

Adölesanlarda Siber Zorbalık, İnternet Bağımlılığı ve Algılanan Stres

Cyber Bullying, Internet Addiction and Perceived Stress Among Adolescents

Yağmur SEZER EFE^{1 A,B,C,D,E,F}, Emine ERDEM^{1 A,B,G}, Nuray CANER^{1 B,D,F},

Ayşe ŞENER TAPLAK^{2 C,F,G}, Öznur BAŞDAŞ^{1 E,F,G}, Meral BAYAT^{1 E,F,G}

¹Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Kayseri, Türkiye

²Yozgat Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Yozgat, Türkiye

ÖZ

Amaç: Araştırma, adölesanların siber zorbalık, internet bağımlılığı ve algılanan stres düzeylerinin incelenmesi amacı ile yapılmıştır.

Yöntem: Bu tanımlayıcı araştırma, 2019-2020 eğitim öğretim yılında, İç Anadolu Bölgesi'nde bulunan bir ilin İl Millî Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı liselerin 9-12. sınıflarında öğrenim gören 441 adölesan ile yapılmıştır. Veriler; Adölesanlar için Tanıtıcı Özellikler Formu, Siber Zorbalık ve İnternet Saldırganlığı Tarama Anketi, İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ) ve Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ-10) ile toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde, sayı, yüzde, Ortalama±SS, minimum (min), maksimum (maks), Mann Whitney-U, Anova, Spearman Korelasyon, Lineer Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan adölesanların siber zorba kurbanı olma (SZKO) ve siber zorba olma (SZO) puanları arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki vardır ($p<0.01$). Adölesanların SZKO ve SZO puanları ile İBÖ ve ASÖ-10 puanları arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur ($p<0.01$). Ayrıca SZO puanları ile SZKO puan ortalamaları ve SZO frekans ortalamaları arasında ilişki olduğu ve SZO ölçeğinden aldıkları puanların %49'unu açıkladığı bulunmuştur.

Sonuç: Çalışmaya katılan adölesanların internet bağımlılıkları düşük, algılanan stres düzeyleri yaklaşık orta düzeydedir. Adölesanların siber zorbalık davranışları arttıkça, internet bağımlılıkları ve algılanan stresleri de artmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Adölesan, İnternet bağımlılığı, Siber zorbalık, Stres.

ABSTRACT

Objective: In the current research aim is to examine the cyberbullying, internet addiction and perceived stress levels of adolescents.

Methods: This descriptive study was conducted in high schools affiliated to the Provincial Directorate of National Education of a province in the Central Anatolia Region in the 2019-2020 academic year. Data were collected with The Descriptive Characteristics Form for Adolescents, Cyber Bullying and Aggressiveness on the Internet Scanning Scale (CBAISC) and the Internet Addiction Scale (IAS) and the Perceived Stress Scale (PSS-10). Data were analyzed with number, percentage, Mean±SD, minimum (min), maximum (max), Mann Whitney-U, Anova, Spearman Correlation, Linear Regression Analysis.

Results: A moderately positive correlation was found between the CBAISC victimization and offending mean scores of the adolescents ($p<0.01$). There was a low level of positive correlation between CBAISC victimization and offending mean scores of the adolescents and IAS and PSS-10 mean scores of ($p<0.01$). In addition, it was found that there was a relationship between CBAISC offending mean scores, CBAISC victimization mean scores and CBAISC offending frequency means, explaining 49% of the scores they got from CBAISC victimization.

Conclusion: The internet addiction of the adolescents is low and their perceived stress level is approximately moderate. As adolescents' cyberbullying behaviors increase, their internet addiction and perceived stress also increase.

Key words: Adolescents, Internet addiction, Cyberbullying, Stress.

Sorumlu Yazar: Yağmur SEZER EFE

Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Kayseri, Türkiye

ysezerefe@gmail.com

Geliş Tarihi: 06.10.2021 – Kabul Tarihi: 15.02.2022

Yazar Katkıları: A) Fikir/Kavram, B) Tasarım, C) Veri Toplama ve/veya İşleme, D) Analiz ve/veya Yorum, E) Literatür Taraması, F) Makale Yazımı, G) Eleştirel İnceleme

1. GİRİŞ

Bilgisayar ve internetin hızlı gelişimi insanların çalışmalarını, çalışma yöntemlerini ve yaşam stillerini büyük ölçüde değiştirmiş ve sahip olduğu pek çok özellik nedeniyle internet, modern dünyanın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Ayrıca, son teknolojik gelişmeler, insan ilişkilerinde evrime yol açarak internetin sadece bir araç değil, aynı zamanda bilişsel konuların yer aldığı sosyal bir ortam olmasını sağlamıştır (1-3). İnsan ilişkilerindeki bu evrim özellikle genç nesilleri etkilemiş (4), internet ve diğer bilgi iletişim teknolojilerinin yaygın olarak kullanılması bazı riskleri beraberinde getirmiştir (5,6).

