul, Kibele Yayınları, 2020.

255. Zhu C, Huang S, Evans R, Zhang W. Cyberbullying among adolescents and children: a comprehensive review of the global situation, risk factors, and preventive measures, *Front. Public Health*, 2021, 9:1-12, doi: 10.3389/fpubh.2021.634909

256. Hui B, Campbell R. Discrepancy between learning and practicing digital citizenship, *Journal of Academic Ethics*, 2018, 16(2):117-131.

257. Prihastuty R, Swaraswati Y, Rahmawati DA, Khasanah SND. Social media literacy training for preventing cyberbullying ıntention among senior high school students, *International Summit on Science Technology and Humanity (ISETH2019)*, 2019:172-180.

258. Garaigordobil M, Martínez-Valderrey V. Effects of Cyberprogram 2.0 on" face-to-face" bullying, cyberbullying, and empathy, *Psicothema*, 2015, 27(1):45-51.

259. Craig W, Boniel-Nissim M, King N, Walsh SD, Boer M, Donnelly PD, FJ, Fisch Y, Malinowska-Cieslik M, Matos MG, Cosma A, Eijnden RV, Vieno A, Elgar FJ, Molcho M, Bjereld Y, Pickett W. Social media use and cyber-bullying: a cross-national analysis of young people in 42 countries, *Journal of Adolescent Health*, 2020, 66(6):100-108.

260. Roberto AJ, Eden J, Savage MW, Ramos-Salazar L, Deiss D. Outcome evaluation results of school-based cybersafety promotion and cyberbullying prevention ınterventıon for middle school students, *Health Communication*, 2014, 29(10):1029-1042, doi: 10.1080/10410236.2013.831684

261. Ortega-Barón J, González-Cabrera J, Machimbarrena JM, Montiel I. Safety. Net: a pilot study on a multi-risk ınternet prevention program, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2021, 18(8): 4249.

262. Ortega Ruiz R, Rey Alamillo, RD, Casas Bolaños JA. Knowing, Building and Living Together on Internet and Social Networks: The ConRed Cyberbullying Prevention Program, *International Journal of Conflict and Violence*, 2012, 6 (2), 302-312.

263. Doane AN, Kelley ML, Pearson MR. Reducing cyberbullying: A theory of reasoned action-based video prevention program for college students, *Aggressive Behavior*, 2016, 42(2):136-146.

264. Tal T, Prebor G. Parents' awareness and ınvolvement in dealing with cyberbullying, *LIBRI*, 2020, 70(2): 95–107.

265. Söğüt F. Dijital eğitimlerin dijital oyunlar ve şiddet ilişkisine yönelik algıları, *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2020, (51):79-100.

266. Yay M. *Dijital Ebeveynlik*, 2. Baskı, İstanbul: Gülmat Matbaacılık Yayıncılık San. Tic. Ltd. Şti., 2019; 9-10.

267. Şahin K. Dijital hikâye geliştirme etkinliklerinin ebeveynlerin dijital ebeveynlik ve teknoloji kullanım tutumlarına etkisinin incelenmesi, Bartın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Yüksek lisans tezi, Bartın: Bartın Üniversitesi, 2021.

268. Tosun N, Mihci C. An examination of digital parenting behavior in parents with preschool children in the context of lifelong learning, *Sustainability*, 2020, 12(18):7654.

269. Parsak B, Kuzucu Y. Ebeveyn tutumları ile okul öncesi dönem çocuklarında saldırganlık arasındaki ilişkide çocukların empati ve sosyal becerilerinin rolü, *Humanistic Perspective*, 2020, 2 (3) , 347-374, doi: 10.47793/hp.778702.

270. Akçaboy, M. Adölesanlar ile Ailelerin Yeni Medya Kullanımı ve Çevrim İçi Güvenlik Farkındalığı, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sosyal Pediatri Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi Ankara: Ankara Üniversitesi, 2019.

271. Wang X, Xing W. Exploring the ınfluence of parental ınvolvement and socioeconomic status on teen digital citizenship: A Path Modeling Approach, *Educational Technology & Society*, 2018, 21 (1):186–199.

272. Akgül G. *Siber Zorbalığın Nedenleri Üzerine Kuramsal Açıklamalar*, *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 2020, 1(2):149-167.

273. Özdoğan AÇ, Berkant HG. Covıd-19 pandemi dönemindeki uzaktan eğitime ilişkin paydaş görüşlerinin incelenmesi, milli eğitim dergisi, salgın sürecinde Türkiye'de ve Dünyada eğitim, *Milli Eğitim*, 2020, 13-43, doi: 10.37669/milliegitim.788118.

8. EKLER

EK-1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyodemografik, İnternet, Sosyal Medya ve Oyun Oynama Özelliklerine Ait Veriler Tablosu

Özellikler	n	%
Yaş		
14	115	26.3
15	230	52.5
16	93	21.2
Cinsiyet		
Kız	318	72.6
Erkek	120	27.4
Okul Adı		
Cemil Meriç Anadolu Lisesi	46	10.5
Mehmetçik Anadolu Lisesi	32	7.3
Bağlıca Anadolu Lisesi	11	2.5
Şehit Ömer Halis Demir Anadolu Lisesi	129	29.5
Şehit Velit Bekdaş Anadolu Lisesi	24	5.5
Şehit Aytekin Kuru Anadolu Lisesi	27	6.2
Şehit Oğuzhan Yaşar Anadolu Lisesi	15	3.4
Şehit Ertan Akgül Anadolu Lisesi	31	7.1
Sincan Anadolu Lisesi	16	3.7
Fatih Anadolu Lisesi	84	19.2
İbni Sina Anadolu Lisesi	10	2.3
Ufuk Arslan Anadolu Lisesi	13	3.0
Sınıf		
9.	287	65.5
10.	151	34.5
Ders Başarı Durumu		
Kötü	6	1.4
Orta	122	27.9
İyi	237	54.1
Çok iyi	73	16.7
Anne Eğitim Düzeyi		
İlköğretim	193	44.1
Lise	167	38.1
Üniversite	74	16.9
Yüksek lisans/Doktora	4	0.9
Baba Eğitim Düzeyi		
İlköğretim	111	25.3
Lise	174	39.7
Üniversite	145	33.1
Yüksek lisans/Doktora	8	1.8
Cep Telefonuna Sahip Olma		
Evet	414	94.5
Hayır	24	5.5
İnternete sürekli erişim		
Evet	408	93.2
Hayır	30	6.8
İnternete Ulaşma Aracı		
Bilgisayar	265	60.5
Cep Telefonu (Ailem)	111	25.3
Tablet	62	14.2
İnterneti Kullanma Amacı		
Sosyal Medya Kullanmak	156	35.6
Ödev Yapmak	137	31.3
Araştırma Yapmak	29	6.6
Oyun Oynamak	51	11.6
Gazete Dergi Blok Okumak	12	2.7

Sohbet Etmek	53	12.1
Sosyal Medya Hesabı Kullanma		
Evet	399	91.1
Hayır	39	8.9
Kullanılan Sosyal Medya Hesapları		
Facebook	28	6.4
İnstagram	318	72.6
Whatsapp	264	60.3
Twitter	100	22.8
Sanpchat	42	9.5
Telegram	12	2.7
Tiktok	22	5.0
Youtube	68	15.5
Sosyal Medyada Paylaştığın Bilgiler		
Ad soyad	345	78.8
Yaş	155	35.4
Kendime ait fotoğraflar	228	52.1
Kendime ait videolar	129	29.5
Aileme ait fotoğraflar	106	24.2
Aileme ait videolar	85	19.2
Okul bilgileri	83	18.9
Adres/konum paylaşmak	29	6.6
Arkadaşlar ile sosyal medya şifresi paylaşmak		
Evet	20	4.6
Hayır	418	95.4
Ebeveyn ile sosyal medya şifresi paylaşmak		
Evet	197	45.0
Hayır	244	55.0
Ebeveyn ile sosyal medyada arkadaş olmak		
Evet	342	78. 1
Hayır	96	21. 9
Ebeveynin sosyal medya paylaşımları kontrol etmesi		
Evet	274	62.6
Hayır	164	37.4
İnternette oyun oynamak		
Evet	159	36.3
Hayır	279	63.7
Siber zorbalıkla karşılaşınca ebeveyne bilgi vermek		
Evet	385	87.9
Hayır	53	12.1
Siber zorbalık bilgi düzeyi		
Hiç yeterli değil	12	2.7
Biraz yeterli	23	5.3
Ne yeterli ne yetersiz	85	19.4
Oldukça yeterli	164	37.4
Çok yeterli	154	35.2
YSZE-II Puanına Göre		
Siber Zorba	148	33. 8
Siber Mağdur	205	46. 8
Siber zorba mağdur	124	28. 3
İnternette ve Sosyal medyada geçirilen süre		
İnternette günlük geçirilen süre	5.5±3.7 saat	
Sosyal medya hesaplarında günlük geçirilen süre	2.7 ±2.5 saat	

EK-2. Müdahale ve Kontrol Grubuna Katılacak Minimum Öğrenci Sayısını Belirlemek Amacıyla Yapılan Güç Analizi Sonucu

F tests - ANOVA: Repeated measures, within-between interaction

Analysis:	A priori: Compute required sample size		
Input:	Effect size f	=	0.25
	α err prob	=	0.05
	Power (1-β err prob)	=	0.95
	Number of groups	=	2
	Number of measurements	=	2
	Corr among rep measures	=	0.5
	Nonsphericity correction ϵ	=	1
Output:	Noncentrality parameter λ	=	13.5000000
	Critical F	=	4.0266314
	Numerator df	=	1.0000000
	Denominator df	=	52.0000000
	Total sample size	=	54
	Actual power	=	0.9500773

EK-3. Adölesan Veri Toplama Formu

Değerli katılımcı, Bu araştırma Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi doktora öğrencisi tarafından Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi ile adölesanlar ve ebeveynlerinde farkındalık oluşturması amacıyla yapılacaktır. Araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Verdiğiniz bilgiler sadece bilimsel amaçlı kullanılacaktır. İstediğiniz zaman herhangi bir neden belirtmeden, araştırmadan ayrılma hakkınız vardır. Katılımınız için teşekkürler.

Araştırmacı 1: Araştırmacı 2:

Arş. Gör. Dilek Uludaşdemir (05545218526) Doç. Dr. Sibel Küçük

A.	**SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLER**	
1.	Okul Adı	
2.	Sınıf /Şube	□
3.	Doğum Tarihi	…./…./…..
4.	Cinsiyet	□Kız □Erkek
5.	Ders başarı durumu	□Çok iyi □ İyi □Orta □Kötü
6.	Anne Eğitim Düzeyi	□İlkokul □Ortaokul □Lise □Üniversite □Master/doktora
7.	Baba Eğitim Düzeyi	□İlkokul □Ortaokul □Lise □Üniversite □Master/doktora
8.	Kendine ait bir cep telefonun var mıdır?	□Evet □Hayır
9.	Sürekli internete erişim sağlayabiliyor musunuz?	□Evet □Hayır
10.	İnternete hangi yollarla erişiyorsunuz?	□ Evimdeki Bilgisayar □Cep Telefonu (Aileden birine ait olan) □İnternet kafe □Diğer
11.	Bir günde ortalama kaç saat internette zaman geçiriyorsunuz?	…….
12.	İnterneti en çok hangi amaçlar için kullanırsınız?	□Sosyal medya kullanmak □Ödev yapmak □Gazete, dergi, blok okumak □Oyun oynamak □Sohbet etmek □Araştırma yapmak □ Diğer
B.	**SOSYAL MEDYA ve OYUN OYNAMA**	
1.	Sosyal medya kullanıyor musunuz?	□Evet □Hayır

2.	Kullandığın sosyal medya hesaplarının isimlerini yazabilir misin?	…… …… …….
3.	Sosyal medya/İnternette bu bilgilerden hangilerini paylaşırsın? Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.	□ Adım soyadım, □Yaşım □ Kendime ait fotoğraflar □ Kendi görüntümün olduğu videolar □ Ailemin görüntülerinin olduğu video □ Aileme ait fotoğraflar □Okul bilgilerim (okul adı, sınıfım vb) □ Adres bilgilerini /konum paylaşmak □Diğer
4.	Bir günde ortalama kaç saat sosyal medyada zaman geçiriyorsunuz?	
5.	Arkadaşların ile sosyal medya hesaplarıma ait şifreni paylaşır mısın?	□Evet □Hayır
6.	Sosyal medya hesaplarında ailenden kişiler (anne, baba gibi) ile arkadaş mısınız?	□Evet □Hayır
7.	Sosyal medya şifreni ebeveynin ile paylaşır mısın?	□Evet □Hayır
8.	Ebeveynin internet ortamında/Sosyal medyada yaptığın paylaşımları kontrol eder mi?	□Evet □Hayır
9.	İnternette oyun oynar mısın?	□Evet □Hayır
10.	9. soruya cevabın evet ise, İnternette oyun oynadığın sitelerin isimlerini yazabilir misin?	
11.	Bir günde ortalama kaç saat internette oyun oynayarak zaman geçiriyorsunuz? Lütfen yazınız	……..
12.	İnternet ortamında siber zorbalık ile karşılaştığında ailene bilgi verir misin?	□Evet □Hayır
13.	14.soruya cevabın hayır ise neden?	……..
14.	Siber zorbalıktan kaçınma ve korunma hakkında bilgi düzeyinizin ne kadar yeterli olduğunu düşünüyorsunuz? (Lütfen, işaretleyiniz).	0 1 2 3 4 5 Hiç yeterli değilim Çok yeterliyim

EK-4. Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri- II

Aşağıda internet kullanırken kişilerin karşılaşabilecekleri bazı durumlar verilmiştir.
Her bir durumun **son 6 ay** içerisinde ne sıklıkla başınıza geldiğini **BANA YAPILDI** bölümünde uygun rakamı yuvarlak içine alarak belirtiniz.
Bu davranışları ne sıklıkla yaptığınızı ise **BEN YAPTIM** bölümündeki size uygun rakamı yuvarlak içine alarak belirtiniz.
Lütfen her maddeyi **her iki bölüm** için de cevaplamayı unutmayınız.

İNTERNET aracılığıyla,	**BANA YAPILDI**				**BEN YAPTIM**			
1.Birine ait hesap şifresini ele geçirmek	**Hiç**	**Bir kez**	**2-3 kez**	**Üçten çok**	**Hiç**	**Bir kez**	**2-3 kez**	**Üçten çok**
2.Başkasının hesabını izinsiz kullanarak onu küçük düşürecek paylaşımlar yapmak	1	2	3	4	1	2	3	4
3.Birini tehdit etmek	1	2	3	4	1	2	3	4
4.Birine hakaret etmek	1	2	3	4	1	2	3	4
5. Utandırıcı veya kırıcı mesajlar göndermek	1	2	3	4	1	2	3	4
6. Sahibinin görmesinden rahatsızlık duyacağı bir fotoğrafı veya videoyu başkalarıyla paylaşmak	1	2	3	4	1	2	3	4
7. Bir sırrı sahibinin izni olmadan başkalarıyla paylaşmak	1	2	3	4	1	2	3	4
8.Dedikodu yaymak	1	2	3	4	1	2	3	4
9.Bir başkası adına profil açıp oymuş gibi davranmak	1	2	3	4	1	2	3	4
10.Küçük düşürücü internet sitesi/sayfası oluşturmak	1	2	3	4	1	2	3	4

EK-5. Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu

Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Bilgi Soruları	*EVET*	*HAYIR*
A. SİBER ZORBALIK TANIMI VE ÇEŞİTLERİ, NEDENLERİ VE SONUÇLARI		
1. Siber zorbalık tanımını bilirim.		
2. Siber mağduriyet tanımını bilirim.		
3. İnternet ortamında insanlarla alay etmek, dedikodu çıkarmak olumsuz bir davranıştır.		
4. İnternet ortamında insanlara kırıcı mesajlar göndermek olumsuz bir davranıştır.		
5. İnternet ortamında başkası gibi hesap açıp davranmak olumsuz bir davranıştır.		
6. İnternet ortamında başka birisinin şifresini ele geçirmek olumsuz bir davranıştır.		
7. İnternet ortamında izinsiz video, fotoğraf paylaşmak olumsuz bir davranıştır.		
8. İnternet ortamında bir kişiyi dışlamak, görmezden gelmek olumsuz bir davranıştır.		
9. İnternet ortamında uzun süre vakit geçirmek olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.		
10. Sosyal medya hesaplarında uzun süre vakit geçirmek olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.		
11. İnternette oyun oynamak olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.		
12. İnternet ortamında olumsuz davranışlara maruz kalmak psikolojik sorunlara neden olabilir.		
13. İnternet ortamında olumsuz davranışlara maruz kalmak fiziksel sorunlara neden olabilir.		
14. Çevresindeki kişiler ile iletişimi yetersiz olanlar internette olumsuz davranışlarda bulunabilirler.		
15. İnternet ortamın olumsuz davranışa maruz kalanlar da olumsuz davranışlarda bulunabilir.		
16. İnternet ortamında olumsuz davranışlarla karşılaştığımda ne yapacağımı bilirim.		
17. İnternet ortamında olumsuz davranışlara karşılaşıldığında aileye bilgi vermek gerekir.		
18. İnternette olumsuz davranışlarda bulunan kişiye karşılık vermeden engellemek gerekir.		
19. Siber zorbalık yapmanın yasal olarak cezası vardır.		
B.DİJİTAL VATANDAŞLIK ÖZ YETERLİLİĞİ		
20. Dijital vatandaşlık kavramının ne olduğunu bilirim.		
21. İnternet ortamında kendime karşı sorumluluklarımın neler olduğunu bilirim.		
22. İnternet ortamında diğer insanlara karşı sorumluluklarımın neler olduğunu bilirim.		
23. Dijital okuryazarlık kavramının ne olduğunu bilirim.		
24. İnternet ortamında doğruluğundan emin olmadığımız bilgileri paylaşmamak gerekir.		
25. İnternet ortamında bir paylaşım yapmadan önce doğru olup olmadığını araştırmak gerekir.		
26. Dijital etik kavramının ne olduğunu bilirim.		
27. İnternette gerçek yaşamda olduğu gibi görgü kurallarına uygun olarak davranmalıyız.		
28. İnterneti ve sosyal medya hesaplarını, diğer insanları olumsuz etkilemeyecek şekilde kullanmak gerekir.		

