

İnternet Oyun Oynama Bozukluğuna ve Duygu Düzenleme Becerilerine Dayalı Zorbalığa Müdahale Programının İlkokul Öğrencilerinin Zorbalık Davranışlarına Etkisi

The Effect of Bullying Intervention Program Based on Internet Gaming Disorder and Emotion Regulation Skills on Bullying Behaviors of Primary School Students

İsmail Öztürk¹ , Zeliha Traş¹ 

1. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya

Abstract

Objective: The aim of this study was to investigate the effect of an intervention program based on internet gaming disorder and emotion regulation skills on elementary school students' bullying behaviors.

Method: A semi-experimental design with pre-test, post-test, and follow-up measurements was used. The study group consisted of a total of 36 individuals, with 18 in the experimental group and 18 in the control group. The Peer Bullying Scale, Internet Gaming Disorder Scale, and Cognitive Emotion Regulation Scale were used as data collection tools.

Results: When examining the pre-test, post-test, and follow-up test results of the experimental and control groups, it is observed that bullying score averages and internet gaming disorder score averages show a significant decrease in the experimental group.

Conclusion: The intervention program based on internet gaming disorder and emotion regulation skills proves to be effective in reducing bullying behaviors among elementary school students.

Keywords: Bullying, internet gaming disorder, emotion regulation skills, bullying intervention program

Öz

Amaç: Bu araştırmada internet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının ilkökul öğrencilerinin zorbalık davranışlarına olan etkisi incelenmiştir.

Yöntem: Ön test son test ve izleme ölçümlü yarı deneysel desen kullanılmıştır. Çalışma grubu 18 kişi deney grubunda, 18 kişi kontrol grubunda olmak üzere toplam 36 kişiden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Akran zorbalığı ölçeği, İnternet oyun oynama bozukluğu ölçeği ve Bilişsel duygu düzenleme ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: Deney ve kontrol gruplarının ön test, son test ve izleme testleri bulgularına bakıldığında zorbalık puan ortalamaları ve internet oyun oynama bozukluğu puan ortalamaları deney grubunda anlamlı düşüş göstermektedir.

Sonuç: İnternet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının ilkökul öğrencilerinin zorbalık davranışlarının azaltılmasında etkili sonuçlar vermektedir.

Anahtar kelimeler: Zorbalık, internet oyun oynama bozukluğu, duygu düzenleme becerileri, zorbalığa müdahale programı

Giriş

Zorbalık tanımlarken ilk bakılması gereken unsur bireyin zarar görmesi amacıyla ortaya koyulmuş bir eylem olması ve bu eylem sonucunda bireyin zarar görmesidir (1). Bu durum gerçekleştiğinde ortada asimetric bir güç dengesi oluşur. Ayrıca zorbalık davranışlarına maruz kalan kişi kendini savunmakta zorlanır (2). Zorbalık davranışı sonrasındaki süreçte kısa ve uzun dönemli fiziksel, duygusal ve davranışsal sorunlar ortaya çıkabilmektedir (3). Bununla beraber zorbalığa uğrayan bireylerin, grup veya diğer bireyler tarafından dışlanma, agresif davranışlara ve ısrarla tekrar eden aşağılamalara maruz kalma gibi sonuçlar yaşamaları da zorbalığın saldırganlık kavramının içinde değerlendirilebilir olmasını sağlamaktadır (4).

Okul öncesi dönemdeki çocuklar arasında saldırganlık eğilimi yüksek olanların, zorbalık davranışı sergileme ihtimallerinin de yüksek olduğu bilinmektedir (5). İlkokuldaki zorbalığın sosyal dinamiklerinin temeli arkadaş grupları ile olan ilişkilere (6). Bu gelişim aşamasındaki çocuklar için okul ortamı ve zorbalık davranışı önemli bir ilişkiye sahip olabilir (7). Okul hayatı boyunca zorbalık olaylarına katılımın yetişkinlik dönemindeki duygusal refahı olumsuz etkileyebileceği, bunun sonucunda da zorbalığın duygu düzenlemeyle ilişkilendirilebileceği söylenmektedir (8). İlkokul döneminde ise kendisine zorbalık yapılan çocukların ilerleyen zamanlarda psikolojik problemler yaşamaları olasıdır (9). Üniversite öğrencileri arasında zorbalık davranışı gösteren bireylerin bütün okul yaşantısı incelendiğinde, birçoğunun ilkokul döneminde de zorbalık davranışı sergiledikleri bulunmuştur (10). Yaşam boyu süren zorbalık etkilerine bir başa örnek ise eğitim hayatı boyunca zorbalık olaylarıyla iç içe olan öğretmenlerin, çalıştıkları sınıflarda öğrencilerine zorbalık davranışlar gösterebildiklerinin veya öğrencilerinden tersine zorbalık görebileceklerinin bildirilmesidir (11).