Siber zorbalık, bu teknolojik evrimin iyi bilinen risklerinden biridir ve son yıllarda ciddi bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır (3,7,8). Siber zorbalık, başkalarını rahatsız etmek veya korkutmak amacıyla elektronik veya dijital medya aracılığıyla sürekli olarak düşmanca veya saldırgan mesajlar ileten kişi veya gruplar tarafından gerçekleştirilen davranışlardır (3,5,9,10). Türkiye’de ve uluslararası alanda yapılan çalışmalarda, öğrenciler arasında siber zorbalık ve mağduriyetin çok sık karşılaşılan bir sorun olduğu belirlenmiştir (3,7,8,11-13). Gençler arasında yaygın bir sorun olan siber zorbalık, bireyin duygusal, sosyal ve psikolojik gelişimine zarar vermekle birlikte, toplumsal ilişkileri de olumsuz yönde etkileyebilmektedir (3,5,9,10,14,15). Albdour ve ark. (2017) siber zorbalığın öğrencilerin okul yaşamı üzerinde ciddi olumsuz etkileri olduğunu belirtmiştir (16). Yapılan başka bir çalışmada, siber zorbalığa maruz kalan adölesanların psikolojik sağlığının olumsuz etkilendiği, zorba olanların ise suçla yatkın oldukları belirlenmiştir (14).

Bilgisayar ve internet kullanımının yaygınlaşması ile birlikte, aşırı kullanımı sonucu ortaya çıkan bir diğer olumsuz durum internet bağımlılığıdır. Adölesanlar, teknoloji ile daha çok ilgilendikleri ve kimlik arayışı içerisinde oldukları için interneti diğer yaş gruplarına göre daha çok kullanmakta ve internet bağımlılığı açısından risk grubunu oluşturmaktadır (17). Türkiye’de lise öğrencilerindeki internet bağımlılığı prevalansının %6.6-15 arasında değiştiği belirlenmiştir (18,19). Türkiye’de genç nüfusun fazla ve internet yaygınlaşma hızının yüksek olduğu düşünüldüğünde, adölesanlarda internet bağımlılığı ile daha sık karşılaşılacağı söylenebilir. İnternet bağımlılığı adölesanlarda hem fiziksel hem de psikososyal sağlık sorunlarına yol açabilir (20,21).

Adölesanların siber zorbalık yapmalarında, öfke ve yaşadıkları stresin etkisi olabilir (9). Normal gelişimsel süreç, geleceğe ilişkin hayaller, sınavlar, akran ilişkileri, sevilen bir kişinin kaybı gibi yaşam olayları adölesanlar için stres yaratabilir (22). Adölesanlar stres ve öfkeleri ile baş etmek ya da çevrim içi ortamlarda kimlik araştırması yapabileceklerinden internet ile ilgilenebilirler (11). Bu nedenle adölesan dönem, stres ve öfke; internet bağımlılığı ve siber zorbalık ile ilişkilendirilebilir (11,18). Siber zorbalık ve internet bağımlılığı sonucunda da adölesanlarda öfke ve stres gelişebilir. Ayrıca internetin aşırı kullanımı adölesanlarda siber zorbalık davranışı ile de ilişkilendirilebilir (10). Bu problemlerin erken dönemde tespit edilerek önleme çalışmalarının planlanması için, adölesanlarda siber zorbalık, internet bağımlılığı ve stresin incelendiği çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araştırmanın amacı adölesanların siber zorbalık, internet bağımlılığı ve algılanan stres düzeylerinin incelenmesidir.

2. GEREÇ VE YÖNTEMLER

Araştırmanın Şekli

Araştırma, adölesanların siber zorbalık, internet bağımlılığı ve algılanan stres düzeylerinin incelenmesi amacı ile tanımlayıcı olarak yapılmıştır.

Araştırma Evreni ve Örneklemi

Araştırma evrenini, 2019-2020 eğitim-öğretim yılında İç Anadolu Bölgesi'nde bulunan bir ilin İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören 5.091 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi evrenin bilinen örneklem hesabı formülü kullanılarak, %95 güven aralığı ve %5 yanılma olasılığı ile 357 öğrenci olarak hesaplanmıştır. Araştırmanın yapılacağı kurumlar (5 lise), basit rastgele örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Araştırma, çalışmaya katılmak isteyen, ebeveyni onam veren ve 9-12. sınıflara devam eden 441 adölesan ile tamamlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Veriler; Adölesanlar için Tanıtıcı Özellikler Formu, Siber Zorbalık ve İnternet Saldırganlığı Tarama Anketi, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Algılanan Stres Ölçeği ile yüz yüze toplanmıştır.

Adölesanlar için Tanıtıcı Özellikler Formu

Bu form; adölesanların tanıtıcı özelliklerine (yaş, cinsiyet, aile tipi vb.) ilişkin sorulardan oluşmaktadır.