	EMPATİ		
29.	Empati kavramının tanımını bilirim.		
30.	İnternet ortamındaki iletişimde de empatik yaklaşım olması gerekir.		
31.	İnternet ortamında yüz yüze iletişim olmadığı için insanların duygularını anlamak daha zordur.		
32.	İnternette olumsuz davranışlarla karşılaşan insanların duygu ve düşünceleri olumsuz etkilenebilir.		
33.	İnternet /Sosyal medyada yapacağımız bir paylaşım öncesinde (yorum, mesaj vb) diğer insanları kırabilir mi diye düşünerek hareket ederim.		
	E. GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI		
34.	İnternet ortamında geçirilen sürenin artması fiziksel sorunlara neden olabilir.		
35.	İnternet ortamında geçirilen sürenin artması psikolojik sorunlara neden olabilir.		
36.	İnternet/sosyal medya hesaplarında tanımadığımız kişilerle arkadaş olmamamız gerekir.		
37.	İnternet ortamında yabancılarla fotoğraf, video, adres, telefon, iş, okul ismi gibi kişisel bilgilerin paylaşılması internette olumsuz durumlarla karşılaşmak için risk oluşturabilir.		
38.	İnternette /sosyal medya hesaplarında oluşturulan profilin herkese açık olmaması gerekir.		
39.	İnternet ortamında tanımadığımız kişilerden gelen mesaj, fotoğraf, video, arkadaşlık istediğine cevap vermemiz gerekir.		
40.	İnternet ortamında arkadaşlarımızla bile şifrelerimizi paylaşmamalıyız.		

EK-6. Adölesan Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu Uygunluğu Uzman Görüşü Formu

Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Bilgi Soruları	*Uygun*	*Kısmen Uygun*	*Uygun değil*
A.SİBER ZORBALIK TANIMI VE ÇEŞİTLERİ, NEDENLERİ VE SONUÇLARI			
1. Siber zorbalık tanımını bilirim.			
2. Siber mağduriyet tanımını bilirim.			
3. İnternet ortamında insanlarla alay etmek, dedikodu çıkarmak olumsuz bir davranıştır.			
4. İnternet ortamında insanlara kırıcı mesajlar göndermek olumsuz bir davranıştır.			
5. İnternet ortamında başkası gibi hesap açıp davranmak olumsuz bir davranıştır.			
6. İnternet ortamında başka birisinin şifresini ele geçirmek olumsuz bir davranıştır.			
7. İnternet ortamında izinsiz video, fotoğraf paylaşmak olumsuz bir davranıştır.			
8. İnternet ortamında bir kişiyi dışlamak, görmezden gelmek olumsuz bir davranıştır.			
9. İnternet ortamında uzun süre vakit geçirmek olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.			
10. Sosyal medya hesaplarında uzun süre vakit geçirmek olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.			
11. İnternette oyun oynamak olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.			
12. İnternet ortamında olumsuz davranışlara maruz kalmak psikolojik sorunlara neden olabilir.			
13. İnternet ortamında olumsuz davranışlara maruz kalmak fiziksel sorunlara neden olabilir.			
14. Çevresindeki kişiler ile iletişimi yetersiz olanlar internette olumsuz davranışlarda bulunabilirler.			
15. İnternet ortamın olumsuz davranışa maruz kalanlar da olumsuz davranışlarda bulunabilir.			
16. İnternet ortamında olumsuz davranışlarla karşılaştığımda ne yapacağımı bilirim.			
17. İnternet ortamında olumsuz davranışlara karşılaşıldığında aileye bilgi vermek gerekir.			
18. İnternette olumsuz davranışlarda bulunan kişiye karşılık vermeden engellemek gerekir.			
19. Siber zorbalık yapmanın yasal olarak cezası vardır.			
B.DİJİTAL VATANDAŞLIK ÖZ YETERLİLİĞİ			
20. Dijital vatandaşlık kavramının ne olduğunu bilirim.			
21. İnternet ortamında kendime karşı sorumluluklarımın neler olduğunu bilirim.			
22. İnternet ortamında diğer insanlara karşı sorumluluklarımın neler olduğunu bilirim.			
23. Dijital okuryazarlık kavramının ne olduğunu bilirim.			
24. İnternet ortamında doğruluğundan emin olmadığımız bilgileri paylaşmamak gerekir.			
25. İnternet ortamında bir paylaşım yapmadan önce doğru olup olmadığını araştırmak gerekir.			

26. Dijital etik kavramının ne olduğunu bilirim.			
27. İnternette gerçek yaşamda olduğu gibi görgü kurallarına uygun olarak davranmalıyız.			
28. İnterneti ve sosyal medya hesaplarını, diğer insanları olumsuz etkilemeyecek şekilde kullanmak gerekir.			
C.EMPATİ			
29. Empati kavramının tanımını bilirim.			
30. İnternet ortamındaki iletişimde de empatik yaklaşım olması gerekir.			
31. İnternet ortamında yüz yüze iletişim olmadığı için insanların duygularını anlamak daha zordur.			
32. İnternette olumsuz davranışlarla karşılaşan insanların duygu ve düşünceleri olumsuz etkilenebilir.			
33. İnternet /Sosyal medyada yapacağımız bir paylaşım öncesinde (yorum, mesaj vb) diğer insanları kırabilir mi diye düşünerek hareket ederim.			
D. GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI			
34. İnternet ortamında geçirilen sürenin artması fiziksel sorunlara neden olabilir.			
35. İnternet ortamında geçirilen sürenin artması psikolojik sorunlara neden olabilir.			
36. İnternet/sosyal medya hesaplarında tanımadığımız kişilerle arkadaş olmamamız gerekir.			
37. İnternet ortamında yabancılarla fotoğraf, video, adres, telefon, iş, okul ismi gibi kişisel bilgilerin paylaşılması internette olumsuz durumlarla karşılaşmak için risk oluşturabilir.			
38. İnternette /sosyal medya hesaplarında oluşturulan profilin herkese açık olmaması gerekir.			
39. İnternet ortamında tanımadığımız kişilerden gelen mesaj, fotoğraf, video, arkadaşlık istediğine cevap vermemiz gerekir.			
40. İnternet ortamında arkadaşlarımızla bile şifrelerimizi paylaşmamalıyız.			

EK-7. Adölesan SZFE Değerlendirme Formu Kapsam Geçerlilik İndeksi

Maddeler	Uzmanlar (0:Uygun değil, 1:Kısmen uygun, 2:Uygun)												Madde KGO Min. Değer
	1	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	*7*	*8*	*9*	*10*	**11**	**12**	
Soru 1	1	0	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	0.92
Soru 2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1.00
Soru 3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 5	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1.00
Soru 6	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 7	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 9	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 11	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 12	2	0	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0.83
Soru 13	2	0	1	2	2	1	2	0	2	2	2	2	0.83
Soru 14	2	2	1	1	2	1	2	0	2	2	2	2	0.92
Soru 15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 16	2	2	2	2	1	1	2	0	2	2	2	2	0.92
Soru 17	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1.00
Soru 18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 19	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	0.92
Soru 20	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1.00
Soru 21	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 22	2	0	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	0.92
Soru 23	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 24	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 26	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 28	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 31	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1.00
Soru 32	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 33	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 34	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	0.92
Soru 35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 37	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 38	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 39	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00

EK-8. Ebeveyn Veri Toplama Formu

Değerli katılımcı,

Bu araştırma Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi doktora öğrencisi tarafından Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi ile sizlerin ve çocuklarınızın bu konuda farkındalık kazanmanız amacıyla yürütülmektedir. Araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Verdiğiniz bilgiler sadece bilimsel amaçlı kullanılacaktır. İstediğiniz zaman, herhangi bir gerekçe göstermenize gerek kalmadan araştırmadan çıkma hakkınız vardır. Katılımınız için teşekkürler.

Araştırmacı 1: Araştırmacı 2:

Arş. Gör. Dilek Uludaşdemir (05545218526) Doç. Dr. Sibel Küçük

A.	**SOSYODEMOGRAFİK ÖZELLİKLER**	
1.	Ebeveyn Kodu	
2.	Doğum Tarihi	…./…./…..
3.	Araştırmaya katılanın yakınlığı	□Anne □Baba
4.	Medeni Durum	□Evli □Bekar (Boşanmış, ayrı yaşayan vb)
5.	Eğitim Düzeyi	□İlkokul □Ortaokul □Lise □Üniversite □Master/doktora
6.	Mesleğiniz	…….
7.	Aylık Gelir Miktarınız	…….tl
8.	Çocuğunuzun kendine ait bir cep telefonun var mıdır?	□Evet □Hayır
9.	Çocuğunuz sürekli internete erişim sağlayabilmekte midir?	□Evet □Hayır
10.	Çocuğunuz internete hangileri ile erişim sağlamaktadır? Birden fazla şık işaretleyebilirsiniz.	□Bilgisayar □Cep Telefonu (Aileden birine ait olan) □İnternet kafe
11.	Çocuğunuz internette bir günde ortalama kaç saat geçirmektedir?	…… .
12.	Çocuğunuz interneti en çok hangi amaçlar için kullanmaktadır? Birden fazla şık işaretleyebilirsiniz.	□Sosyal medya kullanmak □Ödev yapmak □Gazete, dergi, blok okumak □Oyun oynamak □Sohbet etmek □Araştırma yapmak
B.	**SOSYAL MEDYA ve OYUN OYNAMA**	
1	Çocuğunuzun kullandığı sosyal medya hesabi var mıdır?	□Evet □Hayır □Bilmiyorum
2	Çocuğunuzun kullandığını bildiğiniz sosyal medya hesaplarının ismini yazabilir misiniz? Lütfen yazınız.	……..
3	Çocuğunuz sosyal medya hesaplarında bir günde ortalama kaç saat geçirmektedir? Lütfen yazınız	……

4	Çocuğunuzun sosyal medya hesaplarında yaptığı paylaşımları takip ediyor musunuz?	□Evet □Hayır
5	Çocuğunuzun internette/sosyal medyada paylaştığı bilgiler nelerdir?	□ Adı, soyadı □ Yaş □ Aileye ve ya kendisine ait video □ Aileye ve ya kendisine ait fotoğraf □Okul bilgileri (okul adı, sınıfım vb) □ Adres bilgileri /konum
6	Çocuğunuzun sosyal medya hesaplarındaki arkadaşlarının kimler olduğunu takip ediyor musunuz?	□Evet □Hayır □Takip etmeyi bilmiyorum
7	Sizin sosyal medya hesabımınız var mıdır?	□Evet □Hayır
8	Sosyal medya hesabınızda çocuğunuz ile arkadaş mısınız?	□Evet □Hayır
10	Çocuğunuzun sosyal medyada/ internette paylaştığı her içeriği onaylıyor musunuz?	□ Evet □Hayır □ Bazen
11	Çocuğunuz internet ortamında oyun oynuyor mu?	□Evet □Hayır
12	Çocuğunuzun internet ortamında oynadığı oyun sitelerinin isimlerini yazabilir misiniz?	……..
13	Çocuğunuz günde ortalama kaç saat oyun sitelerinde zaman geçirir?	……..
14	Çocuğunuzun internet ortamında siber zorbalık ile karşılaştı mı?	□Evet □Hayır □ Bilmiyorum
15	Çocuğunuz internet ortamında siber zorbalık davranışında bulunduğu ile ilgili bir şikayet aldınız mı?	□ Evet □Hayır □Bilmiyorum
16	Siber zorbalıktan kaçınma ve korunma hakkındaki bilgilerinizi ne kadar yeterli buluyorsunuz?	0 1 2 3 4 5 Hiç yeterli değilim Çok yeterliyim

EK-9. Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu

Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Bilgi Soruları	*EVET*	*HAYIR*
A.SİBER ZORBALIK TANIMI VE ÇEŞİTLERİ, NEDENLERİ VE SONUÇLARI		
1. Siber zorbalık tanımını bilirim.		
2. Siber mağduriyet tanımını bilirim.		
3. Siber zorbalık ve mağduriyet oluşturan davranışların neler olduğunu bilirim.		
4. İnternet ortamında insanlarla alay etmek, dedikodu çıkarmak siber zorbalıktır.		
5. İnternet ortamında inşalara kırıcı mesajlar göndermek siber zorbalıktır.		
6. İnternet ortamında başkası gibi hesap açıp davranmak siber zorbalıktır.		
7. İnternet ortamında başka birisinin şifresini ele geçirmek siber zorbalıktır.		
8. İnternet ortamında izinsiz video, fotoğraf paylaşmak siber zorbalıktır.		
9. İnternet ortamında bir kişiyi dışlamak, görmezden gelmek siber zorbalıktır.		
10. İnternet/sosyal medyada uzun süre vakit geçirmek olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.		
11. İnternette oyun oynamak olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.		
12. Ebeveyn ile çocuk arasındaki iletişimin yetersiz olması siber zorbalığa neden olabilir.		
13. İnternet ortamında çocuğumun siber mağdur olup olmadığını anlayabilirim.		
14. İnternet ortamında çocuğumun siber zorbalık davranışını yapıp yapmadığını anlayabilirim.		
15. Siber zorbalığa maruz kalmak fiziksel sorunlara neden olabilir.		
16. Siber zorbalığa maruz kalmak psikolojik sorunlara neden olabilir.		
17. Siber zorbalığın önlenmesi hakkındaki bilgilerim yeterlidir.		
18. Çocuğuma siber zorbalıktan nasıl korunması gerektiği hakkında vereceğim bilgiler yeterlidir.		
19. Çocuğumu internet ortamında siber zorbalıktan uzak durması gerektiği hakkında bilgilendiririm.		
20. Siber zorbalık yapmanın yasal olarak cezası vardır.		
B.DİJİTAL EBEVEYNLİK ÖZ YETERLİLİĞİ		
21. Dijital ebeveynlik kavramının ne olduğunu bilirim.		
22. Dijital ebeveynde olması gereken rollerin neler olduğunu bilirim.		

23. Dijital ebeveyn olmak için internet kullanımı ile ilgili bilgilerimi artırmak için araştırma yapmam gerektiğini bilirim.		
24. Dijital okuryazarlık kavramının ne olduğunu bilirim.		
25. İnternet ortamında bir paylaşım yapmadan önce doğru olup olmadığını araştırmamgerektiğini bilirim.		
26. İnternette gerçek yaşamda olduğu gibi görgü kurallarına uygun olarak davranmalıyız.		
27. İnterneti ve sosyal medya hesaplarını, diğer insanları olumsuz etkilemeyecek şekilde kullanmak gerekir.		
C.EMPATİ		
28. Empati kavramının tanımını bilirim.		
29. İnternet ortamındaki iletişimde de empati kurmak gerekir.		
30. İnternet ortamında yüz yüze iletişim olmadığı için insanların duygularını anlamak daha zordur.		
31. İnternette olumsuz davranışlarla karşılaşan insanların duygu ve düşünceleri olumsuz etkilenebilir.		
32. İnternet /Sosyal medyada yapacağımız bir paylaşım öncesinde (yorum, mesaj vb) diğer insanları kırabilir mi diye düşünerek hareket etmek gerekir.		
D.GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI		
33. İnternet ortamında geçirilen sürenin artması fiziksel sorunlara neden olabilir.		
34. İnternet ortamında geçirilen sürenin artması psikolojik sorunlara neden olabilir.		
35. Çocuğumu internette geçirdiği süreyi etkin kullanması hakkında bilgilendiririm.		
36. Çocuğuma internet/sosyal medyada tanımadığı kişilerden gelen mesaj, fotoğraf, video, arkadaşlık istediğini cevap vermemesi gerektiği hakkında bilgi veririm.		
37. İnternet/sosyal medyada yabancılar ile fotoğraf, video, adres, telefon, okul ismi gibi kişisel bilgilerin paylaşılmaması hakkında bilgi veririm.		
38. Güvenli internet kullanımı ile ilgili bilgilerimi artırmak için araştırma yapmam gerektiğini bilirim.		
39. Çocuğumun şifrelerini (örn; internette oynadığı oyunların ve sosyal medya hesaplarının) bilirim.		
40. Teknolojik araçların evde ortak kullanım alanlarında (örn; salon, oturma odası) olması gerektiğini bilirim.		

EK-10. Ebeveyn Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Değerlendirme Formu Uygunluğu-Uzman Görüşü Formu

Siber Zorbalık Farkındalık Eğitimi Bilgi Soruları	*Uygun*	*Kısmen uygun*	*Uygun değil*
A.Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri, Nedenleri ve Sonuçları			
1. Siber zorbalık tanımını bilirim.			
2. Siber mağduriyet tanımını bilirim.			
3. Siber zorbalık ve mağduriyet oluşturan davranışların neler olduğunu bilirim.			
4. İnternet ortamında insanlarla alay etmek, dedikodu çıkarmak siber zorbalıktır.			
5. İnternet ortamında inşalara kırıcı mesajlar göndermek siber zorbalıktır.			
6. İnternet ortamında başkası gibi hesap açıp davranmak siber zorbalıktır.			
7. İnternet ortamında başka birisinin şifresini ele geçirmek siber zorbalıktır.			
8. İnternet ortamında izinsiz video, fotoğraf paylaşmak siber zorbalıktır.			
9. İnternet ortamında bir kişiyi dışlamak, görmezden gelmek siber zorbalıktır.			
10. İnternet/sosyal medyada uzun süre vakit geçirmek olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.			
11. İnternette oyun oynamak olumsuz davranışlarla karşılaşma riskini artırabilir.			
12. Ebeveyn ile çocuk arasındaki iletişimin yetersiz olması siber zorbalığa neden olabilir.			
13. İnternet ortamında çocuğumun siber mağdur olup olmadığını anlayabilirim.			
14. İnternet ortamında çocuğumun siber zorbalık davranışını yapıp yapmadığını anlayabilirim.			
15. Siber zorbalığa maruz kalmak fiziksel sorunlara neden olabilir.			
16. Siber zorbalığa maruz kalmak psikolojik sorunlara neden olabilir.			
17. Siber zorbalığın önlenmesi hakkındaki bilgilerim yeterlidir.			
18. Çocuğuma siber zorbalıktan nasıl korunması gerektiği hakkında vereceğim bilgiler yeterlidir.			
19. Çocuğumu internet ortamında siber zorbalıktan uzak durması gerektiği hakkında bilgilendiririm.			
20. Siber zorbalık yapmanın yasal olarak cezası vardır.			
B. DİJİTAL EBEVEYNLİK ÖZ YETERLİLİĞİ			
21. Dijital ebeveynlik kavramının ne olduğunu bilirim.			