İnternet oyun oynama bozukluğu, çok ciddi seviyelere geldiğinde çocukların eğitim hayatlarını olumsuz etkilemekte, karşılarına çıkan olanakları ve kariyer oluşturma imkanlarını kaçırmalarına sebep olmakta bununla beraber psikososyal sorunlar, kaygı bozukluğu gibi sonuçlar oluşturmaktadır (12). Ayrıca internet oyun oynama bozukluğuna sahip bireylerin duruş bozukluğu ve kas iskelet bozukluğu semptomları gibi fiziksel sorunlar yaşadıkları fakat bunu fazla dikkate almadıkları görülmüştür (13). Olumsuz birçok soruna sebep olan internet oyun oynama bozukluğunu sosyal anksiyetenin öngördüğü bildirilmektedir (14). Ayrıca, yalnızlık da internet bağımlılığını anlamlı bir şekilde öngörmektedir (15). Okulda zorbalık olaylarına karışan öğrencilerin aynı zamanda internet oyun oynama bozukluğu belirtileri de gösterdikleri için bu iki kavram arasında neden sonuç ilişkisi olduğu kanısına varılmaktadır (16). Buna göre internet oyun oynama bozukluğu ile zorbalık arasında çok yakın bir ilişkinin varlığından bahsedilebilir (17). Bu düşünceyi desteklemek amacıyla 2000-2019 yılları arasında yayınlanan çalışmalara bakıldığında, internet bağımlılığı ile zorbalık arasındaki ilişkinin birçok kez ortaya konulduğu görülmüştür (18). Dünya çapında bir toplumsal sorun haline gelen bu iki kavram arasındaki ilişkinin ebeveynlik tarzlarından etkilendiği bilinmektedir (19). Bu karşılıklı ilişki irdelendiğinde internet oyun oynama bozukluğu için risk faktörü olarak zorbalık gösterilmektedir (20). Ayrıca bazı durumlarda zorbalık davranışı sergileme veya mağdur olma durumunun, internet oyun oynama bozukluğunun sonucu olarak belirtilmektedir (21).

Duygu düzenleme, bireylerin duygularını tecrübe etme zamanı, şekli ve ifade tarzını belirleyen bir süreçtir; bu süreç bazen istençli ve kontrol edilmiş olabilirken bazen de anlık bir şekilde gelişebilir (22). Duygu düzenleme becerileri, insanların hissettikleri duyguların farkına varıp daha iyi hissedebilmek adına bu duyguları değiştirme ve duyguları üzerinde kontrol sağlama çabalarıdır (23). Duygularını düzenleyebilen bireylerin daha az psikolojik desteğe ihtiyaç duydukları bilinmektedir (24). Bu anlamda çocuklar için de psikolojik sıkıntılarla başa çıkabilme becerisi duyguların kontrol edilebilmesiyle doğrudan ilişkilidir (25).

Zorbalık davranışlarının altında yatan duygu süreçlerinin anlaşılması zorbalığı önleme programlarının geliştirilmesinde önemli bir yere sahiptir. Bu anlamda zorbalığı öngören önemli etkenlerden biri duygu düzenleme becerilerinde yaşanan güçlülük (26). Çocuklarda da zorbalık davranışı sergileme veya zorbalığa maruz kalma durumları, duygu düzenleme becerilerinin ne seviyede olduğundan etkilenmektedir (27). Duygu düzenleme becerilerinin ilkokul çağındaki çocukların üzerinde akademik işlevleri ve öğrenme süreçlerini etkilemek gibi geniş çapta sonuçları bulunmaktadır (28). Bu sonuçlar arasında okul terki gibi davranış problemleri de sayılabilmektedir (29). Ayrıca bilişsel becerilerde zorluklar yaşayan ilkokul çocuklarının duygu

düzenleme becerilerinin geliştirilmesi sağlandığında, okula ve çevreye daha iyi uyum sağladıkları görülmüştür. Bu anlamda duygu düzenleme becerilerinin zorbalık davranışlarından okul terkine, akademik işlevselliğinden öğrenme süreçlerine kadar ilkökul öğrencileri üzerinde geniş bir etkiye sahip olduğu düşünüldüğünde üzerinde çalışılması gereken kritik bir dönem olduğunu ifade edilebilir (30). Bununla beraber ilkökul çocuklarının zorbalıkla olan ilişkilerinde duygu düzenleme becerisinin aracı rolü olduğu ve bu süreçte zorbalık davranışlarından daha az zarar görmek için duygu düzenleme becerilerini geliştirilmesine ihtiyaç duydukları bilinmektedir (31).

Bütün bu bilgiler değerlendirildiğine zorbalıkla ilgili mücadele programlarının kendi içinde özelleştirilmesi gerektiği düşünülmektedir. Özellikle ilkökullarda temel eğitim verilirken zorbalık davranışlarına müdahale edilmesi gereklidir çünkü ilkökuldaki zorbalığa müdahale programlarının çocuklarda önemli iyileşmeler sağladığı görülmüştür (32). Bu yaş grubundaki çocuklardaki kontrolsüz bilgisayar oyunu oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerinde olumsuz etkileri vardır (33). Ayrıca bu dönemde çocukların duygularını ifade etme becerisi kazanması onların sosyal problemleri çözmek için ihtiyaç duydukları becerileri elde etmelerini sağlar (34). Bu dönemde yapılanların çocuklarda kalıcı davranış değişikliklerini sağlayacağı bu sayede programın etkinliğinin uzun vadelere aktarılacağı tahmin edilmektedir. İnternet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerileri kavramları günümüzde çocuklar üzerinde yaygın olarak araştırılan bir konudur. Bu konunun okullardaki zorbalık davranışlarına olası etkisi irdelenmesi ve bu kavramları temel alan bir zorbalığa müdahale programının hazırlanarak oluşacak davranış değişikliklerinin gözlemlenmesi alandaki önemli bir boşluğu doldurabilir. Bu fikirden yola çıkarak bu çalışmada "İnternet Oyun Oynama Bozukluğuna ve Duygu Düzenleme Becerilerine Dayalı Hazırlanan Zorbalığa Müdahale Programının İlkokul Öğrencilerinin Zorbalık Davranışlarına Etkisi" incelenecektir.