Siber Zorbalık ve İnternet Saldırganlığını Tarama Ölçeği (SZİSTÖ)

Lise öğrencilerinin siber zorbalık kurbanı olma (SZKO) ve siber zorba olma (SZO) durumları, Hinduja ve Patchin (2009) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik-güvenilirliği Özdemir ve Akar (2011) tarafından yapılan Siber Zorbalık ve İnternet Saldırganlığını Tarama Ölçeği (SZİSTÖ) ile değerlendirilmiştir (23,24). SZKO ve SZO olmak üzere iki alt-ölçekten oluşan SZİSTÖ'de, her alt ölçekte 9 madde (1-Hiç,... 5-Pek çok defa) yer almaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar siber zorba kurbanı/mağduru olma ve siber zorba olma durumunun arttığını göstermektedir. Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışmasında 0.79-0.94 olarak hesaplanan Cronbach Alpha değeri (24), bu çalışmada 0.84-0.90 olarak bulunmuştur.

İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ)

Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyi, Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından tasarlanan, Şahin ve Korkmaz (2011) tarafından Türkçe'ye uyumlandırılan, 5'li likert olan İBÖ kullanılarak belirlenmiştir (25,26). İBÖ, 3 alt ölçek (Kontrol Kaybı, Daha Fazla Online Kalma İsteği, Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk) ve 19 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt ölçekler ve toplam ölçek Cronbach Alpha değeri 0.81-0.83 arasında değişmektedir (26). Bu çalışmada ise alt ölçekler ve toplam ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.86-0.93'tür.

Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ-10)

Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilen, Eskin ve ark. (2013) tarafından geçerlik güvenilirliği yapılan Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)-10, 10 maddeden oluşan 5'li likert tipi (Hiçbir zaman: 0, Çok sık: 4) bir ölçektir. ASÖ-10, bireylerin yaşamlarındaki bazı durumların ne kadar stresli algılandığını ölçmek için geliştirilmiştir (27,28). ASÖ-10, 0-40 arasında puanlanmaktadır. ASÖ-10'dan alınan puan arttıkça kişinin stres algısının arttığı şeklinde yorumlanmaktadır. ASÖ-10'un Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alpha katsayısı 0.82 (28), bu çalışmada ise 0.74 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Veri analizi IBM SPSS Version 22.0 (Armonk, NY, USA) istatistik programı ile yapılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler sayı, yüzde, Ortalama±SS, minimum (min), maksimum (maks), frekans değer olarak verilmiştir. Değişkenlerin normal dağılıma uygun olup olmadığı Shapiro-Wilk, p-p, Q-Q plot grafikleri ile değerlendirilmiştir. Veriler Mann Whitney-U, Anova, Spearman Korelasyon ile analiz edilmiştir. Ergenlerin siber zorba olma durumlarının belirleyicilerini saptamak amacıyla Lineer Regresyon Analizi yapılmıştır. Lineer Regresyon Analizi'nde bağımsız değişkenler olarak SZKOÖ, İBÖ, ASÖ-10 puan ortalamaları ve siber zorba frekansı yer almaktadır ve $p < 0.05$ anlamlı kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Etik kurul (Tarih/sayı: 20.03.2018/21) ve kurum izni (11.07.2018/55005497-605.02-E.13157311) alınan çalışma, Helsinki Bildirgesi'ne uygun olarak yürütülmüştür. Çalışmaya başlamadan önce adölesanlara ve ebeveynlerine çalışmanın amacı açıklanmış, araştırmadan elde edilecek verilerin yalnızca araştırma kapsamında kullanılacağı ve gizliliğin sağlanacağı belirtilmiş, hem adölesanlar ve hem de ebeveynlerin birinden yazılı onam alınmıştır.

3. BULGULAR

Araştırmaya katılan adölesanların %52.6'sının kadın olduğu, %30.1'inin 11. sınıfta öğrenim gördüğü ve yaş ortalamalarının 16.36 ± 1.14 yıl olduğu belirlenmiştir. Adölesanların annelerinin %29.0'nun, babaların ise %90.7'sinin çalıştığı, anne ve babalarının büyük bir çoğunluğunun günde ortalama 0-1 saat bilgisayar kullandığı saptanmıştır (sırasıyla %76.2, %64.0). Adölesanların SZKO, SZO ve ASÖ-10 puan ortalamaları sırasıyla 2.27 ± 4.14 , 1.65 ± 4.32 ve 18.9 ± 7.14 'tür. Ayrıca adölesanların İBÖ kontrol kaybı, online kalma isteği, sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt ölçeği puan ortalamaları ve İBÖ toplam puan ortalamaları sırasıyla 15.24 ± 6.48 , 7.78 ± 4.19 , 12.24 ± 5.7 ve 35.27 ± 14.58 olarak saptanmıştır. Adölesanların %2.5'i herhangi bir sağlık sorunu yaşamadıklarını belirtirken, yaşayanların büyük bir çoğunluğu ağrı, dikkat dağınıklığı, görme sorunu ve diğer (yorgunluk, uyku sorunları...) sağlık sorunları yaşadıklarını belirtmişlerdir (Tablo 1).