22. Dijital ebeveynde olması gereken rollerin neler olduğunu bilirim.			
23. Dijital ebeveyn olmak için internet kullanımı ile ilgili bilgilerimi artırmak için araştırma yapmam gerektiğini bilirim.			
24. Dijital okuryazarlık kavramının ne olduğunu bilirim.			
25. İnternet ortamında bir paylaşım yapmadan önce doğru olup olmadığını araştırmamgerektiğini bilirim.			
26. İnternette gerçek yaşamda olduğu gibi görgü kurallarına uygun olarak davranmalıyız.			
27. İnterneti ve sosyal medya hesaplarını, diğer insanları olumsuz etkilemeyecek şekilde kullanmak gerekir.			
C.EMPATİ			
28. Empati kavramının tanımını bilirim.			
29. İnternet ortamındaki iletişimde de empati kurmak gerekir.			
30. İnternet ortamında yüz yüze iletişim olmadığı için insanların duygularını anlamak daha zordur.			
31. İnternette olumsuz davranışlarla karşılaşan insanların duygu ve düşünceleri olumsuz etkilenebilir.			
32. İnternet /Sosyal medyada yapacağımız bir paylaşım öncesinde (yorum, mesaj vb) diğer insanları kırabilir mi diye düşünerek hareket etmek gerekir.			
D.GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI			
33. İnternet ortamında geçirilen sürenin artması fiziksel sorunlara neden olabilir.			
34. İnternet ortamında geçirilen sürenin artması psikolojik sorunlara neden olabilir.			
35. Çocuğumu internette geçirdiği süreyi etkin kullanması hakkında bilgilendiririm.			
36. Çocuğuma internet/sosyal medyada tanımadığı kişilerden gelen mesaj, fotoğraf, video, arkadaşlık istediğini cevap vermemesi gerektiği hakkında bilgi veririm.			
37. İnternet/sosyal medyada yabancılar ile fotoğraf, video, adres, telefon, okul ismi gibi kişisel bilgilerin paylaşılmaması hakkında bilgi veririm.			
38. Güvenli internet kullanımı ile ilgili bilgilerimi artırmak için araştırma yapmam gerektiğini bilirim.			
39. Çocuğumun şifrelerini (örn; internette oynadığı oyunların ve sosyal medya hesaplarının) bilirim.			
40. Teknolojik araçların evde ortak kullanım alanlarında (örn; salon, oturma odası) olması gerektiğini bilirim.			

EK-11. SZFE Ebeveyn Değerlendirme Formu Kapsam Geçerlilik İndeksi

Maddeler	**Uzmanlar (0:Uygun değil, 1:Kısmen uygun, 2:Uygun)**												Madde KGO Min. Değer **Min. Değer**
	1	***2***	***3***	***4***	***5***	***6***	***7***	***8***	***9***	***10***	**11**	**12**	
Soru 1	2	0	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0.92
Soru 2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 5	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1.00
Soru 6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 11	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 12	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 13	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	0.92
Soru 14	2	2	2	2	2	1	2	0	2	2	2	2	0.92
Soru 15	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 16	2	1	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	0.92
Soru 17	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 19	2	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	0.83
Soru 20	2	0	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	0.92
Soru 21	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 22	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 23	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 28	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 29	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 31	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1.00
Soru 32	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 33	2	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0.92
Soru 34	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	0.92
Soru 35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 36	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 37	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1.00
Soru 38	2	0	2	0	2	2	2	1	2	2	2	2	0.83
Soru 39	2	0	2	0	2	2	2	1	2	2	2	2	0.83
Soru 40	2	0	2	0	2	2	2	1	2	2	2	2	0.83

EK-12. Sistem Kullanılabilirlik Skalası (Sus)

ÖZELLİKLER	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Bu web sayfasını sıklıkla kullanacağımı düşünüyorum.					
2. Web sayfasını çok karışık buldum.					
3. Web sayfasının kullanımını kolay buldum.					
4. Web sayfasının kullanımı için teknik desteğe ihtiyaç duyabileceğimi düşünüyorum.					
5. Web sayfasının çeşitli özelliklerini birbiri ile iyi entegre edilmiş olarak buldum					
6. Web sayfasının tutarsız olduğunu düşünüyorum.					
7. Web sayfasının kullanımını çoğu kişinin hızlı bir şekilde öğreneceğini düşünüyorum.					
8. Web sayfasını çok kullanışsız buldum.					
9. Web sayfasını kullanırken kendimi rahat hissediyorum.					
10. Web sayfasını kullanmadan önce öğrenmem gereken çok şey var.					

EK-13. Eğitim Videolarını Değerlendirme Memnuniyet Formu

Eğitimde Kullanılan Videoların Özellikleri	Evet	Hayır
1. Videoların içeriği eğitim konusunun amacına uygun olarak hazırlanmıştır.		
2. Videoların içeriği eğitim konusunun kolay anlaşılmasını sağlamaktadır.		
3. Videoların görüntü kalitesi yeterlidir.		
4. Videoların başlangıcında hangi eğitim konusu anlatılacağı kısaca açıklanmıştır.		
5. Videoların ses kalitesi yeterlidir.		
6. Videoların süresi konunun anlaşılmasını sağlayacak yeterliliktedir.		
7. Videoları tanıtıcı metinleri videonun içeriği ile uygun hazırlanmıştır.		
8. Videolarda kullanılan arka plan görsel olarak uygundur.		
9. Videolarda kullanılan yazı stili izleyiciler için uygundur.		
10. Videolarda kullanılan yazılar okunabilmektedir.		
11. Videolarda kullanılan yazılar ile eğitim içeriği tutarlıdır.		
12. Videolarda kullanılan yazı renkleri izleyiciler için dikkat çekicidir.		
13. Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) eğitim konusunun amacına uygundur.		
14. Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) dikkat çekicidir.		
15. Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) eğitim konusunun anlaşılmasında katkıda bulunmuştur.		
16. Videolarda kullanılan görseller (resim, grafik, şablon vb) anlatıcının önüne geçmeyecek şekilde yerleştirilmiştir.		
17. Videolarda eğitimcinin ses tonu eğitim konusunun anlaşılması için uygundur.		
18. Videolarda eğitimcinin diksiyonu eğitim konusunun anlaşılması için uygundur.		
19. Videolarda eğitimcinin jest ve mimikleri eğitim konusunun anlaşılması için uygundur.		
20. Videolarda eğitimcinin kıyafetlerinde kullandığı renkler görsel olarak uygundur.		

EK-15. Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü Araştırma İzin Onayı

T.C.
ANKARA VALİLİĞİ
Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-14588481-605.99-23077716 25.03.2021
Konu : Araştırma İzni

ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİNE
(Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü)

İlgi: a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 2020/2 sayılı Genelgesi.
b) 09.03.2021 tarihli ve 50298 sayılı yazınız.

Enstitünüz Hemşirelik Anabilim Dalı Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Doktora Programı öğrencisi Dilek ULUDAŞDEMİR'in **"Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Siber Zorbalık Eğitimi ile Siber Zorba Adölesan ve Ebeveynlerinde Farkındalık Oluşturma"** konulu çalışması kapsamında İlimize bağlı, ekli listede belirtilen okullarda uygulama yapma talebi ilgi (a) Genelge çerçevesinde incelenmiştir.

Yapılan inceleme sonucunda, söz konusu araştırmanın Müdürlüğümüzde muhafaza edilen ölçme araçlarının; Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, Milli Eğitim Temel Kanunu ile Türk Milli Eğitiminin genel amaçlarına uygun olarak, ilgili yasal düzenlemelerde belirtilen ilke, esas ve amaçlara aykırılık teşkil etmeyecek, eğitim-öğretim faaliyetlerini aksatmayacak şekilde okul ve kurum yöneticilerinin sorumluluğunda, gönüllülük esasına göre uygulanması Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Turan AKPINAR
Vali a.
Milli Eğitim Müdürü

Ek:
Uygulama Araçları

Dağıtım:
Gereği: Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi
Bilgi: Etimesgut, Sincan İlçe MEM

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Adres : Emniyet Mah. Alparslan Türkeş Cad. 40A Yenimahalle/ANKARA
Belge Doğrulama Adresi : https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys
Bilgi için: D. KARAGÜZEL
Unvan : Memur
Telefon No : 0 (312) 306 89 07
E-Posta: istatistik06@meb.gov.tr
Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr
İnternet Adresi: www.meb.gov.tr
Faks:
Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. https://evraksorgu.meb.gov.tr adresinden e4c8-4f61-35b0-b34c-6fee kodu ile teyit edilebilir.

EK-16. Bilgilendirilmiş Onam Formu

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

Sizi Araştırma Görevlisi Dilek Uludaşdemir tarafından yürütülen "**Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Siber Zorbalık Eğitimi İle Adölesan ve Ebeveynlerinde Farkındalık Oluşturm**a" başlıklı **araştırmaya** davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya **katılmama** veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan **çıkma** hakkında sahipsiniz. **Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** biçiminde yorumlanacaktır. Size verilen **formlardaki** soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır. **Kontrol grubunda yer alan adölesanlar ve ebeveynler araştırma tamamlandıktan sonra araştırmacı tarafından eğitim verilecek olup, eğitim materyallerine ulaşımları sağlanacaktır.**

1. **Araştırmayla İlgili Bilgiler:**
   a. Araştırmanın Amacı: Adölesanlara ve ebeveynlerine web tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi verilerek farkındalık kazandırılması sağlanacaktır.
   b. Araştırmanın İçeriği: Adölesanlara ve ebeveynlerine web tabanlı Siber Zorbalık Eğitimi verilerek farkındalık kazandırılması, veri toplama formu uygulanması
   c. Araştırmanın Öngörülen Süresi:6 hafta
   d. Çalışmaya Katılım Onayı:

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. **Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı, soru sorma ve tartışma imkanı buldum ve tatmin edici yanıtlar aldım. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı.** Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının (Kendi el yazısı ile)
Adı-
Soyadı:.....
.....
İmzası:

(Varsa) Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin;
Veli veya Vasisinin (kendi el yazısı ile)

EK-17. Aydınlatılmış Onam Formu (Müdahale Grubu)

Değerli Katılımcı,

Ergenlik döneminde olan çocuklarımız günlük yaşamda interneti daha yoğun bir şekilde kullanmaktadır. Çocuklarımız için sayısız fırsatlar sunan internetin bilinçsiz ve sorumsuz kullanımı nedeniyle siber zorbalık gibi riskli davranışların yaygınlaştığı görülmektedir. Siber zorbalığın ergenlik döneminde olan çocuklarımız arasında daha sık görülmesi, anne babaların çoğu zaman bu riskler hakkında bilgi sahibi olmaması nedeniyle, çocukların ve anne babalarının bu riskin farkında olmaları sağlanarak, siber zorbalık davranışından kaçınma ve korunması amacıyla bir araştırma yürütmekteyiz. Bu araştırma Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Doktora Programı kapsamında Doç. Dr. Sibel Küçük Danışmanlığında Araştırma Görevlisi Dilek Uludaşdemir tarafından yürütülmektedir. Araştırmanın başlığı "***Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Siber Zorbalık Eğitimi İle Adölesan Ve Ebeveynlerinde Farkındalık Oluşturma***" dır. Araştırmada sizlerin ve çocuklarınızın sosyodemografik özellikleriniz (yaş, cinsiyet, eğitim, durumu, meslek vb) ile internet kullanım alışkanlıklarınız sorulacaktır. Siber zorbalık kavramı, nedenleri, sonuçları, dijital vatandaşlık, dijital ebeveynlik, empati, güvenli internet hakkındaki bilgileriniz değerlendirilecektir. Sağlığı Geliştirme Modeline temellendirilmiş web tabanlı siber zorbalık farkındalık eğitimine çocuğunuzla birlikte katılacaksınız. Eğitimler ücretsiz bir şekilde ***dijitalgencdijitalebeveyn.com*** sitesi üzerinden yapılacaktır. Sitede yer alan ***"Bizimle Sohbet Edin"*** butonu ile araştırmacı ile yedi gün 24 saat süreyle iletişim kurabilir, sorularınızı sorabilirsiniz. Toplamda ***beş adet*** eğitim videosunu (ortalama 5-7 dk) izlemenizi beklemekteyiz. Eğitim aldığınız süre içerisinde çocuğunuzun internet kullanım alışkanlıkları, siber zorbalık davranışından kaçınma ve korunma hakkında web sitesi üzerinden bireysel danışmanlık alacaksınız. Toplam ***beş hafta*** sürecek olan eğitim tamamlandıktan dört hafta sonra eğitimin başında sorduğumuz bilgi formlarının aynısı yeniden soracağız. Böylece siz de ve çocuğunuzda eğitimin etkinliğini değerlendireceğiz.

Araştırma ile ilgili yukarıda yer alan bilgiler dışında detaylı bilgi almak istediğinizde araştırmacı tarafından gerekli açıklamalar yapılacaktır. Araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılmak isterseniz bu formu imzalayınız. Bu araştırma kapsamında sizden ve ya çocuğunuzdan herhangi bir ücret talep edilmeyecek ve ya sizlere ek bir ödeme yapılmayacaktır. Araştırmaya katılmaya karar verdikten bir süre sonra, bu kararınızdan vazgeçtiğinizde araştırmanın hangi aşamasında olursanız olun herhangi bir neden belirtmenize gerek kalmadan araştırmacıya bilgi vererek araştırmadan ayrılabilirsiniz.

Katılımcı Ad/Soyad (İmza) Sorumlu Araştırmacı:

Arş. Gör. Dilek Uludaşdemir

EK-18. Aydınlatılmış Onam Formu (Kontrol Grubu)

Değerli Katılımcı,

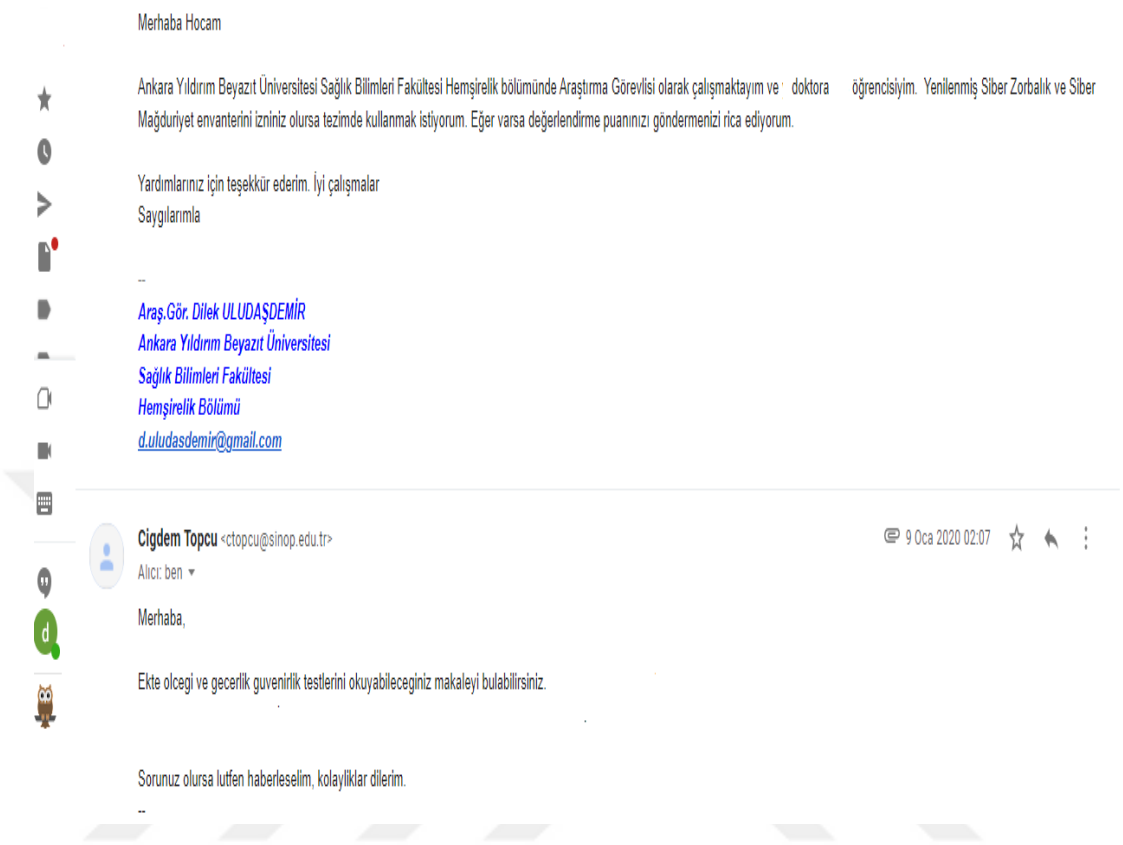
Ergenlik döneminde olan çocuklarımız günlük yaşamda interneti daha yoğun bir şekilde kullanmaktadır. Çocuklarımız için sayısız fırsatlar sunan internetin bilinçsiz ve sorumsuz kullanımı nedeniyle siber zorbalık gibi riskli davranışların yaygınlaştığı görülmektedir. Siber zorbalığın ergenlik döneminde olan çocuklarımız arasında daha sık görülmesi, anne babaların çoğu zaman bu riskler hakkında bilgi sahibi olmaması nedeniyle, çocukların ve anne babalarının bu riskin farkında olmaları sağlanarak, siber zorbalık davranışından kaçınma ve korunması amacıyla bir araştırma yürütmekteyiz. Bu araştırma Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Doktora Programı kapsamında Doç. Dr. Sibel Küçük Danışmanlığında Araştırma Görevlisi Dilek Uludaşdemir tarafından yürütülmektedir. Araştırmanın başlığı "***Sağlığı Geliştirme Modeline Temellendirilmiş Siber Zorbalık Eğitimi İle Adölesan ve Ebeveynlerinde Farkındalık Oluşturma***" dır. Araştırmada sizlerin ve çocuklarınızın sosyodemografik özellikleriniz (yaş, cinsiyet, eğitim, durumu, meslek vb) ile internet kullanım alışkanlıklarınız sorulacaktır. Bu kapsamda 5 hafta arayla 2 kez olmak üzere bu sorulara yanıt vermenizi bekleyeceğiz. Vereceğiniz yanıtlar yalnızca bilimsel amaçlı kullanılacak olup, araştırmacılar dışında kimse ile paylaşılmayacaktır. Bu araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmanın her aşamasında herhangi bir neden belirtmeden ayrılabilirsiniz.