Yöntem

Bu çalışmada, internet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı hazırlanan zorbalığa müdahale programının ilkökul öğrencilerinin zorbalık davranışları üzerine etkisinin incelenmesine yönelik nicel verilerin toplanması için, ön test- son test ve izleme ölçümlü kontrol gruplu yarı deneysel desen kullanılmıştır (35). Yarı deneysel modeller gerçek deneysel modellerine göre daha az bilimsel yeterliliğe sahip olmasına rağmen, yarı deneme modelleri sınırlılıkların kontrol edilemediği durumlarda oldukça yararlı bir yöntem olarak sıkça kullanılır (36). Çalışmanın bağımsız değişkeni internet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programıdır. Bağımlı değişkenler zorbalık, internet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerileridir. Yapılan çalışmada ön test-son test izleme ölçümlü deney ve kontrol gruplu 2x3'lük split-pilot yarı deneysel desen kullanılmıştır. Araştırma deseninin simgesel görünümü Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırma deseni

Gruplar	Öntest	Uygulama	Sontest	İzleme
Deney Grubu	Ö ₁	X	Ö ₃	Ö ₅
Kontrol Grubu	Ö ₂	İşlem yok	Ö ₄	Ö ₆

Ö: AZÖ, İOOBÖ9-KF ve BDDÖ-TC ölçeklerinin uygulanması; X: İnternet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı hazırlanan zorbalığa müdahale programı

Örneklem

Araştırmanın çalışma grubu uygun örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Uygun örnekleme yöntemi, işgücü, zaman ve para gibi var olan sınırlılıklar nedeniyle örneklemin araştırmacı tarafından kolay ulaşılabilir ve uygulama yapılabilir şekilde seçilmesidir (37). Çalışma grubu İstanbul ilinde bir devlet ilkökulunda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinden oluşturulmuştur. İlkokul 4.sınıf öğrencilerinden çalışma grubuna öğrenci belirlenmesinin sebebi ilkökul öğrencileri arasında yaşları itibarıyla ölçekleri doğru anlayıp cevaplandırabilmesi ve test uygulanabilmesine en uygun yaş grubu ilkökul 4.sınıf öğrencileri olmasıdır. Deney ve kontrol grupları seçiminde ölçüt (amaçlı) örnekleme yöntemi kullanılmıştır (37). Toplam 400 kişiden oluşan

4.sınıf öğrencisine Akran Zorbalığı Ölçeği Çocuk Formu uygulanarak, ölçekten en yüksek puanı alan 36 öğrenci arasından, ilk 18 kişi deney grubuna sonraki 18 kişi de kontrol grubuna atanmıştır. Öğrencilerin gruplar arasında cinsiyet yönünden eşit dağılımı sağlanmıştır. Her iki grupta da 14 erkek 4 kız öğrenci bulunmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından oluşturulan bu form katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini anlamak için cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi gibi sorular bulundurmaktadır.

Akran Zorbalığı Ölçeği Çocuk Formu (AZÖ)

İlkokul 3. ve 4.sınıf ile ortaokul 5. sınıfta eğitimine devam eden öğrencilere uygulanmak üzere Pişkin ve Ayas (38) tarafından geliştirilen ölçek, 37 maddeden ve fiziksel zorbalık, sözel zorbalık, dışlama, söylenti yayma ve eşyalara zarar verme olarak belirlenen 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek maddeleri alt boyutlara göre listelenmiştir. Sırasıyla 1.-10. maddeler fiziksel konular, 11.-16. maddeler sözel, 17-21. maddelerin dışlanma (izolasyon), 22-28. dedikodu makaleleri, 29-37. maddeler mağduriyet/zorbalığın alt boyutlarıdır. Zorba ölçeğinin iç tutarlık kat sayısı ise (Cronbach's alpha) 0,87'dir. Zorba ölçeği de yüksek tutarlılık göstermiştir. Zorba ölçeği alt faktörleri iç tutarlılık katsayıları ise fiziksel zorbalık 0,71, sözel zorbalık 0,68, izolasyon 0,60, söylenti yayma 0,64 ve eşyalara zarar verme 0,70 olarak belirlenmiştir. Ölçek cevaplarının sınıflandırılmasında 5'li likert tip kullanılmıştır. Ölçeğin cevapları ise "Hemen hemen her gün", Haftada en az 1 defa", "Ayda en az 1 defa", "Dönemde 1 defa" ve "Hiçbir zaman" olarak belirlenmiştir. Ölçeğin zorba ve kurban boyutlarından en düşük 37 puan, en yüksek puan ise 185 puan olarak belirlenmiştir.

Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği Türkçe Çocuk Formu (BDDÖ-TC)

Garnefski vd. (39) tarafından ve 9-11 yaş arasındaki çocukların bilişsel duygu düzenleme stratejilerini ölçme maksatlı geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmalarını Kurtoğlu Karataş yapmıştır (40). Türkçe uyarlama çalışmasının ardından ölçek 32 maddelik 8 alt boyuta dönüştürülmüştür. Yapılan güvenilirlik çalışmasında, bir maddenin toplam korelasyon değeri 0,30 ve faktör yükü 0,45 veya daha fazlaysa, iyi bir seçiciliğe sahip olduğu kabul edilir. Ölçeğin kendini suçlama, kabul, ruminasyon, olumlu yeniden odaklanma, plan yapma, olayın değerini azaltma, felaketeleştirme, diğerlerini suçlama gibi alt boyutları vardır. Ölçeğin alt boyutları kendi içinde 4 maddeden oluşmaktadır ve alt boyutlardan alınabilecek puan minimum 4, maksimum 20'dir.

İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu (İOOBÖ9-KF)

Arıcak vd. tarafından Türkçeye uyarlanan internet oyun oynama bozukluğu ölçeği, Doğrulayıcı faktör analizi, İOOBÖ9-KF'nin tek boyutlu olduğunu göstermiştir (41). İnternet Bağımlılık Ölçeği ile İOOBÖ9-KF arasındaki korelasyon anlamlıdır. Bu anlamlı korelasyon ölçüt-bağıntılı geçerliğin olduğunu da göstermektedir. İOOBÖ9-KF puanları incelendiğinde alt ve üst %27'lik gruplar arasında anlamlı fark olduğunun bulunması ölçeğin geçerlik sonuçlarını desteklenmiştir. Ayrıca Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0.82, Guttman test-yarı güvenilirlik katsayısı 0.75 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı da 0.78 olarak bulunmuştur. Maddeler 'Asla', "Nadiren", "Bazen", "Sık sık" ve "Çok sık" seçenekleriyle sırasıyla 1 ile 5 puan arasında değerlendirilen beşli skala cevaplardan oluşmaktadır. Ölçekte ters madde yer almamaktadır.

Müdahale Programının Hazırlanması ve İçeriği

Okul ortamında uygulanan psiko-eğitim ve benzeri programların uygulama süreci 6 ile 20 oturum arasında olması ve her bir oturumun özellikle çocuklarla 30 ile 45 dakika arasında sürmesi, bir grupta bir beceriyi geliştirmek ve anlatılmak istenilen konuyu işlevli bir şekilde sunmak için yeterli bir süredir (42). Bu tür programlarda planlı ve yapılandırılmış etkinliklerin kullanılması, öğretici olması ve liderin kolaylaştırıcı önemlidir (43).

Tablo 2. Araştırmanın uygulama süreci

Oturumlar	Uygulamanın İçerik ve Kazanımları
1. Oturum	Ön testin uygulanması ve deney ve kontrol grubundaki öğrencilerin kişisel bilgiler formunu doldurmaları. Tanışma ve bilgilendirme toplantısının yapılması. Müdahale programının 1. oturumunun uygulanması.
2. Oturum	Müdahale programının 2. oturumunun uygulanması. Duyguları tanıma ve ifade etme becerilerinin kazandırılması. Grup üyelerinin duygularını ifade etmeleri sağlanır. Grup üyelerinin duygularının farkına varmaları ve duygularını ifade etme becerilerinin geliştirmeleri sağlanır.
3. Oturum	Müdahale programının 3. oturumunun uygulanması. Duygu, düşünce ve davranışlar arasındaki farkların bilinmesi sağlanır. Duygu, düşünce ve davranış arasındaki ilişkinin fark edilmesi sağlanır.
4. Oturum	Müdahale programının 4. oturumunun uygulanması. Problemler ve duygu düzenleme stratejileri anlatılır. Problemlerin neden olduğu duyguları fark etmesi sağlanır. Duygu düzenleme stratejilerini tanır.
5. Oturum	Müdahale programının 5. oturumunun uygulanması. Dijital oyun bağımlılığını tanımlar. Dijital oyun bağımlılığına bağlı olarak yaşadıkları olumsuzlukları fark eder.
6. Oturum	Müdahale programının 6. oturumunun uygulanması. Dijital oyun bağımlılığıyla mücadele yöntemleri belirlenir. Şiddet içerikli oyunların kişilerarası ilişkileri nasıl etkilediğini kavraması sağlanır.
7. Oturum	Müdahale programının 7. oturumunun uygulanması. Zorbalık kavramını açıklar. Zorbalığın türlerini, sebeplerini ve sonuçlarını bilir.
8. Oturum	Müdahale programının 8. oturumunun uygulanması. Gruptan dışlanan arkadaşlarıyla empati yapabilir. Arkadaşları tarafından gruptan dışlandığında baş etme yollarını kullanmayı öğrenmesi sağlanır.
9. Oturum	Müdahale programının 9. oturumunun uygulanması. Zorbalık ile karşılaştığında baş etme yollarını kullanır. Zorbaca davranışlardan kaçınma yollarını bilir.
10. Oturum	Müdahale programının 10. oturumunun uygulanması. Sonlandırma oturumu yapılması. Deney ve kontrol gruplarına son test uygulamasının uygulanması.
İzleme (2 ay sonra)	Deney ve kontrol gruplarına izleme testlerinin uygulanması. Veri analizin tamamlanması.

İnternet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı hazırlanan zorbalığa müdahale programı, ilkökul öğrencileri arasında sıklıkla görünen zorbalık olaylarına, zorba çocuklarda ayrı ayrı veya ikisi bir arada görülebilen internet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerileri konusunda yaşanan güçlükleri azaltarak gelişimleri sağlama, zorbalık davranışlarının ve bunun sonuçlarının farkına varmalarını sağlayıp zorbalık olaylarını azaltma amacıyla hazırlanmıştır.

İnternet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programı; çocuklarda zorbalık hakkında farkındalık sağlama, zorba davranışları tanıma, duyguları tanıma ve ifade etme

ayrıca duygu, düşünce ve davranışlar arasındaki farkları bilme, dijital oyun bağımlılığını tanıma, dijital oyun bağımlılığıyla mücadele yöntemlerini bilme, şiddet içerikli oyunların kişilerarası ilişkileri nasıl etkilediğini kavrama gibi kazanımlar edinilmesini amaçlamaktadır. İnternet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının ilkokul 4.sınıf öğrencilerine uygulama süreci her oturum 40 dakika olmak üzere toplamda 10 oturum olarak planlanmıştır. Zorbalık davranışı sergileyen ilkokul öğrencilerine yönelik uygulanması amaçlanmıştır.