Çalışmaya katılan adölesanların %46.7'sinin hafta içi ve %32.4'ünün hafta sonu internette 1-3 saat vakit geçirdikleri saptanmıştır. İnterneti en çok sosyal medya platformlarında aktif olmak, film/dizi izlemek ve araştırma/ödev yapmak için kullandıkları bulunmuştur (sırasıyla %59.8, %56.4, %53.9). Ayrıca adölesanların %69.2'sinin evinde bilgisayar,

%75.7'sinin evlerinde internet bağlantısı, %47.4'ünün tablet, %89.8'inin akıllı telefonu olduğu ve %84.1'inin telefonundan internete bağlandığı belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 1. Adölesanların Tanımlayıcı Özellikleri

Tanımlayıcı Özellikler	N	%
Cinsiyet		
Kadın	232	52.6
Erkek	209	47.4
Sınıf düzeyi		
9. sınıf	86	19.7
10. sınıf	112	25.3
11. sınıf	133	30.1
12. sınıf	110	24.9
Anne çalışma durumu		
Çalışan	128	29.0
Çalışmayan	313	71.0
Baba çalışma durumu		
Çalışan	400	90.7
Çalışmayan	41	9.3
Annelerin günlük bilgisayar kullanım süresi		
0-1 saat	336	76.2
1-2 saat	65	14.7
2-3 saat	23	5.2
≥4 saat	17	3.9
Babaların günlük bilgisayar kullanım süresi		
0-1 saat	282	64.0
1-2 saat	78	17.7
3-4 saat	39	8.8
≥4 saat	42	9.5
Sağlık sorunu yaşama durumu*		
Yaşamayan	11	2.5
Ağrı (bel/sırt/boyun)	111	25.1
Dikkat dağınıklığı	146	33.1
Görme sorunu	124	28.1
Kronik hastalık	14	3.1
Diğer**	167	37.8
Toplam	441	100.0
	Mean	SS
Yaş	16.36	1.14
SZKO Ölçeği	2.27	4.14
SZO Ölçeği	1.65	4.32
SZKO frekansı	1.25	3.33
SZO frekansı	1.27	3.78
İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ)	35.27	14.58
İBÖ Kontrol kaybı	15.24	6.48
İBÖ Daha Fazla Online Kalma İsteği	7.78	4.19
İBÖ Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	12.24	5.7
ASÖ-10	18.9	7.14

*Birden fazla cevap verilmiştir.

**Diğer (yorgunluk, uyku sorunları...)

Erkek adölesanların SZKO ve SZO, kadınların ise İBÖ ve ASÖ-10 puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p>0.05$). Adölesanların akıllı telefon kullanma durumlarına göre SZKO, SZO ve ASÖ-10 puan ortalamaları arasında bir fark bulunmaz iken ($p>0.05$), akıllı telefon kullanan adölesanların İBÖ puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Benzer şekilde telefonda internete bağlanan adölesanların ASÖ-10 puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ($p<0.05$), ancak telefonda internete bağlanma durumu ile SZKO, SZO ve ASÖ-10 puan ortalamaları arasında bir fark olmadığı saptanmıştır ($p>0.05$) (Tablo 3).

Tablo 2. Adölesanların İnternet Kullanım Özellikleri

İnternet Kullanım Özellikleri	S	%
İnternet kullanım sıklığı		
Hafta içi		
<1 saat	112	25.4
1-3 saat	206	46.7
3-5 saat	77	17.5
>5 saat	46	10.4
Hafta sonu		
<1 saat	46	10.4
1-3 saat	143	32.4
3-5 saat	134	30.4
>5 saat	118	14.7
İnternet Kullanım Amacı*		
Oyun oynamak	163	36.9
Sosyal medya	264	59.8
Film ve dizi	249	56.4
Araştırma ve ödev	238	53.9
Diğer	32	7.2
Evde bilgisayar bulunma durumu		
Var	305	69.2
Yok	136	30.8
Evde internet bağlantısı		
Var	334	75.7
Yok	107	34.3
Tablete sahip olma durumu		
Evet	209	47.4
Hayır	232	52.6
Akıllı telefona sahip olma durumu		
Evet	396	89.8
Hayır	45	10.2
Telefonda internet bağlantısı		
Var	371	84.1
Yok	70	15.9
Toplam	441	100.0

*Birden fazla cevap verilmiştir.