Araştırma ile ilgili yukarıda yer alan bilgiler dışında detaylı bilgi almak istediğinizde araştırmacı tarafından gerekli açıklamalar yapılacaktır. Araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılmak isterseniz bu formu imzalayınız. Bu araştırma kapsamında sizden ve ya çocuğunuzdan herhangi bir ücret talep edilmeyecek ve ya sizlere ek bir ödeme yapılmayacaktır. Araştırmaya katılmaya karar verdikten bir süre sonra, bu kararınızdan vazgeçtiğinizde araştırmanın hangi aşamasında olursanız olun herhangi bir neden belirtmenize gerek kalmadan araştırmacıya bilgi vererek araştırmadan ayrılabilirsiniz.

Katılımcı Ad/Soyad (İmza) Sorumlu Araştırmacı:

Arş. Gör. Dilek Uludaşdemir

EK-19. Yenilenmiş Siber Zorbalık Envanteri-I Kullanım İzni



Merhaba Hocam

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik bölümünde Araştırma Görevlisi olarak çalışmaktayım ve doktora öğrencisiyim. Yenilenmiş Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyet envanterini izniniz olursa tezimde kullanmak istiyorum. Eğer varsa değerlendirme puanınızı göndermenizi rica ediyorum.

Yardımlarınız için teşekkür ederim. İyi çalışmalar
Saygılarımla

--

Araş.Gör. Dilek ULUDAŞDEMİR
Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Hemşirelik Bölümü
d.uludasdemir@gmail.com

Cigdem Topcu <ctopcu@sinop.edu.tr> 9 Oca 2020 02:07
Alıcı: ben

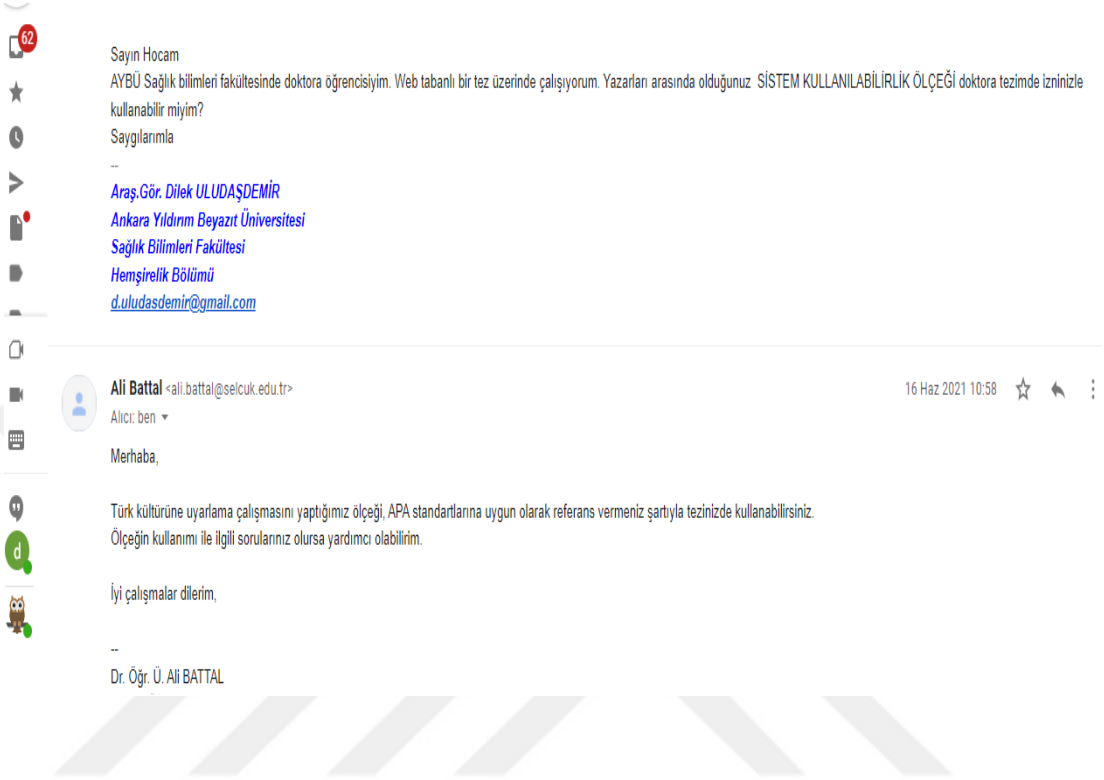
Merhaba,

Ekte olcegi ve gecerlik guvenirlik testlerini okuyabileceginiz makaleyi bulabilirsiniz.

Sorunuz olursa lutfen haberleselim, kolaylıklar dilerim.

--

EK-20. Sistem Kullanılabilirlik Skalası (Sus) Kullanım İzni



Sayın Hocam
AYBÜ Sağlık bilimleri fakültesinde doktora öğrencisiyim. Web tabanlı bir tez üzerinde çalışıyorum. Yazarları arasında olduğunuz SİSTEM KULLANILABİLİRLİK ÖLÇEĞİ doktora tezimde izninizle kullanabilir miyim?
Saygılarımla
--
Araş.Gör. Dilek ULUDAŞDEMİR
Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi
Hemşirelik Bölümü
d.uludasdemir@gmail.com

Ali Battal <ali.battal@selcuk.edu.tr> 16 Haz 2021 10:58
Alıcı: ben

Merhaba,

Türk kültürüne uyarlama çalışmasını yaptığımız ölçeği, APA standartlarına uygun olarak referans vermeniz şartıyla tezinizde kullanabilirsiniz.
Ölçeğin kullanımı ile ilgili sorularınız olursa yardımcı olabilirim.

İyi çalışmalar dilerim,

--
Dr. Öğr. Ü. Ali BATTAL

EK-21. Adölesan 1. Konu: Siber Zorbalık Tanımı ve Çeşitleri Eğitim İçeriği

Sevgili Dijital Genç,

Bu videomda Siber zorbalık nedir? Hangi ortamlarda görülür? Bunlardan bahsedeceğim.

İnternet kullanımının yaygınlaşması, günlük yaşantımızı kolaylaştırmaktadır. Pek çok işimizi hızlı ve kolay çözmemize yardım etmektedir.

- Yeni arkadaşlıklar kurma
- Bilgiye kısa sürede ulaşma ve paylaşma
- Merak edilen bir konuda işin uzmanına danışabilme
- Oyun oynamak, müzik dinlemek, film izlemek, kitap okumak
- Dünyayı, diğer ülkeleri farklı kültürleri keşfetme ve yetenekleri geliştirme gibi pek çok fırsat sunmaktadır.

Ancak internetin bu avantajları yanında bilinçsiz ve sorumsuz kullanımı dezavantajları da beraberinde getirmektedir. Bu dezavantajların en başında yüz yüze iletişimde yaşanabilen zorbalığın sanal dünyaya taşınmasıyla ortaya çıkan siber zorbalık gelmektedir.

Peki zorbalık nedir? Zorbalık bir kişi ya da kişiler tarafından kendini savunamayan diğer bir kişiye karşı uygulanan agresif davranışlardır.

Zorbalığın bir çeşidi olan Siber zorbalık ise, birey veya grup tarafından başka bir bireye ya da gruba, bilgi ve iletişim teknolojileri yani cep telefonu, bilgisayar, tablet (bu esnada bu cihazların fotosu çıkacak tek tek) aracılığıyla *tehdit edici, korkutucu, onur kırıcı, utandırıcı mesaj ve/ veya görüntülerin kasıtlı ve tekrarlayan* bir şekilde gönderilmesidir. *(Burada Ekranda siber zorbalık tanımı yer alacaktır).*

Bu davranış sonucunda siber mağduriyet oluşmaktadır. Siber mağduriyet ise

Bilgi ve iletişim teknolojileri aracılığıyla bir birey ya da grubun, özel ya da tüzel bir kişiliğin, zarar verici davranışlara maruz kalması ve bu davranışlardan maddi ya da manevi olarak mağduriyet yaşaması durumudur.

Siber zorbalığın yüz yüze iletişimde yaşanan zorbalıktan farkı gece gündüz fark etmeksizin, zaman ve mekan sınırlaması olmadan meydana geliyor olmasıdır.

Sosyal medya hesaplarında

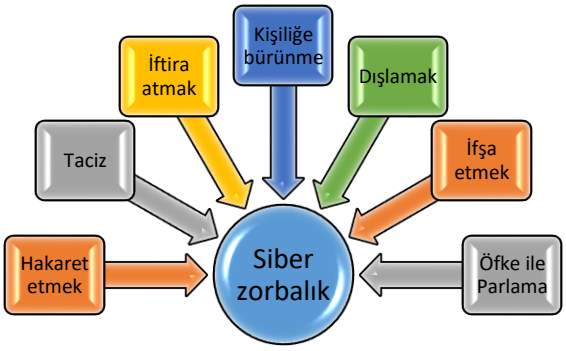
Anlık mesajlaşma platformlarında

Sohbet odalarında

Web sitelerinde

Çevrimiçi oyunlarda

Bu davranışlara bakacak olursak



Şeklinde sayabiliriz.

Bu örnekleri somutlaştıralım yani bu davranışlar nasıl karşımıza çıkabiliyor yakından bakalım

- **Başka birisine ait olan hesap şifresini ele geçirmek**
- **Başkasının hesabını izinsiz kullanarak onu küçük düşürecek paylaşımlar yapmak**
- **Gözdağı vermek**
- **Kırıcı sözler söylemek**
- **Kırıcı mesajlar göndermek**
- **Bir başkası adına profil oluşturup o kişi gibi davranmak**
- **Alay etmek**
- **İzinsiz fotoğraf paylaşmak**
- **İzinsiz video paylaşmak**
- **Bir kişi hakkında doğru olmayan söylentiler çıkarmak**
- **Bir kişiyi internetteki bir ortamdan (oyun, sosyal paylaşım sitesi gibi) dışlamak**
- **Arkadaşının başkalarıyla paylaşılmasını istemeyeceği bir davranışı ve ya bir sırrı ifşa etmek**

Kısaca siber zorbalık tanımından bahsettiğim bu videomuzdan sonra siber zorbalığın nedenleri ve sonuçlarını anlatacağım ikinci videoda görüşme üzere….

EK-22. Adölesan 2. Konu: Siber Zorbalığın Nedenleri ve Sonuçları Eğitim İçeriği

Sevgili Dijital Genç

Bu videomda siber zorbalığın nedenleri ve sonuçları hakkında bilgi vereceğim.

Bir önceki videoda tanımladığım gibi siber zorbalık *Siber zorbalık,* birey veya grup tarafından başka bir bireye ya da gruba, bilgi ve iletişim teknolojileri aracılığıyla *tehdit edici, korkutucu, onur kırıcı, utandırıcı mesaj ve/ veya görüntülerin kasıtlı ve tekrarlayan* bir şekilde gönderilmesidir. *(Burada Ekranda siber zorbalık tanımı yer alacaktır).*

Peki siber zorbalığın nedenleri nelerdir? Neden siber mağdur olunmaktadır?

Siber zorbalık ile ilgili yapılan çalışmalarda bu olumsuz davranışın birden çok nedeni olduğu anlaşılmaktadır.

Öncelikle internetin kendi doğasından kaynaklanan nedenlere bir bakalım

1. İnternete erişim kolaylığı

2.İnternet ortamında günde üç saatten fazla zaman geçirmek

3. sosyal medya hesapların yine günde üç saatten fazla zaman geçirmek

4. birden fazla sosyal medya hesabına sahip olmak

5. birden fazla kullanıcı olan çevrimiçi oyunlarda mesajlaşmak

6. internetin anonim yapısı

Saydığım bu nedenlere bakıldığında anlaşılan şudur: kısaca ne kadar çok internete maruz kalıyorsak siber zorbalığa maruz kalma riskimiz artıyor. 24 saatin uykuya harcanan kısmı bir kenara bırakıldığında önemli bir zaman dilimi internette sohbet etmeye ve oyuna ayrıldığı görülmektedir. Oyun ile hızlı düşünme-karar verme ve sosyal medya hesaplarında karşılıklı iletişim sağlanabilmesi açısından olumlu özellikleri olmasına rağmen siber zorbalığın sıklıkla yaşandığı görülmektedir. Çünkü yüz yüze iletişim olmadığı için insanlar karşındaki kişinin gerçek olmadığını algılayıp daha rahat hareket edebiliyorlar.

Siber zorbalığın diğer nedeni ise kişinin kendisinden kaynaklı olabilmektedir.

Siber zorbalığı yani alay etmek, isim takmak gibi davranışları şaka olarak algılayabilmektedir. Ancak şaka olarak algıladığımız davranışları yapmadan önce karşımızdaki kişinin de bu davranışı şaka olarak algılayıp algılamadığını bilmemiz gerekmektedir.

Yüz yüze iletişim olmadığı için karşı taraftakinin gönderdiği mesaj ve ya fotoğrafta nasıl bir etki bırakabileceğini düşünmeden yani empati kurmadan hareket etmek

Siber zorbalık davranışında bulunan bir arkadaşa sahip olmak, olumsuz davranışlara sahip olan kişiler ile iletişimi sürdürmek bazen o kişinin yaptığı hataları normal olarak algılamamıza neden olabilmektedir. Bu nedenle siber zorbalık davranışında bulunan arkadaşlarımız varsa bu davranışının uygun olmadığını ve bundan vazgeçmesi gerektiğini hatırlatmamız gerekir.

Siber zorbalık davranışının neden yapıldığı sorusuna verilen yanıtlara bakıldığında intikam almak için yapıldığını söyleyenler de olmuştur. Daha önce çeşitli nedenler ile siber zorbalığa uğrayan yani siber mağdur olan kişiler ya kendine bunu yapan kişiye karşı ya da farklı kişilere karşı siber zorbalık yapmaktadır.

Bunların dışında kendini yüz yüze iletişimde yetersiz hisseden kişiler internet ortamında kendilerini daha rahat ifade edebildiklerini düşünmekte ve siber zorbaca davranışlar gösterebilmektedir.

Bu saydığım nedenlerin dışında da daha birçok durum siber zorbalık davranışı yapmaya neden olmaktadır.

Siber mağduriyet nedenleri ise interneti etkin kullanmama, internet ortamında tanımadığı kişiler ile arkadaş olma ve bu kişiler ile kişisel bilgilerini paylaşmak, şeklinde sıralanmaktadır.

Ancak siber zorbalık olumsuz bir davranıştır ve siber mağduriyet yaşayan kişilerin psikolojik ve fiziksel sağlığını olumsuz etkilemektedir.

Siber mağdur olan kişiler yani siber zorbalığa uğrayan kişiler öfke, üzüntü, kaygı yaşamaktadır, eğer bu davranışı yakın arkadaşları göstermiş ise okula gitmek istememe, ders başarısında düşme, uykusuzluk, iştahsızlık gibi durumlar yaşayabilmektedir.

Ancak siber zorbalık olumsuz bir davranıştır ve her olumsuz ve toplum kurallarına aykırı davranışların bir sonucu vardır.

Eğer bu davranışı okul sınırları içerisinde gerçekleştirdi ise

Okullarda Gerçekleşen Siber zorbalık; MEB Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliği 163-164. maddelerine göre değerlendirilir.

«Bilişim araçları yoluyla; bölücü, yıkıcı, ahlak dışı ve şiddeti özendiren sesli, sözlü, yazılı ve görüntülü içerikler oluşturmak, bunları çoğaltmak, yaymak ve ticaretini yapmak.

Bilişim araçları yoluyla eğitim ve öğretimi engellemek, kişilere ağır derecede maddi ve manevi zarar vermek,

Bilişim araçları yoluyla eğitim ve öğretim faaliyetleriyle kişilere zarar vermek, »

Maddeleri gereğince uyarı, kınama ve ya okuldan uzaklaştırma kararı verilebilir

Siber mağdur olan kişinin şikayeti üzerine siber zorba kişi Türk Ceza Kanununun çeşitli maddeleri gereğince yargılanabilmektedir.