Çalışmanın uygulanması kapsamında 10.03.2023 tarihli 2023/108 karar numaralı Etik Kurulu kararı ve 26.05.2023 tarihli ve 76982761 sayılı oluru ile İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır. İnternet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programı İstanbul sınırları içinde bir ilkokulda haftada bir kere olarak yapılmıştır. Çalışma grubunu oluşturan gönüllü öğrencilerin velilerine öğrencilerin deneysel çalışmaya katılabilmeleri için onam formu imzalatılmıştır. İllkokul 4.sınıf öğrencilerin arasından belirlenen 18 kişilik deney grubuna uygulama süreci her oturum 40 dakika olmak üzere toplamda 10 oturum olarak uygulanmıştır. Tablo 2'de araştırmanın uygulama süreci ve içeriği gösterilmektedir.

Veri Analizi

Araştırmada deney ve kontrol gruplarının karşılaştırılmasına yönelik yapılan analizlerde SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. İlk olarak verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için Shapiro Wilk test değerleri incelenmiştir (44). Bütün ölçeklerin ve alt boyutların normallik değerlerini belirlemek için bu testin sonuçları incelenmiştir. Ölçümlerin sonuçlarına göre normal dağılım sağlandığı durumlarda bağımsız örneklem t-testi ve tekrarlı ölçümler ANOVA uygulanmıştır. Normal dağılım sağlanamayan durumlarda ise non-parametrik testlerden Mann Whitney U ve Friedman Testi uygulanmıştır. Tekrarlı ölçümler ANOVA testi sonucunda ikili ölçümler arasındaki ilişkileri incelemek için bağımlı örneklem t-testi, Friedman testi sonucunda ise ikili ölçümler arasındaki ilişkileri incelemek için ise Wilcoxon işaretli sıralar testi uygulanmıştır.

Bulgular

Deney grubunun Akran Zorbalığı Ölçeği ön test, son test ve izleme testi puanlarının değişimi Tablo 3'de gösterilmiştir. Tablo 3.'de gösterildiği üzere Akran Zorbalığı Ölçeğinin tüm alt boyutlarında deney grubunun ortalamaları düşmüştür. Tüm alt boyutlarda ön test ile izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < .05$). Ayrıca, tüm alt boyutlarda ön test ile son test arasında da anlamlı bir farklılık vardır ($p < .05$). Sözel zorbalık, dışlanma, söylenti çıkarma ve yayma, eşyalarına zarar verme ve ölçek toplam puan ortalamalarında son test ile izleme testi arasında anlamlı bir farklılık yoktur ($p > .05$). Etki büyüklükleri analiz edilirken tekrarlanan ölçümler ANOVA için p değerlerinin altında Eta kare (η^2) etki büyüklüğü değerleri, Friedman testi için etki büyüklüğü olarak da p değerlerinin altında Kendall W katsayısı gösterilmektedir. Kendall'in W katsayısı şu şekilde yorumlanabilir: 0,00-0,20 = çok zayıf etki, 0,21-0,40 = zayıf etki, 0,41-0,60 = orta etki ve 0,61-0,80 = güçlü etki, 0,81 – 1,00 = çok güçlü etki (45). Ayrıca, Eta kare (η^2), bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin derecesini gösterir. Eta kare, bağımsız değişken (veya faktör) tarafından açıklanan bağımlı değişkenin toplam varyansının (değişiminin) yüzdesidir. 0 ile 1 arasındadır (46). 0,01'lik bir Eta kare etkisi küçük, 0,06 orta büyüklükte ve 0,14 ise büyük olarak kabul edilir (47). Buna göre Akran Zorbalığı Ölçeğinin fiziksel zorbalık, sözel zorbalık ve dışlama alt boyutlarında büyük düzeyde etki göstermiştir. Söylenti çıkarma ve yayma, eşyalarına zarar verme alt boyutlarında ve genel ortalama da çok güçlü bir etki göstermiştir.

Deney grubunun İnternet Oyun Oynama Bozukluğu ölçeği ön test, son test ve izleme testi puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < .05$). Yapılan ikili karşılaştırmalar neticesinde tüm ölçümler arasında anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir. İnternet oyun oynama bozukluğu puanlarının son test ölçümlerinde beklendiği gibi azaldığı ve izleme testinde de bu ön teste göre bu azalış anlamlı farklılaşmıştır. İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği puanlarında tespit edilen etki büyüklüğü

değerinin $\eta^2 = .72$ olduğu, bu değer internet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının büyük bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir.

Tablo 3. Deney grubunun Akran Zorbalığı Ölçeği ön test, son test ve izleme testi puanlarının değişimi

Deney Grubu (n =18)	Ön test	Son test	İzleme testi	Test istatistiği	p	Anlamli fark
	Ort. ± SS (Sıra Ort.)	Ort. ± SS (Sıra Ort.)	Ort. ± SS (Sıra Ort.)			
Fiziksel zorbalık	2.97 ± 0.67	1.86 ± 0.44	1.99 ± 0.46	F = 71.597	.000* $\eta^2 = .81$	1-2 1-3 2-3
Sözel zorbalık	3.30 ± 0.76	1.95 ± 0.59	2.04 ± 0.58	F = 40.396	.000* $\eta^2 = .70$	1-2 1-3
Dışlama	3.38 ± 0.96	1.72 ± 0.38	1.73 ± 0.40	F = 49.026	.000* $\eta^2 = .74$	1-2 1-3
Söylenti çıkarma ve yayma	2.88 ± 1.15 (3.00)	1.72 ± 0.65 (1.47)	1.7 ± 0.65 (1.53)	$\chi^2_2 = 35.382$.000* W = .98	1-2 1-3
Eşyalarına zarar verme	2.73 ± 0.87 (3.00)	1.64 ± 0.56 (1.39)	1.68 ± 0.55 (1.61)	$\chi^2_2 = 32.933$.000* W = .92	1-2 1-3
Genel ortalama	2.99 ± 0.39 (3.00)	1.78 ± 0.34 (1.11)	1.84 ± 0.33 (1.89)	$\chi^2_2 = 34.353$.000* W = .95	1-2 1-3

F: Tekrarlı ölçümler ANOVA (Küresellik varsayımı sağlanmadığı için Greenhouse-Geisser değeri yazılmıştır); χ^2 : Friedman testi
*p < .05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Tablo 4.'te kontrol grubunun Akran Zorbalığı Ölçeği ön test, son test ve izleme testi puanlarının değişimi gösterilmiştir.