Tablo 3. Adölesanların Bazı Tanıtıcı Özelliklerine Göre SZİSTÖ-SZKO ve SZO, İBÖ ve ASÖ-10 Puan Ortalamalarının Dağılımı

Tanımlayıcı Özellikler	SZKO		SZO		İBÖ		ASÖ-10	
	Mean± SS	Test/p	Mean± SS	Test/p	Mean± SS	Test/p	Mean± SS	Test/p
Cinsiyet								
Kadın	2.12±3.81	Z=-0.428**	1.55±4.13	Z=-0.304**	35.6±15.2	Z=-2.32**	19.15±7.62	Z=-0.020**
Erkek	2.43±4.47		1.77±4.53		34.88±13.88		18.6±6.58	
Akıllı telefon kullanma Durumu								
Evet	2.27±4.02	Z=-0.485**	1.68±4.38	Z=-0.228**	35.73±14.7	Z=-2.363*	18.83±7.09	Z=-1.098**
Hayır	2.22±5.09		1.42±3.84		31.2±12.87		19.53±7.61	
Telefondan internete bağlanma Durumu								
Evet	2.18±3.64	Z=-0.428**	1.6±4.07	Z=-0.304**	35.6±14.13	Z=-2.321*	18.97±7.08	Z=-0.20**
Hayır	2.71±6.15		1.92±5.47		33.55±16.76		18.52±7.5	

* $p < 0.05$ ** $p > 0.05$

Çalışmaya katılan adölesanların SZKO ve SZO puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p<0.01$). Ayrıca SZKO frekans ortalamaları ile SZKO puan ortalamaları arasında iyi düzeyde pozitif ($p<0.01$), SZO puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<0.01$). SZO frekans ortalamaları ile SZO puan ortalamaları arasında iyi düzeyde pozitif ($p<0.01$), SZKO ölçeği puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p<0.01$). Adölesanların SZKO ve SZO ölçek puanları ile İBÖ ve ASÖ-10 puan ortalamaları arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki saptanmıştır ($p<0.01$) (Tablo 4).

Adölesanların SZO puan ortalamaları ile SZKO puan ortalamaları ve SZO frekans ortalamaları arasında ilişki olduğu ve SZO ölçeğinden aldıkları puanların %49'unu açıkladığı bulunmuştur (Tablo 5).

Tablo 4. Adölesanların SZKO, SZO, İBÖ, ASÖ-10 Ölçekleri Puan Ortalamaları, Siber Zorba Kurbanı Olma ve Siber Zorba Olma Durumlarının Frekans Dağılımları Arasındaki Korelasyon (Spearman)

Ölçekler	1.	2.	3.	4.	5.
1. SZKO	1				
2. SZO	0.554**	1			
3. İBÖ	0.238**	0.182**	1		
4. ASÖ-10	0.240**	0.175**	0.231**	1	
5. SZKO frekans	0.606**	0.457**	0.157**	0.153**	1
6. SZO frekans	0.435**	0.719**	0.174**	0.095*	0.557**

* $p<0.05$

** $p<0.01$

Tablo 5. Adölesanların Siber Zorba Olma Ölçeği'nin Belirleyicileri

Belirleyiciler	Siber Zorba Olma					
	β	SE	β	p	95 % CI	R ²
Sabit						
Siber Zorba Kurbanı Olma	0.465	0.045	0.445	<0.001	-1.118-0.869	0.49
Bağımlılık	0.003	0.011	0.011	0.764	-0.18-0.051	
Algılanan Stres	0.009	0.021	0.015	0.677	-0.033-0.005	
Siber Zorba Olma Frekans	0.873	0.086	0.645	<0.001	0.703-1.042	

Anova: <0.001; F= 85.66

4. TARTIŞMA

Adölesanların siber zorbalık, internet bağımlılığı ve algılanan stres düzeylerinin incelenmesi amacı ile yapılan bu çalışmada, İBÖ puanlarının düşük, ASÖ-10 puanlarının orta düzeyde olduğu belirlenmiştir (Tablo 1). Adölesanların internet bağımlılıkları düşük olsa da, yaklaşık yarısının hafta içi ve üçte birinin hafta sonu 1-3 saat/gün internete girmeleri ve çoğunlukla sosyal medyada aktif olmaları, film/dizi izlemek ve araştırma/ödev yapmak için interneti kullanmaları (Tablo 2), son yıllarda başkalarıyla kolay iletişim kurma, bilgiye hızlı ulaşma, duygu ve düşünceleri özgür biçimde ifade etmeyi sağlaması nedeniyle internetin hayatın her alanına girdiğinin bir göstergesidir. Özellikle pek çok adölesanın akıllı telefonu, evinde bilgisayar ve tabletinin olduğu düşünüldüğünde, internete daha kolay ulaşma imkânı bulacakları öngörülmüştür (29,30).