- ✓ Ayırımcılık (Madde 122),
- ✓ Tehdit (Madde 106),
- ✓ Kişilerin huzur ve sükununu bozma (Madde 123),
- ✓ Hakaret (Madde 125),
- ✓ Özel yaşamını izleyerek, iletişimine müdahale ederek içeriğini alay konusu etmek, haberleşmenin gizliliğini ihlal (Madde 132),
- ✓ Kişiler arasındaki konuşmaların dinlenmesi ve kayda alınması (Madde 133),

Genel olarak bakıldığında siber zorbalığın çeşitli nedenlerle yapıldığı bu nedenle siber mağdurların bundan olumsuz etkilendiği görülmektedir. Ancak siber zorbalık davranışı bir suçtur ve kişinin ceza almasına neden olabilmektedir.

Peki siber zorbalık ile karşılaştığımızda neler yapacağız kısaca basamaklarını anlatacağım.



Böyle bir durumla karşılaşıldığında bu adımlara uymak güvende olmanızı sağlayacaktır. Bir sonraki videomda dijital vatandaşlık konusundan bahsedeceğim, görüşmek üzere..

EK-23. Adölesan 3. Konu: Dijital Vatandaşlık Eğitim İçeriği

Merhaba Sevgili Dijital Genç,

Bu videoda dijital vatandaşlık nedir, dijital vatandaşlık boyutları nelerdir ve dijital vatandaşlığın ilkleri nelerdir bunlardan bahsedeceğim…

Dijital vatandaşlık teknoloji kullanımının normlarıdır. Yani, teknolojiyi

Verimli

Güvenli

Bilinçli

Eleştirel kullanmaktır. İnternet ortamında etik ve evrensel kurallar çerçevesinde her türlü tehlikenin bilincinde hareket etmek' anlamlarına gelmektedir.

Dijital vatandaşlığın dokuz alt boyutu vardır:

Dijital erişim: herkesin internete eşit erişim hakkı vardır.

Dijital ticaret: dijital alışverişin güvenli olması

Dijital iletişim: bilgi alışverişinin sağlanması,

Dijital güvenlik: dijital ortamda güvenliğin sağlanması

Dijital hukuk dijital ortamda uyulması gereken kanunlar

Dijital sağlık dijital ortamın getirdiği sağlık sorunlarının farkında olma

Dijital haklar ve sorumluluklar dijital araçları özgürce kullanma hakkı, dijital güvenlik sorumlukluları

Dijital okuryazarlık

Dijital etik

Siber zorbalıktan korunma ve kaçınma için öncelikle dijital etik kavramını bilmemiz gerekir. Etik, iyiyi, kötüyü doğruyu yanlışı araştıran, sorgulayan bir felsefe dalıdır. Toplumda ideal yaşam koşullarının etik anlayış ile şekillenmektedir.

Dijital etik, internet ortamında nasıl iletişim kurmak gerektiğini, başkalarına nasıl davranmak gerektiğini, internet ortamında görülebilen sorunlardan nasıl korunmak gerektiğini içermektedir.

- Diğer insanlara saygı duymak,
- Siber zorbalıktan kaçınmak,
- İnterneti diğer insanlar üzerinde en az olumsuz etki bırakacak şekilde kullanmak dijital etik davranışlar olarak sayılabilmektedir.

Siber zorbalıktan korunma ve kaçınma için Dijital okuryazarlık kavramını bilmemiz gereklidir.

Dijital okuryazarlık Teknoloji ve teknoloji kullanımı hakkında öğretme ve öğrenme sürecidir.

Sadece internet ortamında bilgi araştırmak değil, bu bilginin günlük yaşamda kullanabilme yeteneği de olup internet ortamında mahremiyet ve güvenlik konularına hakim olmaktır. Böylece birey hem dijital becerilerini geliştirerek güvenli internet kullanımını sağlayabilmekte hem de internetin risklerinden korunmayı bilmektedir.

Dijital teknolojinin evrensel olarak kullanılması, tüm dünyadaki insanların aynı yükümlülüklere ve haklara sahip bir dijital vatandaş sayılabileceğini göstermektedir. Bu nedenle dijital ortamı kullanan kişilerin sahip olduğu haklar ve sorumlulukların farkında olması çok önemlidir.

Kendine karşı saygılı olma: kişinin kendisini zor duruma sokabilecek paylaşımlarda bulunmaması

Kendine karşı sorumlu olma: İnternet ortamında paylaşılan bilgiler gizli kalmamakta, silinmemektedir. İnternet ortamında kullanılan sosyal medya hesapları, çevrimiçi oyunculu oyunlar gibi platformlarda paylaşılan mesajlar, yorumlar, fotoğraflar, beğeniler, aramalar ile bırakılan ve dijital ortamda saklı kalan bu izler dijital ayak izi olarak değerlendirilmektedir. siber zorbalık olumsuz bir dijital ayak izi bırakmaktadır. Olumsuz bıraktığımız dijital ayak izlerimiz akademik yaşamımızda, sosyal yaşamımızda ve ileriki dönemde profesyonel iş yaşamımızda karşımıza çıkabilir ve sorun oluşturabilir.

Diğer kişilere saygılı olma: Dijital bir vatandaş, internet ortamında paylaşılan fotoğraflar ve karşı tarafa yapılan yorumlarda saygılı olmalı, gerçek hayatta da söylenilmeyecek ve ya yapılmayacak davranışlarda internet ortamında bulunmaması gerektiğini bilmelidir.

Diğer kişilere sorumlu olma: sosyal medya hesaplarında, çevrimiçi oyun ortamlarında, blog sayfalarında yani internet ortamında farklı kişilerin saldırıya uğradığına şahit olunmaktadır. Bu ortamlarda saldırıya uğrayan kişiyi yalnız bırakmak, saldırgan kişilerin şiddetini daha da artırmasına neden olabilmektedir. Böyle durumlarda dijital bir vatandaş pasif izleyici olarak kalmak yerine, saldırgan kişileri bildirme sorumluluğunu yerine getirmelidir. Bununla birlikte uygun olmayan siteleri ziyaret bu sitelerin kalıcılığını sağlamakta daha çok kişiyi mağdur etmektedir.

Mülkiyet haklarına saygılı ve sorumlu olmak: Bu ilke, internet ortamında paylaşılan bilgi kaynaklarını izinsiz paylaşılmaması, insanlara yararlı olmak için kendi ürettiği materyali paylaşan kişilere karşı saygılı olmanın gerekliliğini açıklamaktadır.

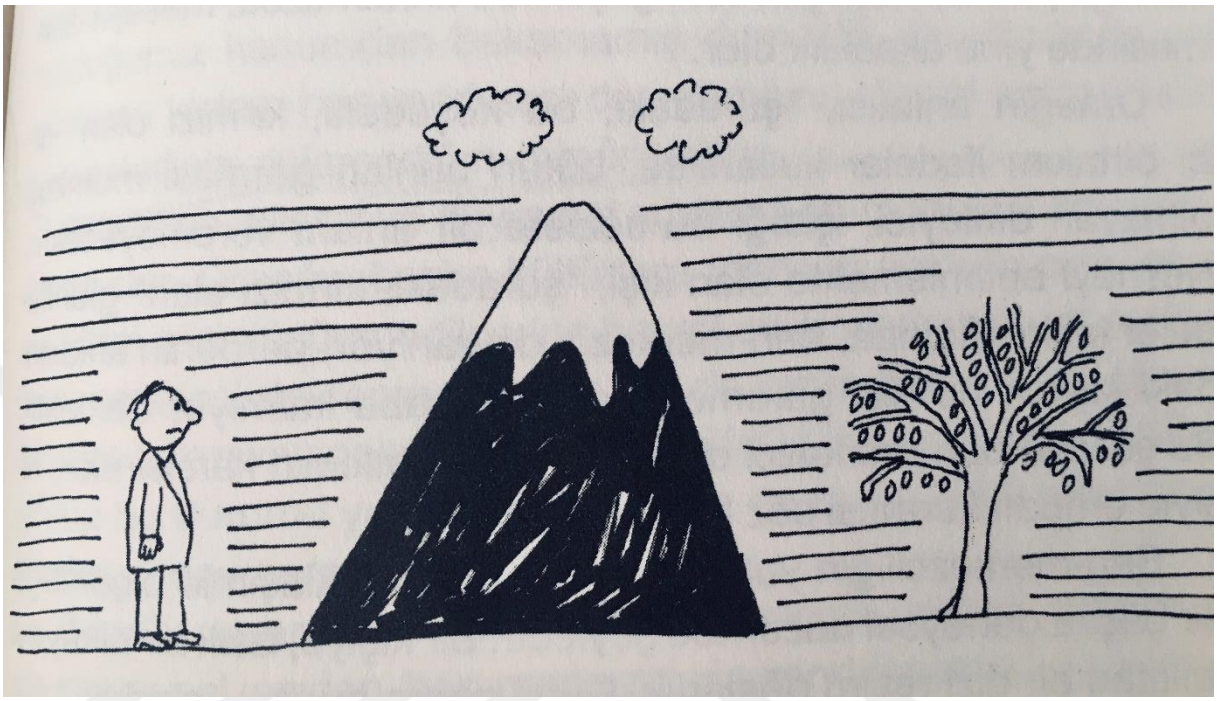
Dijital bir vatandaş olmanın bilincinde hareket etmek hem sizi hem de iletişim kurduğunuz kişileri siber zorbalıktan ve siber mağduriyetten koruyacaktır.

EK-24. Adölesan 4. Konu: Empati Eğitim İçeriği

Merhaba Sevgili Dijital Genç

Bu videomda empati nedir, siber zorbalıkla ilişkisi nedir bunlardan bahsedeceğim…

Önce şu fotoğrafı bir inceleyelim



(Kaynak: Dökmen Ü. Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati, İstanbul, Remzi Kitabevi, 2008.)

Dikkatlice bakın bu resimdeki adam ne görüyor evet sadece ne görüyor buna bakalım???

Bu adam sadece dağı görüyor dediyseniz evet siz bu adamla empati kurdunuz

Evet empati tam da bu demek karşıdakinin bakış açısıyla bakmak demek, yani bir insanın, kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır.

Empati ikiye ayrılır bilişssel empati ve duygusal empati

Bilişsel empati, yani karşıdaki kişinin nasıl düşündüğünü anlamaktır. Örneğin, bir arkadaşınızın hiç beğenmediği bir fotoğrafını izin almadan paylaşan arkadaşına karşı neden kızgın hissettiğini anlayabilirsiniz.

Duygusal empati ise, karşımızdaki kişinin nasıl hissettiğini anlamaktır, kızgın mı üzgün mü , mutlu, heyecanlı mı?. Yani duygusal empati duyguları tanımaktır. Sözlerimizle, Göz teması kurarak, yüz ifadelerimiz, jestlerimiz mimiklerimiz duyguları tanımamızı kolaylaştırmaktadır.

Peki empati kurma süreci nasıl gerçekleşiyor? bunun için 3 temel unsur olması gereklidir.

1. Empati kuracak kişi, kendisini karşısındakinin yerine koyması ve olaylara onun bakış açısı ile bakması gerekmektedir.

2. Kişinin empati kurmuş sayılması için karşısındakinin duyguları ve düşüncelerini doğru olarak anlamalıdır.Yani etkin dinlemesi gerekmektedir.

3. Empati kuran kişinin zihninde oluşan empatik anlayışın, karşıdaki kişiye iletilmesidir. Karşıdaki kişi anlaşıldığını, dinlenildiğini anlaması gerekmektedir.

Empati kurmak neden gereklidir?

Hiç anlaşılmadığınız bir zamanı düşünün, anlaşılmamanın getirdiği hayal kırıklığını, üzüntüyü… empati kurmak önce bizi yanlış iletişimden korumaktadır. Sağlıklı bir iletişimin temelinde aktif dinleme, doğru anlama ve anlaşılma yatmaktadır. Karşımızdaki kişiye onu anladığımızı hissettirmek o kişiye kendisinin önemsendiği fark ettirmekte, değerli hissetmekte ve rahatlatmaktadır. Güvende hissettirmektedir.

Bir olaya karşı iki farklı bakış açısı olabilir. Farklı düşüncelerin olduğunu bilmek, kendi bakış açımızı zenginleştirir. Toplumsal yaşamda başarılı olmak için insanların neler hissettiğini iyi anlamak, empati kurmak önemlidir.

Ancak dijital dünyada yani internet ortamındaki iletişim empatiyi etkiliyor muu???

İnternette göz teması kurulamıyor, Yüz yüze görüşmelerde olduğu gibi yüz ifadeleri, jest ve mimikler görülememektedir bu nedenle özellikle duygusal empati kurmamızı engelleyebilmektedir.

Bir kişinin sürekli sizin severek paylaştığınız fotoğrafların altına hiç görmek istemeyeceğiniz bir yorum yaptığını Ailemiz arkadaşlarımız sevdiklerimizin de buna şahit olduğunu ve bu nedenle üzüldüğünüzü düşünün….

Bu davranış siber zorbalıktır, Empati becerisi yetersiz olan kişiler daha fazla siber zorbalık yaptığı belirlenmiştir. Yani karşıdaki kişinin ne hissettiğini düşünmeyen kişiler daha çok zarar vermektedir. Eğer bu davranışı yapan kişi yorumunu yazmadan önce acaba ne düşünür, ne hisseder diye empati yapsaydı, bu olay yaşanmaz, olumsuz duygular hissedilmez, kimse kırılmazdı.

İnternet ortamında gerçek yaşamda olduğu insanlarla empati kurmalıyız,

Sosyal medya hesaplarında paylaşım yaparken, yaptığımız paylaşımların karşımızdaki insanı üzebilir mi olumsuz etkileyebilir mi düşünmemiz gerekiyor.

İnternet ortamında yapılan bir şaka hiç beklemediğimiz bir şekilde karşı taraftaki kişi için yaralayıcı olabilmektedir. Bu nedenle şaka amaçlı bile olsa gönderilen mesajlar, paylaşılan fotoğraflar, videolar karşı tarafı incitmeyecek içerikte olmalıdır.

Herkes aynı fikirde olmak zorunda değildir, bir olay hakkında birbirinden farklı birçok görüş, bakış açısı olabilmektedir. Kendi fikrimizin dışında farklı bir bakış açısıyla karşılaştığımızda olumsuz bir tepki vermek yerine öncelikle anlamaya çalışmamız gerekiyor. Bu nedenle internet ortamında da herkesin birbirine saygı göstermesi gerekmektedir.

Sevgili Dijital Genç, internette sosyal medyada iletişim kurarken empatik yaklaşımımızı kaybetmeyelim.

EK-25. Adölesan 5. Konu: Güvenli İnternet Kullanımı Eğitim İçeriği

Sevgili Dijital Genç,

Cep telefonu, tablet, bilgisayar gibi elektronik cihazların çeşitliliği, internete erişimin kolaylaşması ve sunduğu sayısız fırsatlar adölesan döneminde internet kullanımını yaşamlarının merkezine aldıkları görülmektedir. Günlük önerilen 2 saatlik sürenin üzerinde bir kullanım sıklığı nedeniyle adölesanlar ekran süresinin artmasına neden olmaktır.

Yapılan çalışmalar ekran süresinin artmasının adölesanlarda fiziksel, psikolojik, sosyal problemlere neden olduğunu göstermektedir.

Ekran süresinin artması melatonin hormonunun azalmasına neden olabilmektedir. Melatonin hormonu gece 23:00 sabah 05:00 arasında salgılanır. Bu hormonun salgılanması için ortamın karanlık olması gerekmektedir. Bu hormon ile vücut hücreleri yenilenmekte, bağışıklık sistemimiz güçlenmektedir. Büyüme hormonu aktive edilmektedir. Ancak gecelere sarkan telefon mesajlaşmaları, internet kullanımı nedeniyle bilgisayar tablet ekranından yansıyan mavi ışığa maruz kalmak bu hormonun salgılanmasını engellemekte. Bu nedenle uykusuzluk, sabahları yorgun uyanma, zihinsel işlevlerde azalma görülmektedir. Bu durum depresyona bile neden olmaktadır.

Ekran süresinin artması uykusuzluğa ve fiziksel harekette azalmaya neden olmakta, bu hareketsiz nedeniyle pasif oturduğu yerden gıda alımı artmakta bu durum obeziteye neden olmaktadır. Özellikle şiddet içerikli internet oyunlarında vücut adrenalin salgılamakta bu durumda vücut daha çok enerji harcamakta ve bu oyundan sonra kişide açlık hissi meydana gelmektedir. Bu da obeziteyi tetikleyen bir başka nedendir.

Ekran süresinin artması nedeniyle fiziksel harekette azalma, kötü kolestrolü yani LDL yi vücuttan uzaklaştırmaya yarayan iyi klostrolün HDL azalmasına neden olmaktadır. Damarlarda seviyesi artan kötü kolestrol ise kardiyovasküler hastalıklara neden olmaktadır.

Dijital aletleri kullanımın artması, sürekli cep telefonunu cebinde taşıyan, yatağında kucağında kullanan genç erkeklerin artan ısı nedeniyle infertiliteye neden olabileceği de bildirilmektedir.

Ekrana uzun süre maruz kalmak göz sağlığını etkilemekte göz yorgunluğuna, bulanık görmeye, göz kuruluğuna, baş ağrısına neden olmaktadır.

İnternetin günde üç saatten fazla kullanımının siber zorbalığa ve siber mağduriyete neden olduğunu daha önce söylemiştim. Çünkü Yetersiz uyku ve dijital medyanın sık kullanımı uykusuzluğun getirdiği öfke nedeniyle siber zorbalığı artırmaktadır. Bu durum bir döngü şeklinde devam ederek hem siber zorbalığı hem de siber mağduriyeti tetiklemekte, psikolojik olarak bizlere zarar vermektedir. Ayrıca uygun olmayan siteleri ziyaret etmek, madde kullanımı, pornografiye maruz kalma gbi riskleri de beraberinde getirmektedir.

Bu saydığımız risklerden korunmak için interneti güvenli olarak kullanmamız gerekmektedir.

Güvenli internet aşırı olmayan kullanım süresinde, *İnternet'in barındırdığı risklerden korunarak sunduğu sayısız imkândan yararlanmak* olarak tanımlanabilir (Sırakaya ve Seferoğlu, 2018).