Tablo 4. Kontrol grubunun Akran Zorbalığı Ölçeği ön test, son test ve izleme testi puanlarının değişimi

Kontrol Grubu (n =18)	Ön test	Son test	İzleme testi	Test istatistiği	p	Anlamli fark
	Ort. ± SS (Sıra Ort.)	Ort. ± SS (Sıra Ort.)	Ort. ± SS (Sıra Ort.)			
Fiziksel zorbalık	2.12 ± 0.63 (1.81)	2.09 ± 0.64 (1.69)	2.18 ± 0.62 (2.50)	$\chi^2_2 = 13.351$.001* W = .37	2-3
Sözel zorbalık	2.26 ± 0.68	2.22 ± 0.68	2.22 ± 0.68	F = 1.000	.331	-
Dışlama	1.80 ± 0.50	1.79 ± 0.50	1.79 ± 0.50	F = 1.000	.331	-
Söylenti çıkarma ve yayma	1.47 ± 0.45 (1.78)	1.50 ± 0.46 (2.11)	1.50 ± 0.46 (2.11)	$\chi^2_2 = 8.000$.018	-
Eşyalarına zarar verme	1.52 ± 0.49 (1.56)	1.59 ± 0.54 (2.22)	1.59 ± 0.54 (2.22)	$\chi^2_2 = 12.800$.002	-
Genel ortalama	1.83 ± 0.36 (1.47)	1.84 ± 0.38 (1.97)	1.86 ± 0.37 (2.56)	$\chi^2_2 = 15.875$.000* W = .44	1-3

F: Tekrarlı ölçümler ANOVA (Küresellik varsayımı sağlanmadığı için Greenhouse-Geisser değeri yazılmıştır); χ^2 : Friedman testi; *p < .05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Tablo 4 incelendiğinde kontrol grubunun Akran Zorbalığı Ölçeği genel ortalaması ön test puanı sıra ortalamasının 1.47 olduğu görülmektedir. Son testte bu değer 1.97 iken izleme testinde 2.56 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam puanlarında ön test ile izleme testi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($\chi^2_2 = 15.875$, $p < .05$). Ayrıca Friedman testi sonucunda “söylenti çıkarma ve yayma” ve “eşyalarına zarar verme” alt boyutlarında hesaplanan p değeri 0.05'ten küçük olmasına rağmen Bonferroni düzeltmeli ikili karşılaştırmalarda fark bulunmamıştır.

Kontrol grubunun İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği (İOOBÖ9-KF) ön test, son test ve izleme testi puanlarının değişimi incelendiğinde Friedman testi sonucuna göre kontrol grubunun İOOBÖ9-KF ön test ile son test puanı sıra ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < .05$). Ayrıca, İOOBÖ9-KF son test ile izleme testi puanı sıra ortalamaları arasında da anlamlı bir farklılık vardır ($\chi^2_2 = 22.172$, $p < .05$). İnternet oyun oynama bozukluğu ölçeğinin son test sonuçları ön test sonuçlarına göre anlamlı düzeyde azalmış olsa da bu azalış izleme testlerinde devam etmemiş tekrar ön test puanlarına yakın seviyelere yükselmiştir.

Tablo 5. Deney grubu ve kontrol grubunun Akran Zorbalığı Ölçeği son test – ön test puan ortalamalarına ilişkin fark puanlarının gruplar arası karşılaştırılması

FARK = Son test - Ön test	Deney Grubu (n =18)	Kontrol Grubu (n = 18)	Test istatistiği	p
	Ort. ± SS	Ort. ± SS		
Fiziksel zorbalık	-1.11 ± 0.55	-0.03 ± 0.12	Z = -5,337	.000
Sözel zorbalık	-1.34 ± 0.86	-0.04 ± 0.16	Z = -4,182	.000
Dışlama	-1.66 ± 1.00	-0.01 ± 0.05	Z = -5,404	.000
Söylenti çıkarma ve yayma	-1.16 ± 0.85	0.03 ± 0.06	Z = -5,289	.000
Eşyalarına zarar verme	-1.09 ± 0.64	0.07 ± 0.19	Z = -5,053	.000
Genel ortalama	-1.21 ± 0.37	0.01 ± 0.11	Z = -5,152	.000

Z: Mann Whitney U testi

Tablo 5.'de deney ve kontrol grubunun Akran Zorbalığı Ölçeği son test ile ön test puan ortalamalarına ilişkin fark puanlarının gruplar arası karşılaştırılması gösterilmiştir. Tablo 5. incelendiğinde Fiziksel zorbalık, Sözel zorbalık, Dışlama, Söylenti çıkarma ve yayma, Eşyalarına zarar verme ve ölçeğin genel ortalamasında son test aşamasında deney grubunun puanları kontrol grubuna göre daha fazla düşüş göstermiştir ($p < .05$).