Ayrıca bu çalışmada, adölesanların çoğunun evinde bilgisayar ve internet bağlantısı olduğu, büyük bir çoğunluğunun akıllı telefonu olduğu ve telefonundan internete bağlandığı

belirlenmiştir (Tablo 2). Bu durumun, internet bağımlılığı ve siber zorbalık riskini de beraberinde getirdiği düşünülebilir (5). Bu çalışmada akıllı telefon kullanan ve telefonundan internete bağlanan adölesanların İBÖ puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$) (Tablo 3). Teknoloji ve internet kullanımının ortaya çıkardığı siber zorbalık pek çok faktör nedeniyle gelişebilir (5). Özellikle adölesanların psikolojik durumları ve siber zorbalık için risk oluşturunca ortamlarda bulunmaları (telefon, facebook, twitter...) siber zorbalık davranışı için risk faktörü olabilir (9,10). Bu çalışmada siber zorba ve siber zorbalık kurbanı olan adölesanların internet bağımlılıkları ve algılanan stresleri arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur ($p<0.01$) (Tablo 4). Bir diğer ifade ile siber zorba olma ve siber zorba kurbanı olma puanları arttıkça, internet bağımlılığı ve algılanan stres puanları da artmaktadır. Siber zorbalık, mağdurlarda bir zayıflık ve yalnızlık algısına neden olarak, akran grubundan soyutlanma, düşük benlik saygısı, sosyal kaygı ve stres gibi sonuçlar doğurabilir (3,31).

Bir siber zorba, kurbanlarının güvenlik algısını bozmak, onları küçük düşürmek ve izole etmek için bir kişiye veya bir grup insana karşı görüntüleri dolaştırabilmekte veya saldırgan mesajlar veya e-postalar gönderebilmektedir. Siber mağduriyet yaşayan bir adölesan intikam almak için siber zorbalık yapabilmekte ve bu davranışlar döngüsel olarak tekrarlanabilmektedir (11,32,33). Bu çalışmada, adölesanların SZKO ve SZO puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p<0.01$). Ayrıca, adölesanların SZO puan ortalamaları ile SZKO puan ortalamaları ve SZO frekans ortalamaları arasında ilişki olduğu ve SZO ölçeğinden aldıkları puanların %49'unu açıkladığı belirlenmiştir (Tablo 5). Bu durum, adölesanların siber zorba ve siber zorba kurbanı olunan yerlerde bulunma sıklıkları arttıkça, bu davranışları daha çok yaptıklarını göstermektedir. Adölesanlar sosyal platformlar aracılığı ile siber zorbalık ve mağduriyet oluşturan ortamlara daha kolay ulaşabilmekte, daha fazla yabancı kişi ile iletişim kurabilmekte, pek çok uygunsuz durumlara maruz kalabilmektedirler.

Siber zorbalık ve internet bağımlılığı için bir başka risk faktörü ise, cinsiyettir (9,10). Yapılan çalışmalarda erkeklerin daha çok siber zorbalık yaptığı, kadınlarda ise internet bağımlılığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (3,14,34). Bu çalışmada da, erkek adölesanların siber zorbalık puanları, kadınların ise İBÖ ve ASÖ puanları daha yüksektir ($p>0.05$) (Tablo 3). Türkiye'de erkeklerde siber zorbalık oranlarının fazla olmasının nedeni, toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklanıyor olabilir. Erkekler şiddet ve zorbalık içeren davranışları cesaret, güç gösterimi ve statü koruma aracı olarak kullanabilirler (35). Ayrıca erkeklerin internet kullanımının kadınlardan daha az denetlenmesi de (12) bu sonucun bir nedeni olarak değerlendirilebilir.

Siber zorbalık davranışının internet aracılığıyla gerçekleştiği dikkate alındığında, internet bağımlılığı ve bağımlılığıya neden olan stresli yaşam olaylarının incelenmesi önem taşımaktadır (36). Bu çalışmada adölesanların SZO ve SZKO puan ortalamaları ile İBÖ ve ASÖ-10 arasında ilişki bulunması da bunu göstermektedir (Tablo 4). Aynı zamanda çalışmada adölesanların ASÖ-10 puanları arttıkça, İBÖ puanlarının arttığı belirlenmiştir (Tablo 4). Bu bulgu, adölesanların yaşadıkları stresten kaçmak için interneti daha çok kullanmayı tercih ettiklerini göstermektedir. Bu sonuç, ayrıca Baumeister'in kendinden kaçış teorisi (37) ile açıklanabilir. Kaçış teorisine göre bireyler stresli anlarda kendileriyle yüzleşmek yerine, kaçınmacı baş etme mekanizmaları kullanırlar. Bu çalışmada da adölesanların stresli durumlarda internet ile daha fazla zaman geçirmeleri, kaçınmaya motive oldukları şeklinde

yorumlanabilir (38,39). Yapılan çalışmalarda stres gibi olumsuz duygusal olayların internet bağımlılığında aracı rol oynadığı belirlenmiştir (40,41).