İnterneti güvenli bir şekilde kullanmak için daha önce anlattığım gibi dijital bir vatandaş olmamız gerekiyor. İnternet hakkında bilgi edinmek, zararlarından korunmak için nasıl davranmanın uygun olduğunu araştırmak gerekmektedir.

Uzun süre ekrana maruz kalmak hem bağımlılığa neden olmakta hem de az önce saydığım olumsuzluklara neden olmaktadır. Uykuya geçmeden en az bir saat önce dijital cihazları bir kenara bırakmak uykuya daha rahat dalmanızı kolaylaştırır ertesi güne daha parlak biz zihinle uyanmanızı sağlar. Ekrana bakarak harcadığınız zamanın bir saatini fiziksel egzersiz için harcayabiliriz, omurgamızın daha dik ve düz olmasını sağlarız, el bileğimizde meydana gelen ağrıların oluşmasını engelleriz.

İnterneti güvenli kullanmamız için öncelikle, yaşımıza uygun olmayan sitelere, sosyal medya platformlarına üye olmamak gerekir.

Oluşturduğumuz hesaplarda kullandığımız şifreleri ailemiz dışında arkadaşlarımızla bile paylaşmamız gerekir. Çünkü arkadaşlıklar çeşitli nedenlerle bitebildiğinde, aleyhimize kullanılabilir. Bu şifreleri oluştururken büyük harf küçük harf noktalama işretleri kullanmak şifrelerimizi güçlü kılacak, güvenli olmasını sağlayacaktır.

İnternet ortamında tanımadığımız kişiler ile arkadaş olmamamız gerekli, bu kişilerle özel bilgilerimizi paylaşmamız gerekmektedir. Gittiğiniz yerlerde konum paylaşmak, okul ev adresi paylaşmak bu kötü niyetli kişiler tarafından olumsuz şekilde kullanılabilir. Dijital ayak izi bıraktığınızı unutmayınız.

Yine size özel ve ya ailenize özel olan, ev içi yaşantınıza ait fotoğrafları, videoları en yakın arkadaşınız olsa bile paylaşmamanız önerilmektedir. Dijital ayak izi bıraktığınızı unutmayınız. Uygun olmayan şiddet içerikli siteleri ziyaret etmek hem olumsuz bir dijital ayak izine neden olmakta hem de bu sitelerin görünürlüğünü artırmaktadır. Bu nedenle bu gibi sitelerden uzak durmamız gerekmektedir.

İnternette yaşadığımız siber mağduriyetleri ailemize anlatmalıyız. Sorunları çözmek için kendi başımıza hareket etmek yerine ailemiz ile hareket etmemiz daha güvenli olacaktır.

İnterneti bilinçli olarak kullanmak hem fiziksel hem de psikolojik sağlığımız için oldukça önemlidir. Bu nedenle İnterneti Güvenli Kullanalım..

EK-26. Ebeveyn 1. Konu: Siber Zorbalık Tanımı Ve Çeşitleri Eğitim İçeriği

Merhaba Sevgili Dijital Anne Sevgili Dijital Baba

Bu videomda sizlere siber zorbalık nedir, çeşitleri nelerdir, hangi ortamlarda görülür bunlardan bahsedeceğim.

İnternet kullanımının yaygınlaşması, günlük yaşantımızı kolaylaştırmakta, pek çok işimizi hızlı ve kolay çözmemize yardım etmektedir. Her yaş grubu tarafından kullanılan internet dijital yerli dediğimiz teknolojik gelişmelerin yaşandığı bu dönemde dünyaya gelen çocuklarımız tarafından daha sık ve etkin kullanılmaktadır. Dijital yerlilere yani çocuklarımıza internet yeni arkadaşlıklar kurma; bilgiye kısa sürede ulaşma ve paylaşma; oyun oynayarak, film izleyerek veya müzik dinleyerek eğlenme; farklı kültürlerde yaşayan bireylerle tanışarak çeşitli kültürleri tanıma şansı yakalama ve kendini keşfetme konusunda önemli fırsatlar sunmaktadır.

Ancak internet kullanımının avantajları yanında dezavantajları da bulunmaktadır. Henüz duygusal, fiziksel olarak gelişim döneminde olan çocuklarımız internetin neden olduğu olumsuz durumlar açısından potansiyel bir risk grubu haline getirmektedir. Yüz yüze iletişimde yaşanan zorbalığın sanal ortama taşınmasıyla ortaya çıkan siber zorbalık kavramı bu dezavantajlardan bir tanesidir.

Peki zorbalık nedir? Zorbalık bir kişi ya da kişiler tarafından kendini savunamayan diğer bir kişiye karşı uygulanan agresif davranışlardır.

Zorbalığın bir çeşidi olan, Siber zorbalık, bir birey veya grubun bilişim ve iletişim teknolojilerini diğer bireylere zarar vermek amacıyla tekrarlayıcı biçimde ve kötü niyetle kullanması olarak tanımlanmaktadır.

Siber zorbalık, geleneksel zorbalıktan farklı olarak;

- kişinin kendi evinde,
- gece ve ya gündüz fark etmeksizin günün herhangi bir saatinde,
- genellikle anonim(kimliğini gizleyerek) bir şekilde akranını mağdur etmeyi amaçlayan şekilde gerçekleşebilmektedir.

Peki bu siber zorbalık davranışı hangi ortamlarda meydana gelmektedir buna bakalım?

Sosyal medya hesaplarında

Anlık mesajlaşmalarda

İnternet ortamında birden fazla kullanıcı ile oynanan oyun sitelerinde

Web sitelerinde

Sohbet odalarında

Forumlarda

Genel olarak agresif davranışlar olarak tanımladığımız siber zorbalık davranışları nelerdir? Bunlara bakalım?

İfşa etmek

Hakaret etmek

Taciz etmek

Tehdit etmek

İftira atmak

Dışlamak

Bu davranışları somutlaştıracak olursak

Örneğin ifşa etmek diyoruz; bir arkadaşının başkasıyla paylaşmasını istemediği bir bilgiyi herkese duyurmak,

Paylaşımların altına uygun olmayan, kırıcı yorumlar yapmak

Yüz yüze olan bir tartışmanın internette devam etmesi ve tehdit edici, hareket edici mesajlar gönderilmesi, bunun tam tersi de olabilir, İnternette oyun oynarken oyundaki bir kural nedeniyle anlık mesajlaşmalarla başlayan tartışma yüz yüze tartışmaya da dönerek daha tehlikeli bir hal alabilir.

Bir kişinin sosyal medya hesaplarına ait şifrelerin kırılmasıyla o kişinin hesabını ele geçirip, hesabın sahibi adına uygun olmayan paylaşımlar yapmak.

Fotoğrafı ve ya videoyu izin almadan paylaşmak da siber zorbalık davranışı olabilir. Çünkü sosyal medya hesaplarında kişinin ailesi, öğretmenleri, yakın çevresi bulunuyor olabilir ve bu fotoğrafı çeşitli nedenlerle paylaşmak istemiyor olabilir. Bu durumdan rahatsız olabilir. Bu nedenle izin almadan paylaşım yapmak da siber zorbalık davranışı olarak görülebilmektedir.

Kısaca internet ortamında sıklıkla karşılaşılan siber zorbalık nedir, hangi ortamlarda görülür bunlardan bahsetmeye çalıştım. Bir sonraki videomuzda siber zorbalık nedenleri ve sonuçları hakkında bilgi vereceğim. Görüşmek üzere.

EK-27. Ebeveyn 2. Konu: Siber Zorbalık Nedenleri ve Çeşitleri Eğitim İçeriği

Merhaba Sevgili Dijital Anne, Sevgili Dijital Baba

Bu videomda siber zorbalığın nedenleri ve sonuçları hakkında bilgi vereceğim.

Bir önceki videoda tanımladığım gibi *Siber zorbalık, birey veya grup tarafından başka bir bireye ya da gruba, bilgi ve iletişim teknolojileri aracılığıyla tehdit edici, korkutucu, onur kırıcı, utandırıcı mesaj ve/ veya görüntülerin kasıtlı ve tekrarlayan bir şekilde gönderilmesidir.*

Peki siber zorbalığın nedenleri nelerdir? Neden siber mağdur olunmaktadır?

Ne tam bir yetişkin ne de artık bir çocuk olan gençler arasında, siber zorbalık daha sık yaşanmaktadır. Ergenlik dönemi duyguları daha yoğun hissettikleri bir dönem olduğu için bir durum karşısında olması gerekenden daha fazla mutlu veya olması gerekenden daha fazla öfkeli olabilirler veya mutluluktan öfkeye duygu geçişleri daha hızlı olabilir. Ancak bu duyguları yönetecek muhakeme yetenekleri 25 yaşında gelişmektedir. Duyguları yönetememe durumu özünde bir iletişim problemi olan siber zorbalık gibi riskli davranışların yaşanmasına neden olabilmektedir.

Bununla birlikte;

- İnternete erişim kolaylığı; cep telefonu ile internete erişmenin kolay olması ve elektronik cihazlara sahip olmak
- İnternette sosyal medya hesaplarında ve internette oynanan oyunlarda 3 saatten fazla zaman geçirmek
- İnternette yabacılarla arkadaş olmak ve kişisel bilgilerini paylaşması (konum, ev okul adresi ve bilgileri, telefon, e mail, e posta adresi mail adresi)
- Arkadaşı bile olsa şifrelerini paylaşması
- Siber zorbalığı şaka, eğlence olarak algılaması
- Arkadaşları ile günlük yaşamdaki iletişimi sorunlu olanlar

Birde siber zorbalığın ortaya çıkmasında, ebeveynlerin güvenli internet kullanımı hk da bilgi vermemesi, çocukları ile internet aktivileri hakkında konuşmaması, ebeveyn denetiminden uzakta internet kafe vb ortamlarda internete ulaşması ebeveynden kaynaklı nedenler yer almaktadır.

Bu nedenlerden en önemlisi aslında genç ile ebeveyni arasındaki iletişimin yetersizliği. Yapılan bir araştırmanın sonucunda ebeveyninin neredeyse hiçbir zaman sevgi dolu olmadığını düşünen gençlerin siber zorbalık oranının 6 kat daha fazla olduğu bildirilmiştir. Yani bu şu demek, ailesi ile iletişimini sorunlu algılayan çocuklar kendini yalnız hissedip internette daha fazla zaman geçirmekte hem de yetersiz iletişim becerisi nedeniyle siber zorbalık yapmakta ve siber mağdur olmaktadır.

Siber zorbalık sonucunda gençlerde depresyon, kaygı, öfke, üzüntü, yalnızlaşma gibi psikolojik uyku problemleri, yeme problemleri (az yada çok yemek) fiziksel sorunlar yaşanabilmektedir. Bununla birlikte okul başarısında düşme görülebilmektedir.

Peki siber zorbalığın önlenmesinde ebeveyn olarak ne yapabiliriz?

1. Aileler siber zorbalığın belirtilerine karşı uyanık olmalıdır. Böylece çocukları siber zorbalığa maruz kaldığında çocuk söylemese bile farkına varabilir ve çocuklarını siber zorbalıkla baş etmede destekleyebilirler.

Peki biz çocuğumuz siber zorbalık yapıyor mu bunu anlayabilir miyiz? Evet ama nasıl anlarız??

- Bilgisayar ve ya cep telefonunun ekranını gizleme eğilimi
- Bilgisayar ve ya cep telefonunu gecenin her saatinde kullanma
- Çevrimiçi aktiviteleri ile ilgili bilgi vermekten kaçınma
- Çevrimiçi olamadığı durumlarda gergin olma
- Kendine ait olmayan birden fazla çevrimiçi hesaba sahip olma
- Çevresinde popüler olma ve ya statüsü hakkında sürekli endişeli olma
- Akranlarına karşı artan duygusuz ve duyarsız tavırlar

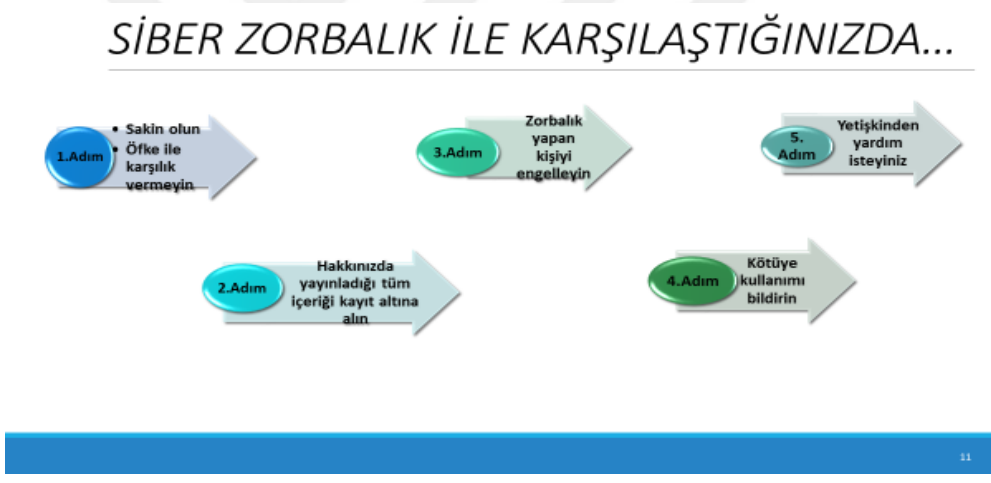
- Şiddet eğilimi
- Okulda ve ya sosyal çevresinde artan disiplin olayları
- Aileden uzaklaşma ve izolasyon

Eğer çocuğunuzun siber zorbalık yaptığına şahit olduysanız şu basamakları izlemek önerilmektedir:

Öncelikle sakin olun ve benim çocuğum siber zorbalık yapmaz diyerek sorunu göz ardı etmeyin. Sonra bu davranışı neden yaptığını sorun (yargılamadan, suçlamadan etkin dinleyin) ve kimin başlattığına bakmadan yapılan zorbalığı durdurun. Bu davranış hangi ortamda meydana geldi buna bakın, yaptığı davranışın sonuçlarını anlaması için empati kurdurun, zorbalık davranışının engellenmesi için uzmanlardan yardım alın, internetin tehlikeleri karşısından kendi yeteneklerinizi geliştirin.

Siber mağdur olup olmadığını nasıl anlayacağız peki?

- Bilgisayar, cep telefonu gibi sahip olduğu cihazların kullanımını beklenmedik bir şekilde bırakma ve ya kullanırken gergin ve sinirli görünme
- Çevrimiçi aktiviteler sonrasında (en sevdiği bilgisayar oyunu sonrasında bile) gergin ve agresif tavırlar sergileme
- Çevrimiçi aktiviteleri ile ilgili bilgi vermekten kaçınma
- Uyku düzeninde bozulma (az ve ya çok uyuma)
- Yemek yeme düzeninde bozulma
- Depresif ruh hali, en sevdiği aktivitelere ilgi duymama
- Arkadaşları ile geçirilen vakitte azalma
- Okula gitmeme ve ya arkadaşları ile olan toplantılara katılmak istememe



Bütün bunları gördükten sonra önlenmesi için ne yapabiliriz

2. Siber zorbalığın önlenmesi için biz nasıl yaklaşmalıyız ebeveyn olarak????

Özerkliği destekleyici anne babalık tutumuna sahip olmak gerekir.

Ne demek özerkliği destekleyen ebeveynlik Çocukları ile empati kurabilen, yaşlarına uygun sorumluluk almasını sağlayan, konulan sınırların ve kuralların nedenlerini mantıklı nedenlerle açıklayan ebeveynlik yaklaşımıdır.

Ailelerin çocuklarıyla yakın iletişim kurmaları siber zorbalığı azaltacaktır.

Destekleyici bir iletişim çocuğa karşı anlayışlı olmayı, dertlerini paylaşmayı, onunla birlikte zaman geçirmeyi ve çocuğun ihtiyaçlarını önemsemeyi içermektedir. Bununla birlikte ailelerin çocuklarıyla çatışmalı iletişim kurmaktan kaçınmaları gerekmektedir. Çocuk siber mağdur olduğunda gelip bizden destek istemesini kolaylaştırır.

3. Aileler çocuklarının internet dışında kendilerini mutlu hissedecekleri etkinlikler oluşturmalıdır. Ailelerin internet dışında çocukların yaşamlarını zenginleştirici farklı eğlence kaynakları sunmak gereklidir örneğin bir müzik aleti çalmak vb Çünkü internette cok zaman geçirmek siber zorbalık riskini artırmaktadır.

Çocuğumuz siber mağdur olduğunda ne yapacağız, tabi önce böyle bir durum yaşanmaması için gence gerekli bilgiler verilmelidir. Eğer yaşandı ve genç bunu sizinle paylaştı ise asla yargılamamak ve suçlamamak gerekir.

Aslında Siber zorbalık bir suçtur. Ebeveyn olarak şahit olduğumuzda bunun bilincinde olursak siber zorbalık ile karşılaşıldığında işimizi kolaylaştıracaktır.

Kişisel bilgilerin izinsiz paylaşılması, tehdit, hakaret, uygun olmayan görüntü, fotoğraf paylaşımı, aşağılayıcı ve dışlayıcı bir iletişim yoluyla gerçekleşen siber zorbalığın, Türk Ceza Kanununda ayrı ayrı başlıklarda yaptırımları olduğu görülmektedir.

Bir başka deyişle siber zorbalık ile işlenen suçun türüne göre değerlendirme yapılmaktadır. Örneğin, sosyal medya hesaplarında akranlarına kırıcı, küçük düşürücü, gözdağı içeren mesaj ve ya cep telefonu ile kısa mesaj göndermenin karşı tarafın şikayeti üzerine üç ay ile iki yıla kadar hapis cezası ve ya adli para cezası verilebilmektedir. Özel hayatın gizliliği ilkesince bir kişi arkadaşlarının izni olmadan görüntü paylaşması, Türk Ceza Kanunun 132 ve 134 maddeleri gereğince arkadaşının şikayet üzerine iki yıldan beş yıla kadar hapis ile cezalandırılabilir.