Deney grubu ve kontrol grubunun Akran Zorbalığı Ölçeği puanları izleme testi ile son test puan ortalamalarına ilişkin fark puanlarının gruplar arası karşılaştırılması incelendiğinde izleme testinde sözel zorbalık alt boyutu ve genel ortalama puanları deney grubunda kontrol grubuna göre anlamlı bir düşüş göstermiştir ($p < .05$). Diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık oluşmamıştır.

Deney grubu ve kontrol grubunun İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği son test – ön test puan ortalamalarına ilişkin fark puanlarının gruplar arası karşılaştırılması incelendiğinde izleme testinde kontrol grubunun İOOBÖ9-KF puanları deney grubuna göre daha fazla artış göstermiştir. İki grup arasındaki fark anlamlıdır ($Z = -3.007$, $p < .05$). Deney grubu ve kontrol grubunun İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği puanları izleme testi ile son test puan ortalamalarına ilişkin fark puanlarının gruplar arası karşılaştırılması incelendiğinde izleme testinde kontrol grubunun İOOBÖ9-KF puanları deney grubuna göre daha fazla artış göstermiştir. İki grup arasındaki fark anlamlıdır ($Z = -3.007$, $p < .05$). Bilişsel duygu düzenleme ölçeklerinde anlamlı farklılıklar elde edilmediği için tabloları verilmemiştir.

Tartışma

İnternet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının uygulaması sonucunda deney grubunda bulunan ilkökul öğrencilerindeki zorbalık davranışlarının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Genel olarak zorbalık davranışlarının azalmasının yanı sıra fiziksel ve sözel zorbalık gibi

alt boyutlarda, dışlama, söylenti çıkarma ve yayma, eşyalara zarar verme gibi bütün alt boyutlarda azalma sağlanmıştır. Programdan sonraki izleme testi sonuçlarına göre müdahale programı sonlandırıldıktan iki ay sonra da etkinin devam ettiği belirlenmiştir. Deney grubuyla eş zamanlı olarak ölçümleri yapılan kontrol grubundaki zorbalık davranışları puanlarının artış göstermesi ise çocukların yaş ve gelişim dönemleri açısından değerlendirildiğinde, müdahale programının zamanlamasının doğru olduğunu kanıtladığı düşünülmektedir. Elde ettiğimiz bu sonuçlara göre internet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının zorba davranışlarda bulunma eğilimi yüksek çocuklar üzerinde oldukça etkili bir zorbalığa müdahale programı olduğu söylenebilir.

İnternet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının zorbalık davranışları üzerindeki etkisini destekleyen birçok çalışma bulunmasının yanı sıra bu kavramları ayrı ayrı yapılan çalışmalar özelinde ele alıp zorbalıkla olan ilişkisini açıklamak da mümkündür. Öncelikle internet oyun oynama bozukluğu ile geleneksel zorbalık davranışının birbiriyle yakın bir ilişkisi olduğu bilinmektedir (17). İnternet oyunlarına bağımlı hale gelip riskli davranışlara ilgi gösteren bireylerin zorbalık davranışı sergileme olasılığının yüksek olması, internet oyun oynama bozukluğu ile duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin temelini oluşturmaktadır (48). Özellikle şiddet temalı dijital oyunlardaki karakterleri taklit etmenin, bireylerin saldırgan tutumlar geliştirmesine neden olabileceği bunun sonucunda ise dijital oyunlara olan düşkünlüğün artmasıyla akran zorbalığının da artış gösterebileceği bildirilmiştir (49). Genel olarak internet oyun oynama bozukluğu ile zorbalık eğilimleri arasındaki ilişki, dijital oyun bağımlılığı gibi kavramların da araştırmaya dahil edildiği varsayıldığında, karşılıklı etkileşimin varlığı birçok araştırmacı tarafından defalarca ortaya konulmuştur (50–53). İnternet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının zorbalık davranışlarına etkisi internet oyun oynama bozukluğu özelinde değerlendirildiğinde alan yazındaki kavramsal etkileşimlerde belirtildiği gibi program içeriğinde de aynı şekilde etkileşim gerçekleştiği ortaya koyulmuştur. Buna göre programda çocukların dijital oyun bağımlılığına bağlı olarak yaşadıkları olumsuzlukları fark etmelerinin sağlanması ve bu olumsuzlukların zorbalık davranışlarıyla ilişkisinin kurulması programın etkililiği artıran önemli bir adım olmuştur. Özellikle şiddet içerikli oyunların kişilerarası ilişkileri nasıl etkilediğini çocukların fark etmesinin zorbalık davranışlarının azaltılmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