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmaya katılan adölesanların internet bağımlılıkları düşük, algılanan stres düzeyleri yaklaşık orta düzeydedir. Adölesanların SZKO puanları arttıkça, SZO puanları da artmaktadır. Adölesanların SZKO ve SZO ölçek puanları ile İBÖ ve ASÖ-10 puanları arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki vardır. Adölesanların SZO puanları ile SZKO puan ortalamaları ve SZO frekans ortalamaları arasında ilişki olduğu ve SZO ölçeğinden aldıkları puanların %49'unu açıkladığı bulunmuştur.

Bu araştırma sonuçları, adölesanların siber zorbalık davranışı açısından risk grubunda olduğunu göstermektedir. Bu nedenle adölesanlarda siber zorbalığı önlemek için daha fazla önlemin alınması ve önleyici çalışmaların planlanması önerilebilir. Bu amaçla öğrencilere, ailelere ve öğretmenlere siber zorbalık, internet bağımlılığı, internetin bilinçli kullanımı ve teknoloji okuryazarlığı konusunda farkındalık sağlayacak eğitimler yapılabilir. Sağlık profesyonelleri, aileler ve okul yönetimi/personeli arasında bu konuya ilişkin iş birliği önemlidir. Ayrıca ailelerin adölesanlarla daha fazla vakit geçirmeleri sağlanarak ve ergenleri grup etkileşimli sportif ve sosyal faaliyetlere yönlendirerek, hareketsiz ve yalnız büyüyen ergenlerin internet ile çok fazla zaman geçirmelerinin engellenmesi de faydalı olabilir. İnternet bağımlılığı ve siber zorbalık konusuna dikkat çekmek amacıyla farklı yaş gruplarında, farklı eğitim kademelerinde ve farklı araştırma türlerini içeren yeni araştırmalar hemşireler tarafından planlanabilir.

Araştırmanın Etik Yönü

Etik kurul (Tarih/sayı: 20.03.2018/21) ve kurum izni (11.07.2018/55005497-605.02-E.13157311) alınan çalışma, Helsinki Bildirgesi'ne uygun olarak yürütülmüştür.

Çıkar Çatışması

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışmasının olmadığını beyan etmektedir.

KAYNAKLAR

1. Musetti A., Corsano P. (2018). The internet is not a tool: Reappraising the model for Internet-addiction disorder based on the constraints and opportunities of the digital environment. *Front. Psychol.*, 9, 558.
2. Pratono, A. H. (2018). From social network to firm performance: The mediating effect of trust, selling capability and pricing capability. *Manag. Res. Rev.*, 41, 2040–8269.
3. Saladino, V., Eleuteri, S., Verrastro, V., Petruccelli, F. (2020). Perception of cyberbullying in adolescence: A brief evaluation among Italian students. *Frontiers in Psychology*, 11, 607225.
4. Eleuteri, S., Saladino, V., Verrastro, V. (2017). Identity, relationships, sexuality, and risky behaviors of adolescents in the context of social media. *Sex. Relationsh. Ther.*, 32, 354-365.