Bu videoda kısaca siber zorbalık nedenleri, sonuçları ve önlenmeside hangi adımları atmamız gerektiğini anlattım. Bir sonraki videoda dijital ebeveynlik konusu hakkında bilgi vereceğim.

EK-28. Ebeveyn 3.Konu: Dijital Ebeveynlik Eğitim İçeriği

Merhaba Sevgili Dijital Anne Dijital Baba

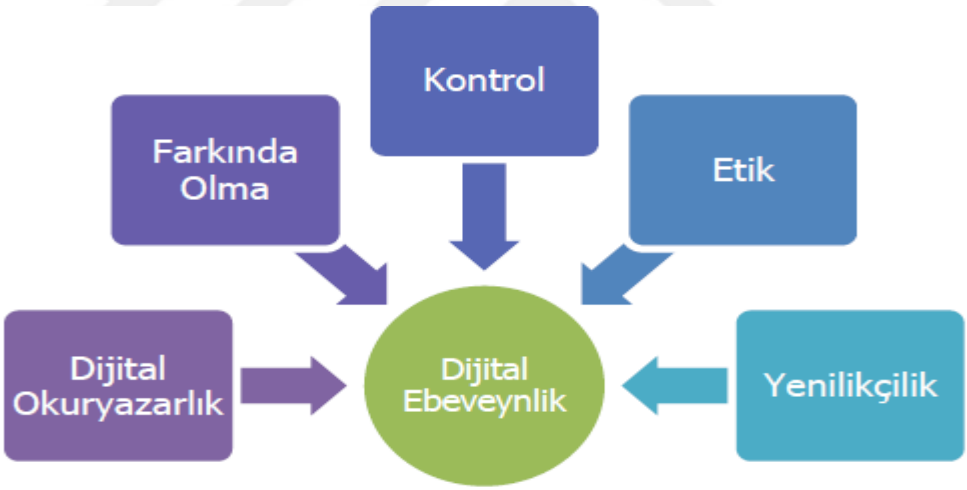
Bu videomda dijital ebeveynlik nedir, dijital ebeveynde olması gereken özellikler nelerdir bunlardan bahsedeceğim.

Anne babalık uzun bir yolda rehber olmaktır. Bazen doğru yolu göstermek için bir adım önde oluruz bazen cesaretlendirmek için bir adım arkalarında oluruz bazen de güvende hissetmeleri için aynı hizada yürürüz. Günümüzde artık sadece sosyal çevremiz yok artık bir dijital bir çevremiz de var ve çocuklarımızı sadece gerçek yaşamda rehberlik etmek yetmemekte dijital dünya da rehberlik etmek gerektedir.

Ebeveynlik becerilerine dijital ebeveynlik becerileri de eklenmelidir. Bu beceriyi kazanmanın en büyük nedeni şudur aslında doğar doğmaz teknoloji ile yaşamayı öğrenen ve dijital yerli olarak da isimlendirilen çocuklarımız doğal olarak interneti ve teknolojiyi daha çok kullanmaktadır. Dijital göçmen olarak ifade edilen teknoloji çok yaygınlaşmamışken doğan biz anne babalar çocuklarımızın gerisinde kalabiliyoruz. Ve onları siber zorbalık gibi risklerden korumak için zaman zaman yetersiz kalabiliyoruz. Bu yetersizliği önlemek için dijital ebeveynlik nedir bunu bilmemiz gerekiyor.

Dijital çağın gereksinimlerine göre hareket eden, dijital araçları kullanabilen, dijital ortamlardaki olanakların farkında olan ve çocuğunu bu ortamlardaki risklere karşı koruyabilen, gerçek hayatta kişilik haklarına saygı duyulduğu gibi sanal ortamda da aynı şekilde davranılması gerektiğini çocuğuna aktaran ve teknolojik gelişmeleri takip eden ebeveynlere dijital ebeveyn denir. (Burada ekranda madde madde bu tanım yer alacak). Dijital ebeveynlerin sorumluluklarını yerine getirebilmesi için sahip olması gereken dijital okuryazarlık, farkında olma, kontrol, etik ve yenilikçilik gibi roller vardır.

(Şekil Kaynak: Yurdakul ve ark, 2013)



1. Dijital Okuryazarlık: Dijital okuryazarlık becerisi ile internet ortamındaki bilgilerin içeriklerinin doğruluğunu saptayabilmekte, alternatif öğrenme yöntemlerini seçerek kendilerini eğitebilmektedir. Dijital okuryazarlık sadece internet ortamında bilgi araştırmak değil, bu bilginin günlük yaşamda kullanabilme yeteneği de kapsamaktadır. Ayrıca internet ortamında mahremiyet ve güvenlik konularına hakim olmaktır. Böylece birey hem dijital becerilerini geliştirerek güvenli internet kullanımını sağlayabilmekte hem de internetin risklerinden korunmayı bilmektedir.

İnterneti kullanmaktan korkmayacağız, amann ben anlamam demek yerine yavaş yavaş da olsa kendimizi geliştireceğiz. Dijital okuryazarlık becerisi çocuklarımızdan bir adım önde yürüyerek onlara doğru yolu göstermek için şarttır.

2. Dijital Etik: İnternet ortamındaki "davranış standartları" olarak tanımlanmaktadır. Etik, bireyin karşılaştığı bir durum karşısında neyin iyi, neyin kötü, neyin doğru, neyin yanlış olduğunu inceleyen felsefe dalıdır. Toplumda kabul gören etik davranışlar, gözlem yoluyla öğrenilerek benimsenmektedir. Örneğin bir çocuk diğer çocukların ve yetişkinlerin davranışlarını inceleyerek kendi davranışlarına şekil vermektedir. Böylece toplumun etik anlayışı gelişmektedir. Günümüzde internetin kullanılmasıyla dijital

dünyaya aktarılan iletişiminde etik kuralların olması gerekliliğini doğurmuştur. Dijital etik, internet ortamında insanların sergiledikleri davranışların açıklanmasını ve bu davranışlara ahlaki bir yaklaşım getirilmesi olarak da ifade edilmektedir.

İnternette günlük yaşamda olduğu gibi insanların özgürlüklerine, haklarına saygı göstermemiz gerekmektedir. Nezaket ve görgü kurallarına uygun davranmamız gerekmekte ve Dijital bir ebeveyn olarak bu konu hakkında çocuğumuza bilgi vermemiz gereklidir.

3. Dijital Ortamın Farkında Olma: Dijital ebeveynlerden dijital dünyanın çocukları ve kendileri için getirdiği avantaj ve dezavantajları farkında olması beklenmektedir.

Yapılan çalışmalarda ailelere internetteki risklerin neler olduğu sorulmuştur. Ailelerin yüzde doksanı internette kişisel bilgileri paylaşmak ve internet bağımlılığı demiştir. Evet bu cevaplar doğrudur. Ancak internetin diğer riskleri hakkında cevap verenlerin oranı azalmaktadır. Ailelerin sadece yarısı siber zorbalık bir risktir demiştir. Yazarı olduğum bir araştırmada ailelerin %98 si evet neredeyse tamamı benim çocuğum ne siber zorbalık yapmıştır ne de siber mağdur olmuştur cevabı vermişlerdir. Aynı çalışmada çocukların %65 i siber zorba yarısından fazlası da siber mağdur olduğu belirlenmiştir. Buradan anlaşılacağı gibi internetin riskleri maalesef bilgilerimiz kısıtlıdır ve çocuklarımızın bu riskleri yaşayıp yaşamadıklarını bilemiyoruz. Dijital ortamın farkında olan anne baba riskleri bile, tehlike belirtilerini anlayabilen ve çocuğunu bunlara karşı uyarabilendir.

4. Dijital Ortamda Kontrol: Her insanın internete erişim hakkı vardır. Bizde çocuklarımızı bu haktan mahrum bırakmamak için cep telefonu, bilgisayar almaktayız. Dijital bir ebeveyn çocuklarına sadece teknolojiye erişimini sağlamada destek olan ebeveyn değildir. Bilgisayar cep telefonu alarak, internet paketi alarak bu görevini tamamlamış sayılmamaktadır. İnternet erişimine katkı sağlamanın yanında interneti ve dijital araçları etkin, yararlı ve güvenli kullanımını desteklemelidir. Bilinçli ve sorumlu kullanımı için kontrol etmelidir.

Peki bu kontrolü nasıl sağlayacağız?

Daha küçük yaşlardaki çocuklarımız için internette, bilgisayar ve telefon başında geçen zamanı engelleme ve ya kısıtlamaktayız.

Ancak ergenlik döneminde özellikle 15 yaş ve üstü çocuklarımızda engelleme ve kısıtlama çoğu zaman doğru bir yaklaşım olmamaktadır. Tabi ki kontrol edeceğiz ancak, bu onları takip ediyormuş hissi vermeden güvene dayalı bir iletişim kurarak olmalıdır. Daha çok yönlendirici olmamız gerekmektedir. Öncelikle çocuğumuzun interneti daha çok öğrenme amaçlı mı yoksa sosyal medya hesaplarında gezinmek için mi kullanıyor bunu bilmeliyiz. Bunu çocuğumuzla internet hakkında sohbet ettiğimiz zamanlarda öğrenebiliriz. Eğer interneti daha çok sohbet etmeye ve oyun oynamak için kullanıyorsa onu bilgi öğrenme ve paylaşma (dil öğrenme, kodlama, web tasarımı vb) gibi becerileri kazanması için yönlendirebiliriz. İnternette yaşanabilecek riskler hakkında önce bilgilerimizi artıracağız sonra bu bilgileri çocuklarımız ile paylaşmamız gerekmektedir. Dijital ortamda kontrolü sağlarken çıktığımız bu yolda çocuklarımızla aynı hizada yürüyerek bize güven duymalarını ve kendilerini güvende hissetmelerini sağlamalıyız.

5. Yenilikçilik: Dijital ebeveynlerin yeniliklere açık olması, çocuklarını ve kendilerini geliştirebilmek için teknolojinin sunduğu imkanların farkında olması gerekmektedir. Çok hızlı gelişen teknolojiye zaman zaman ayak uyduramayan ebeveynlerin teknik gelişmeler, güvenlik programları ve araçları hakkında ve aynı zamanda gençler arasında popüler olan içerik hakkında temel bilgiye ihtiyaçları olmaktadır.

Evet anne baba olmanın daha çok sorumluluk getirdiği bir çağda dijital bir çağda yaşıyoruz. Bu çağa ayak uydurarak çocuklarımızı risklerden koruyabiliriz. Bunun için de bol bol araştıran okuyan kendini geliştiren dijital bir ebeveyn olmamız gerekmektedir.

Bu videoda dijital ebeveynlik kavramından bahsettim, bir sonraki videoda empati kavramından bahsedeceğim.

Görüşmek üzere…

EK-29. Ebeveyn 4. Konu: Empati Eğitim İçeriği

Merhaba Sevgili Dijital Anne Dijital Baba

Bu videoda empati nedir, empati kurma süreci nedir ve internette empati nasıl sağlanmalıdır bunlardan bahsedeceğim.

Empati bebeklik döneminden yetişkinlik dönemine kadar uzunca bir süreçten geçerek gelişmektedir. Çocuklar empatiyi ailesinden anne babasının başkalarına karşı olan davranışlarını izleyerek pekiştirmektedirler. Çocuklar ne kadar çok sosyalleşir, farklı insanlarla tanışır, farklı bakış açılarının olduğunu görürse empati kurma becerileri o kadar gelişir.

E peki nedir bu empati?? Hepimizin de bildiği gibi empati….

Empati karşıdakinin bakış açısıyla bakmak demek, yani bir insanın, kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır.

Empati bilişsel ve duygusal empati olarak ikiye ayrılmaktadır. Bir arkadaşınızın bütün gün internette vakit geçirip, günlük işlerini ödevlerini aksatan çocuğuna neden kızgın hissettiğini anlayabiliriz. Bilişsel empatidir yani karşıdaki kişinin nasıl düşündüğünü anlamaktır.

Duygusal empati ise, karşımızdaki kişinin nasıl hissettiğini anlamaktır, kızgın mı üzgün mü , mutlu, heyecanlı mı?. Yani duygusal empati duyguları tanımaktır. Sözlerimizle, Göz teması kurarak, yüz ifadelerimiz, jestlerimiz mimiklerimiz duyguları tanımamızı kolaylaştırmaktadır.

Peki empati kurma süreci nasıl gerçekleşiyor….bunun için 3 temel unsur olması gereklidir.

1. Empati kuracak kişi, kendisini karşısındakinin yerine koyması ve olaylara onun bakış açısı ile bakması gerekmektedir

2. Kişinin empati kurmuş sayılması için karşısındakinin duyguları ve düşüncelerini doğru olarak anlaması gerekmektedir. Yani etkin dinlemesi gerekmektedir.

3. Empati kuran kişinin zihninde oluşan empatik anlayışın, karşıdaki kişiye iletilmesidir. Yani karşıdaki kişi anlaşıldığını, dinlenildiğini anlaması gerekmektedir.

Empati kurmak neden gereklidir?

Hiç anlaşılmadığınız bir zamanı düşünün, anlaşılmamanın getirdiği hayal kırıklığını, üzüntüyü… empati kurmak önce bizi yanlış iletişimden korumaktadır. Sağlıklı bir iletişimin temelinde aktif dinleme, doğru anlama ve anlaşılma yatmaktadır. Karşımızdaki kişiye onu anladığımızı hissettirmek o kişiye kendisinin önemsendiği fark ettirmekte, değerli hissetmekte ve rahatlatmaktadır. Güvende hissettirmektedir. Çocuğumuzla olan iletişimimizde empati kurmak önemlidir. Çocuklarımızla empati kurmak ailem beni anlıyor, ailem beni önemsiyor, ailem benim ne hissettiğimin farkında düşüncesini geliştirir. Böylece çocuklarımız hem bizimle hem arkadaşları hem de öğretmenleriyle empati kurabilir, iletişimini geliştirebilir, iletişim problemleri yaşamamasını sağlar.

Bir olaya karşı iki farklı bakış açısı olabilir. Farklı düşüncelerin olduğunu bilmek, kendi bakış açımızı zenginleştirir. Toplumsal yaşamda başarılı olmak için insanların neler hissettiğini iyi anlamak, empati kurmak önemlidir.

Ancak dijital dünyada yani internet ortamındaki iletişim empatiyi etkiliyor muu???

İnternette göz teması kurulamıyor, Yüz yüze görüşmelerde olduğu gibi yüz ifadeleri, jest ve mimikler görülememektedir bu nedenle özellikle duygusal empati kurmamızı engelleyebilmektedir.

Bir kişinin sürekli sizin severek paylaştığınız fotoğrafların altına hiç görmek istemeyeceğiniz bir yorum yaptığını Ailemiz arkadaşlarımız sevdiklerimizin de buna şahit olduğunu ve bu nedenle üzüldüğünüzü düşünün….

Bu davranış siber zorbalıktır, Empati becerisi yetersiz olan kişiler daha fazla siber zorbalık yaptığı belirlenmiştir. Yani karşıdaki kişinin ne hissettiğini düşünmeyen kişiler daha çok zarar vermektedir. Eğer bu davranışı yapan kişi yorumunu yazmadan önce acaba ne düşünür, ne hisseder diye empati yapsaydı, bu olay yaşanmaz, olumsuz duygular hissedilmez, kimse kırılmazdı.

İnternet ortamında gerçek yaşamda olduğu insanlarla empati kurmalıyız,

Çocuğumuza sosyal medya hesaplarında paylaşım yaparken, yaptığımız paylaşımların karşımızdaki insanı üzebilir mi olumsuz etkileyebilir mi düşünmesi gerektiğini anlatmalıyız.

Çocuğumuza İnternet ortamında yapılan bir şaka karşı taraftaki kişi için yaralayıcı olabileceğini, bu nedenle şaka amaçlı bile olsa gönderilen mesajlar, paylaşılan fotoğraflar, videolar karşı tarafı incitmeyecek içerikte olması gerektiğini anlatmalıyız.

Herkes aynı fikirde olmak zorunda değildir, bir olay hakkında birbirinden farklı görüş, tutum olabilmektedir. Çocuğumuza internet ortamında da herkesin birbirine saygı göstermesi gerektiğini anlatmalıyız.

Bir sonraki videomuz güvenli internet kullamı ile ilgili eğitimde görüşmek üzere...

EK-30. Ebeveyn 5.Konu: Güvenli İnternet Kullanımı Eğitim İçeriği

Merhaba Sevgili Dijital Anne, Sevgili Dijital Baba

Bu videoda internetin risklerinden ve güvenli internet kullanımından bahsedeceğim.

Cep telefonu, tablet, bilgisayar gibi elektronik cihazların çeşitliliği, internete erişimin kolaylaşması ve sunduğu sayısız fırsatlar adölesan döneminde internet kullanımını yaşamlarının merkezine aldıkları görülmektedir. Günlük önerilen 2 saatlik sürenin üzerinde bir kullanım sıklığı nedeniyle adölesanlar ekran süresinin artmasına neden olmaktır.

Yapılan çalışmalar ekran süresinin artmasının adölesanlarda fiziksel, psikolojik, sosyal problemlere neden olduğunu göstermektedir.

Bu videomda internet kullanımının risklerinden ve güvenli internet kullanımının öneminden bahsedeceğim,

Günde 2 saatin üzerinde internette vakit geçirmek, ekrana bakılarak geçirilen süreyi artırmaktadır. Bu durum psikolojik, fiziksel ve sosyal sağlığı olumsuz etkilemektedir. Gecelere sarkan mesajlaşmalar, oyunlar nedeniyle ekrandan yayılan mavi ışığa maruz kalmak gece salgılanan bağışıklık sistemini destekleyen, hücre yenilenmesini sağlayan melatonin hormonunu baskılanmakta, uykuya dalmayı geciktirmekte, uykusuzluğa, sabah baş ağrısı, yorgun uyanmaya, unutkanlıklara neden olmaktadır. Bu yorgunluk nedeniyle de öfke ve huzursuz bir gün geçirilmektedir. Ayrıca göz kuruluğu, göz yorgunluğu bulanık görme, uzağı iyi görememe sorunları yaşanmaktadır.