5. Akgül, G. (2020). Siber zorbalığın nedenleri üzerine kuramsal açıklamalar. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi (GPD)*, 1(2), 149-167.
6. Sırakaya, M., Seferoğlu, S. S. (2018). Çocukların çevrim-içi ortamlarda karşılaştıkları riskler ve güvenli internet kullanımı. B. Akkoyunlu, A. İşman ve H. F. Odabaşı (Ed). Eğitim teknolojileri okumaları 2018, (12. Bölüm, ss. 185-202). TOJET ve Sakarya Üniversitesi, Adapazarı. [Çevrim-içi: http://yunus.hacettepe.edu.tr/~sadi/yayin/Kitap_ETO2018_Bolum12_185-202_Cevrimici-Riskler.pdf, Erişim tarihi: 02.10.2018.]
7. Aboujaoude, E., Savage, M. W., Starcevic, V., Salame, W. O. (2015). Cyberbullying: Review of an old problem gone viral. *Journal of Adolescent Health*, 57(1), 10-18.
8. Olweus, D., Limber, S. P. (2018). Some problems with cyberbullying research. *Current Opinion in Psychology*, 19, 139-143.
9. İnselöz, N. T., Uçanok, Z. (2013). Ergenlerde sanal zorbalık: Nedenler, duygular ve baş etme yollarının niteliksel analizi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 16(32), 20-44.
10. Baştürk Akca, E., Sayımer, İ. (2017). Siber zorbalık kavramı, türleri ve ilişkili olduğu faktörler: Mevcut araştırmalar üzerinden bir değerlendirme. *AJIT-e: Online Academic Journal of Information Technology*, 8(30), 1-20.
11. Akgül, G., Artar, M. (2020). Cyberbullying: Relationship with developmental variables and cyber victimization. *Scandinavian Journal of Child and Adolescent Psychiatry and Psychology*, 8, 25-37.
12. Erdur-Baker, Ö. (2010). Cyberbullying and its correlation to traditional bullying, gender and frequent and risky usage of internet-mediated communication tools. *New Media & Society*, 12, 109-125.
13. Ayas, T., Horzum, M. B. (2012). On being cyber bully and victim among primary school students. *İlköğretim Online*, 11(2), 369-380.
14. Albdour, M., Hong, J. S., Lewin, L., Yarandi, H. (2019). The impact of cyberbullying on physical and psychological health of Arab American adolescents. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 21, 706-715.
15. Cañas, E., Estévez, E., Martínez-Monteagudo, M. C., Delgado, B. (2020). Emotional adjustment in victims and perpetrators of cyberbullying and traditional bullying. *Social Psychology of Education*, 23, 917-942.
16. Albdour, M., Lewin, L., Kavanaugh, K., Hong, J. S., Wilson, F. (2017). Arab American adolescents' perceived stress and bullying experiences: A qualitative study. *Western Journal of Nursing Research*, 39(12), 1567-1588.
17. Tahiroğlu, A. Y., Celik, G. G., Uzel, M., Ozcan, N., Avci, A. (2008). Internet use among Turkish adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 11(5), 537-543.
18. Öztürk, F. O., Ekinci, M., Öztürk, O., Canan, F. (2013). The relationship of affective temperament and emotional-behavioral difficulties to internet addiction in Turkish teenagers. *ISRN Psychiatry*, 961734, 1-6.
19. Şaşmaz, T., Öner, S., Kurt, A. O., Yapıcı, G., Yazıcı, A. E., Buğdaycı, R., et al. (2014). Prevalence and risk factors of internet addiction in high school students. *European Journal of Public Health*, 24(1), 15-20.
20. Aslan, N. (2019). Ergenlerde internet bağımlılığı, yaygınlığı, nedenleri ve sonuçları üzerine bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(65), 945-957.
21. Söyler, S., Kaptanoğlu, A. Y. (2018). Sanal uyuşturucu: İnternet. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(2), 37-46.
22. Paez G. R. (2018). Cyberbullying among adolescents: A general strain theory perspective. *J Sch Violence*, 17(1), 74-85.
23. Hinduja, S., Patchin, J. W. (2009). *Bullying beyond the schoolyard: Preventing and responding to cyberbullying*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications (Corwin Press).

24. Özdemir, M., Akar, F. (2011). Lise öğrencilerinin siber zorbalığa ilişkin görüşlerinin bazı değişkenler bakımından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 17(4), 605-626.
25. Hahn, A., Jerusalem, M. Internetsucht: Reliabilität und validität in der online-Forschung. Online: http://psilab.educat.huberlin.de/ssi/publikationen/internetsucht_onlineforschung_2001b.pdf
26. Şahin, C., Korkmaz, Ö. (2011). İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 101-115.
27. Cohen, S., Kamarck, T., Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
28. Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F., Dereboy, Ç. (2013). Algılanan Stres Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Güvenirlilik ve geçerlik analizi. *New/Yeni Symposium*, 51(3), 132-140.
29. Statista. Coronavirus impact: Global in-home media consumption by country 2020 [Internet]. Statista. 2020. Available from: <https://www.statista.com/statistics/1106498/home-media-consumption-coronavirus-worldwide-bycountry/>. (Erişim Tarihi: 26 Jun 2020).
30. Ayhan, B., Köseliören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.
31. Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., et al. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Res.*, 287, 112934.
32. Bauman, S. (2013). Cyberbullying: What does research tell us? *Theory Pract.*, 52(4), 249-256.
33. Yıldız Durak, H., Sarıtepeci, M. (2020). Examination of the relationship between cyberbullying and cyber victimization. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 2905-2915.
34. Taş, B., Öztosun, A. (2018). Predictability of internet addiction with adolescent perception of social support and ostracism experiences. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 17(4), 32-41.
35. Çiftçi, S. (2010). *Dokuzuncu sınıf öğrencilerinin sanal zorbalık düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, TOKAT.
36. Ünver, H., Koç, Z. (2017). Siber zorbalık ile problemli internet kullanımı ve riskli internet davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(2), 117-140.
37. Baumeister, R. F., Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychol Bull.*, 117(3), 497-529.
38. Kardefelt-Winther, D. (2014). The moderating role of psychosocial well-being on the relationship between escapism and excessive online gaming. *Comput. Human. Behav.*, 38, 68-74.
39. Kwon, J. H., Chung, C. S., Lee, J. (2011). The effects of escape from self and interpersonal relationship on the pathological use of internet games. *Community Ment. Health J.*, 47(1), 113-121.
40. Feng, Y., Ma, Y., Zhong, Q. (2019). The relationship between adolescents' stress and internet addiction: A mediated-moderation model. *Front Psychol.*, 10, 2248.
41. Chen, Z., Poon, K-T., Cheng, C. (2017). Deficits in recognizing disgust facial expressions and Internet addiction: Perceived stress as a mediator. *Psychiatry Research*, 254, 211-217.