Ekran başında geçirilen sürenin artması fiziksel harekette azalmaya, ekran başında yemeye neden olmakta, bu da obezite riskini getirmektedir.

Telefon, bilgisayar tablet kullanırken sürenin uzaması vücut posturunun bozulmasına neden olmaktadır. Ayrıca el bileğinde ağrılara, karpal tünel sendromuna neden olmaktadır.

Ekran başında gecen sürenin artması, fiziksel harekette azalmaya bağlı olarak kötü kolesterolü vücuttan uzaklaştırmaya yarayan iyi kolesterolün seviyesini azaltmaktadır. Bu da kalp hastalıklarına neden olmaktadır.

İnternet ortamında uzun süre vakit geçirmek siber zorbalıkla karşılaşma riskine artırmakta bu da depresyona varan olumsuzlukların yaşanmasına neden olmaktadır.

Güvenli internet kullanmak için bu bilgilerin farkında olmak gerekir. Bu saydığımız risklerden çocuklarımızı korunmak için interneti güvenli olarak kullanmalarını sağlamamız gerekmektedir.

Güvenli internet aşırı olmayan kullanım süresinde, *İnternet'in barındırdığı risklerden korunarak sunduğu sayısız imkândan yararlanmak* olarak tanımlanabilir.

İnterneti güvenli bir şekilde kullanmak için daha önce anlattığım gibi dijital bir ebeveyn olmamız gerekiyor. İnternet hakkında bilgi edinmek, zararlarından korunmak için nasıl davranmanın uygun olduğunu araştırmak, kendimizi geliştirmemiz gerekmekte ve bunu çocuklarımıza aktarmalıyızdır.

Güvenli internet kullanımı için çocuklarımıza şunları hatırlatmalıyız:

1. Çocuklarınızın kullandığı sosyal ağlar hakkında konuşun ve onları dinleyin, çocuklarınızın kullandığı sosyal ağların neler olduğunu öğrenin ve bu ağlara üye olarak çocuklarınızla arkadaş olarak takip edin

2. Yaşlarına uygun olmayan sosyal ağ sitelerine oyun sitelerine üye olmamaları gerektiğini anlatın.

3.İnternette ve sosyal ağlarda oldukları zaman tanımadıkları kişileri arkadaş listelerine eklememelerini söyleyin

4. İnternette ve sosyal ağlarda kendisine ve aile üyelerine ait bilgileri vermemeleri gerektiği sık sık hatırlatın

5. Çocuklarınızla sosyal ağlardaki gizlilik ayarları hakkında konuşun, profillerinin herkese açık olması güvenliği için risk oluşturabileceğini hatırlatın

6. Ziyaret ettiği internet sayfalarını hakkında bilgi sahibi olun, (bunu internet tarayıcınızın ayarlar kısmında yer alan gezinti geçmişi bölümünden kontrol edebilirsiniz.)

7. İnternette ve sosyal ağlarda tanıştıkları kişiler ile yüz yüze görüşmenin tehlikelerinin neler olduğunu açıklayın

8. İnternette yaptığımız aramalar, paylaştığımız fotolar, ziyaret ettiğimiz siteler dijital bir iz bırakmaktadır. Bu izlere dijital ayak izi denilir. Uygun olmayan siteleri ziyaret etmek, siber zorbalık yapmak olumsuz dijital ayak izine neden olmaktadır. Örneğin; Herkese açık profil oluşturmak en basitinden profil fotoğrafımızın kopyalanmasına ve adımıza bir sayfa açılarak uygun olmayan paylaşımlarda yapan kişinin biz sanılmasına neden olabilir. Kısaca siber zorbaların dijital ayak izimizi takip ederek mağduriyet yaşamamamıza neden olabilir. Bu nedenle çocuklarımıza bu gibi örneklerle bu kavramları açıklayarak interneti güvenli kullanması gerektiği söylenmelidir.

Bunlarla birlikte

Tüm iletişim firmalarının ücretsiz olarak sunduğu Güvenli İnternet hizmetinden yararlana bilirsiniz. Aile profili seçeneği oluşturarak şiddet, ırkçılık, kumar, sağlık bakanlığının zararlı olduğunu açıkladığı ürünlerin siteleri, dolandırıcılık sitelerinin önüne geçmiş olursunuz. Bu hizmet ücretsiz olarak tüm operatörlerden hizmet alınabilir.

9. İnternette karşılaşılan her bilgiye inanmaları gerektiğini, bilgileri doğru kaynaklardan edinmeleri gerektiğini anlatınız.

10. İnternette karşılaştıkları olumsuz durumları sizlerle paylaşması gerektiğini anlatın ve ona bu güveni veriniz. Yaşanan olumsuzluklar nedeniyle internet kullanımını yasaklamayın, doğru kullanımı hakkında daha fazla bilgi veriniz.

11.Sizinle paylaştıkları olumsuz deneyimleri için onları yargılamadan dinleyiniz ve sorunu çözmek için birlikte hareket ediniz.

12 Çocuğunuzun sorununu çözmekte zorlandığınızda uzmanlardan yardım isteyiniz.

13. İnternette karşılaştığınız olumsuz durumları şikayet etmek için ihbar.web sitesini ziyaret edebilirsiniz.

Unutmayalım ki internete ve elektronik cihazlara bizlerden daha hızlı adapte olmakta ve kullanmaktadırlar. Bizim burada anne baba olarak rolümüz çocuklarımızı kısıtlamak değil güvenli olarak kullanmasını sağlamak ve kendilerini geliştirmelerine fırsat sunmaktır.

EK-31. Adölesanların Siber Zorbalık Konusu ve Siber Zorbalık Eğitiminin Sağlığı Geliştirme Modeline Uygunluğu Uzman Değerlendirme Formu

Siber Zorbalık Konusunun Modele Uygunluğu	Uygun Değil	Biraz Uygun	Oldukça Uygun	Çok Uygun
1. *Bireysel özellikler ve önceki deneyimler* alt bileşenine siber zorbalık tanılama kriterleri uygun mu?				
Öneriniz:				
2. *Eylemin algılanan yararları* alt bileşenine siber zorbalığın nedenlerini ve olumsuz sonuçlarını bilmesi ve algılaması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
3. *Eylemin algılanan engelleri* alt bileşenine siber zorbalık kavramını ve çeşitlerini bilme ve olumsuz etkilerini algılaması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
4. *Algılanan öz etkililik* alt bileşenine siber zorbalığın önlenmesinde dijital öz yeterliliğin artırılması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
5. *Aktivite ile ilişkili etkiler* alt bileşenine siber zorbalığın olumsuz sonuçlarının bilinmesi açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
6. Durumsal etkiler alt bileşenine siber zorbalığın siber zorbalığa neden olan internetin, sosyal medyanın sık ve uzun süre kullanımı vb engellenmesi uygun mu?				
Öneriniz:				
7. Kişiler arası etkiler alt bileşenine hemşire desteği açıklaması uygun mudur?				
Öneriniz:				
8. Acil Gereksinimler ve Öncelikler alt bileşenine internet kullanım alışkanlıklarının düzenlenmesi açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
9. Sağlığı geliştirme davranışı alt bileşenine siber zorbalık sıklığının azalması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				

Eğitim İçeriğinin Modele Uygunluğu	**Uygun Değil**	**Biraz Uygun**	**Oldukça Uygun**	**Çok Uygun**
10. Adölesan eğitim değerlendirme formları *eylemin algılanan yararları ve algılanan öz yeterlilik* alt bileşenlerine uygun mu?				
Öneriniz:				
11. *Eylemin algılanan engelleri* bileşenine Siber zorbalık tanımı ve çeşitleri başlıklı eğitimin amacı ve hedefleri uygun mu?				
Öneriniz:				
12. *Eylemin algılanan yararları* bileşenine Siber zorbalık nedenleri ve sonuçları başlıklı eğitimin amacı ve hedefleri uygun mu?				
Öneriniz:				
13. *Algılanan öz yeterlilik (öz etkililik)* bileşenine Dijital öz yeterlilik eğitiminin amacı ve hedefleri uygun mu?				
Öneriniz:				
14. *Kişilerarası etkiler bileşenine* Empati eğitiminin amacı ve hedefleri uygun mu?				
Öneriniz:				
15. *Durumsal etkiler* bileşenine Güvenli internet kullanımı eğitiminin amacı ve hedeflerinin modelde uygun mu?				

EK-32. Ebeveynlerin Siber Zorbalık Eğitiminin Sağlığı Geliştirme Modeline Uygunluğu Uzman Değerlendirme Formu

Siber Zorbalık Konusunun Modele Uygunluğu	Uygun Değil	Biraz Uygun	Oldukça Uygun	Çok Uygun
1. *Bireysel özellikler ve önceki deneyimler* alt bileşenine siber zorbalık tanılama kriterleri uygun mu?				
Öneriniz:				
2. *Eylemin algılanan yararları* alt bileşenine siber zorbalığın nedenlerini ve olumsuz sonuçlarını bilmesi ve algılaması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
3. *Eylemin algılanan engelleri* alt bileşenine siber zorbalık kavramını ve çeşitlerini bilme ve olumsuz etkilerini algılaması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
4. *Algılanan öz etkililik* alt bileşenine siber zorbalığı önlemek için dijital ebeveyn öz yeterliğinin artması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
5. *Aktivite ile ilişkili etkiler* alt bileşenine siber zorbalığın olumsuz sonuçlarının farkında olmasının bu davranıştan çocuğunun kaçınmasını sağlaması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
6. *Kişiler arası etkiler* alt bileşenine hemşire desteği açıklaması uygun mudur?				
Öneriniz:				
7. *Durumsal etkiler alt bileşenine* siber zorbalığın siber zorbalığa neden olan internetin, sosyal medyanın sık ve uzun süre kullanımı vb engellenmesi uygun mu?				
Öneriniz:				
8. *Acil Gereksinimler ve Öncelikler* alt bileşenine çocuğunun internet kullanım alışkanlıklarının düzenlenmesi açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				
9. *Sağlığı geliştirme davranışı* siber zorbalık farkındalığının ve dijital ebeveyn öz yeterliğinin artması açıklaması uygun mu?				
Öneriniz:				

Eğitim İçeriğinin Modele Uygunluğu	**Uygun Değil**	**Biraz Uygun**	**Oldukça Uygun**	**Çok Uygun**
10. Ebeveynin eğitim değerlendirme formları *eylemin algılanan yararları, zararları ve algılanan öz yeterlilik* alt bileşenlerine uygun mu?				
Öneriniz:				
11. *Eylemin algılanan engelleri* bileşenine siber zorbalık tanımı ve çeşitleri başlıklı eğitimin amacı ve hedefleri uygun mu?				
Öneriniz:				
12. *Eylemin algılanan yararları* bileşenine Siber zorbalık nedenleri ve sonuçları başlıklı eğitimin amacı ve hedefleri uygun mu?				
Öneriniz:				
13. *Algılanan öz yeterlilik (öz etkililik)* bileşenine Dijital öz yeterlilik eğitiminin amacı ve hedefleri uygun mu?				
Öneriniz:				
14. *Kişilerarası etkiler bileşenine* Empati eğitiminin amacı ve hedefleri uygun mu?				
Öneriniz:				
15. *Durumsal etkiler* bileşenine Güvenli internet kullanımı eğitiminin amacı ve hedefleri uygun mu? *Öneriniz:*				

EK-33. Adölesanların Siber Zorbalık Konusu ve Siber Zorbalık Eğitiminin Sağlığı Geliştirme Modeline Uygunluğu Uzman Değerlendirme Formu-Kapsam Geçerlilik İndeksi

Maddeler	**Uzmanlar (0:Uygun değil, 1:Biraz uygun, 2:Uygun, 3:Çok uygun)**						**Madde KGO Min. Değer**
	1	***2***	***3***	***4***	***5***	***6***	
Soru 1	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 2	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 3	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 4	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 5	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 6	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 7	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 8	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 9	2	1	3	2	3	3	1.00
Soru 10	3	1	3	3	3	3	1.00
Soru 11	3	1	3	3	3	3	1.00
Soru 12	3	1	3	3	3	3	1.00
Soru 13	3	1	3	3	3	3	1.00
Soru 14	3	1	3	3	3	3	1.00
Soru 15	3	1	3	3	3	3	1.00

EK-34. Ebeveyn Siber Zorbalık Konusu ve Siber Zorbalık Eğitiminin Sağlığı Geliştirme Modeline Uygunluğu Uzman Değerlendirme Formu-Kapsam Geçerlilik İndeksi

Maddeler	Uzmanlar (0:Uygun değil, 1:Biraz uygun, 2:Uygun, 3:Çok uygun)						Madde KGO Min. Değer
	1	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	
Soru 1	3	1	3	3	3	3	1, 00
Soru 2	3	1	3	2	3	3	1, 00
Soru 3	2	1	3	2	3	3	1, 00
Soru 4	2	1	3	2	3	3	1, 00
Soru 5	2	1	3	2	3	3	1, 00
Soru 6	2	1	3	2	3	3	1, 00
Soru 7	2	1	3	2	3	3	1, 00
Soru 8	2	1	3	2	3	3	1, 00
Soru 9	2	1	3	2	3	3	1, 00
Soru 10	3	1	3	3	3	3	1, 00
Soru 11	3	1	3	3	3	3	1, 00
Soru 12	3	1	3	3	3	3	1, 00
Soru 13	3	1	3	3	3	3	1, 00
Soru 14	3	1	3	3	3	3	1, 00
Soru 15	3	1	3	3	3	3	1, 00

EK-35. Eğitim Videolarında Sık Kullanılan Terimler Sözlüğü

A

Adölesan: Latince "gelişen" anlamına gelir.

Adölesan Dönem: Çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemidir. Fiziksel, duygusal, süreçlerin yol açtığı cinsel ve psikososyal olgunlaşma ile başlayan ve bireyin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazandığı kronolojik bir dönem olarak tanımlanmaktadır. 10-19 yaşları arasındaki yılları kapsar.

Ç

Çevrimiçi: Bilgisayar sisteminde sunucuya bağlı ve çalışır durumda olma. İngilizce "online" kelimesinin karşılığıdır.

Çevrimdışı: Bilgisayar sisteminde sunucuya bağlı ve çalışır durumda olmama. İngilizce "offline" kelimesinin karşılığıdır.

E

Ebeveyn: Anne ve baba.

Empati: bir insanın, kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır.

Ergen: Çocukluk dönemi ile yetişkinlik dönemi arasındaki dönemdeki bireydir.

Ergenlik Dönemi: Çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemidir. Fiziksel, duygusal, süreçlerin yol açtığı cinsel ve psikososyal olgunlaşma ile başlayan ve bireyin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazandığı kronolojik bir dönem olarak tanımlanmaktadır.

D

Dijital: Verilerin bir ekran üzerinde elektronik olarak gösterilmesi olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kumu Sözlüğü, https://sozluk.gov.tr/).

Dijital Ayak İzi: İnternet ortamında kullanılan sosyal medya hesapları, çevrimiçi oyunculu oyunlar gibi platformlarda paylaşılan mesajlar, yorumlar, fotoğraflar, beğeniler, aramalar ile bırakılan ve dijital ortamda saklı kalan bu izler dijital ayak izi olarak değerlendirilmektedir.

Dijital Yerli: Günlük yaşantımızı kolaylaştıran internet ve dijital cihazlarla çevrili bir dünyada büyümekte olan, teknolojik araçları ve iletişim dilini kendi anadilleri gibi kullanabilen günümüz çocukları ve gençleri olarak tanımlanmaktadır (Prensky, 2001; Yay, 2019; Yavuzer ve Demir, 2016).

Dijital Göçmen: Teknolojinin yaygınlaşmadığı dönemde dünyaya gelen ve teknoloji kullanımını sonradan öğrenen 1980 öncesi dünyaya gelen kişiler olarak tanımlanmaktadır (Prensky, 2001; Yay, 2019; Yavuzer ve Demir, 2016)

İ

İnternet: birçok bilgisayarı birbirine bağlayan genel ağ

S

Siber zorbalık: Bir grup veya birey tarafından, elektronik iletişim türlerini kullanarak (cep telefonu, tablet, bilgisayar) kendisini kolayca savunamayan bir kurbana karşı defalarca ve farklı zamanlarda gerçekleştirilen agresif, kasıtlı bir davranıştır.

Siber mağduriyet: Bilgi ve iletişim teknolojileri aracılığıyla bir birey ya da grubun, özel ya da tüzel bir kişiliğin, teknik ya da ilişkisel tarzda zarar verici davranışlara maruz kalması ve bu davranışlardan maddi ya da manevi olarak mağduriyet yaşaması durumudur.

Siber Zorba: Siber zorbalık davranışlarında bulunanlar kişiler olarak tanımlanmaktadır.

Siber Mağdur: Siber zorbaca davranışlara maruz kalan kişiler olarak tanımlanmaktadır.

Siber Zorba-Mağdur: Hem siber zorbalık davranışında bulunanlar hem de siber zorbalığa maruz kalanlar kişiler olarak tanımlanmaktadır.

Sosyal medya: Web 2.0'ın kullanıcı hizmetine sunulmasıyla birlikte, tek yönlü bilgi paylaşımından, çift taraflı ve eş zamanlı bilgi paylaşımına ulaşılmasını sağlayan medya sistemidir. Ayrıca sosyal medya; kişilerin İnternet üzerinde birbirleriyle yaptığı diyaloglar ve paylaşımların bütünüdür.