Duygu düzenleme becerilerinin zorlayıcı akran deneyimleriyle negatif yönlü bir ilişkisi olduğu işaret edilmektedir (54). Özellikle bu araştırmada da kullanılan bilişsel duygu düzenleme stratejilerin zorbalıkla ilişkisi alt boyutlar düzeyinde diğer araştırmacılar tarafından incelenmiştir. Bu çalışmalardan birine göre zorbalık davranışlara maruz kalma düzeyi ile uyumsuz bilişsel stratejileri kullanma oranı pozitif yönde birbiriyle ilişkilidir (55). Zorbalık davranışı sergileyen bireylerin bilişsel değerlendirme ve ifade bastırma gibi alt boyutlar ile negatif yönde ilişkili olduğu bildirilmiştir (56). Zorbalık davranışı gösteren çocukların genel olarak duygusal farkındalıkları da zayıf bulunmuştur (57). Duygu farkındalığı yüksek olanlar da daha yüksek duygu düzenleme becerisiyle ve öfke yönetimiyle ilişkilendirilmiş bunun sonucunda akran zorbalığının sıklığında düşüş sağladığı sonucuna ulaşılmıştır (58). Özellikle uyumsuz duygu düzenleme stratejilerinin kullanılma sıklığının azaltılması zorbalık davranışlarının azaltılmasında ve zorbalık mağduriyeti üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu gerçeğinden yola çıkılarak bu çalışmadaki zorbalığa müdahale programında da duygu farkındalığı sağlanması temel amaç olarak belirlenip sonrasında duygu düzenleme mekanizmalarının harekete geçmesi amaçlanmıştır. (59–62). İnternet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının zorbalık davranışlarına etkisi duygu düzenleme becerileri özelinde değerlendirildiğinde alan yazında belirtilen etkileşimler doğrultusunda program içeriğinde de benzer etkileşim mekanizmalarının çalıştığı söylenebilir. Programın kazanımlarından olan duyguları tanıma ve duyguları ifade etme becerilerinin kazanılması ilkökul çocuklarının yaşadığı birçok zorbalık davranışlarının oluşmasını önleyebilir. Çocukların karşılaştıkları problemler karşısında yaşadıkları duyguları fark edip uygun duygu düzenleme stratejileri kullanabilme becerilerinin geliştirilmesi zorbalık davranışlarının azaltılması yönünde etkili sonuçlar alınmasını sağladığı düşünülmektedir.

İlkokullarda yapılan zorbalığa müdahale çalışmalarında etkili sonuçlar elde edilmiştir. Bunlardan biri 1104 ilköğretim okulunda ve ortaokulda yapılan çalışmadır. Bu çalışmaya göre okul tabanlı anti-zorbalık programı zorbalık ve mağduriyet boyutlarında ortaokullarda anlamlı sonuç vermese de ilkökullarda olumlu sonuçlar

ortaya çıkarmıştır. Programın sonunda ilkokullarda zorbalık sorunlarında azalmalar görülmüştür (63). Türkiye’de ilkokul düzeyinde geliştirilen bibliyoterapiye dayalı akran zorbalığı önleme programında, 590 öğrenci ile haftalık 2 saat olmak üzere 4 haftalık bir program uygulanmıştır. Bibliyoterapi temelli ders planlarında yaratıcı drama, grup çalışması, tartışma gibi tekniklerin yanı sıra dijital platformların da etkili kullanılmasıyla öğrencilerin aktif olduğu bir uygulama süreci sağlanmıştır. Programın, çocuklarda zorbalıkla baş etme ve farkındalık kazanma konusunda etkili olduğuna dair geri bildirimler alınmıştır (64).

İnternet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının internet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerileri üzerindeki etkisinin internet oyun oynama bozukluğu ve duygu düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin varlığıyla da açıklanması mümkündür. Bu ilişkiyi ortaya koyan çeşitli çalışmalar vardır. Bunlardan birinde duygu düzenleme becerilerindeki yetersizlik seviyesinin internet oyun oynama bozukluğunun şiddetini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır (65). Bu sonucu destekler nitelikteki başka bir çalışmada ise duygu düzenleme becerilerinde yaşanan zorlukların problemli oyun oynama seviyesini etkilediği bunun yanında uygun olmayan duygu düzenleme stratejilerinden olan erteleme stratejisinin, problemli oyun oynama davranışlarının artmasına neden olduğu ifade edilmiştir (66). Duygu düzenleme becerilerinde yaşanan zorlukların internet oyun oynama bozukluğunun yanı sıra daha geniş bakış açısıyla değerlendirildiğinde internet bağımlılığını da etkilediği görülmektedir (67). İnternet oyun oynama bozukluğu tanısı almış bireylerin duygularını bastırma eğilimi ve bilişsel değerlendirme yapamama davranışı gösterdikleri bulunmuştur (68). İnternet oyun oynama bozukluğu ile duygu düzenleme becerileri arasında güçlü bir ilişki olduğu ortadadır ve bu ilişkiye düşmanlık hislerinin ve depresyonun aracılık edebileceği de bildirilmektedir (69).

Sonuç olarak internet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının ilkokul öğrencilerindeki zorbalık davranışlarına karşı etkili olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda bu program çocukların internet oyun oynama bozukluğu seviyesinin azaltılmasını sağlamıştır. Bilişsel duygu düzenleme becerilerinde ise uygun becerilerin tercih edilmesi üzerinde anlamlı bir etki gösterememiştir. Bu zorbalığa müdahale programında zorbalık davranışı sergileyen öğrencilerin etkinliklere aktif katılımı amaçlanmaktadır. Bu nedenle zorbalık davranışı sergileyen öğrencilere olumlu geri bildirimde bulunmak ve süreçle ilgili soru sormalarına izin verip bunları ayrıntılı bir şekilde cevaplamak öğrencilerin etkin katılım sağlamaları ve teşvik edilmeleri açısından faydalı olacaktır.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Çalışma İstanbul ilinde öğrenim gören ilkokul öğrencileriyle sınırlandırılmıştır. Deney grubu 18, kontrol grubu 18 toplam 36 öğrenciyle çalışma yapılmıştır. Çalışmada kullanılan veriler, veri toplama araçlarıyla sınırlıdır. Müdahale programı 10 hafta sürecek şekilde 10 saatle sınırlıdır. Yeni yapılacak olan araştırmalarda farklı değişkenler dikkate alınarak yeniden gruplar oluşturulması ile elde edilen sonuçlar karşılaştırılabilir. Bu zorbalığa müdahale programında zorba çocuklara yönelik çalışma yapılmıştır. Zorbalığa maruz kalan mağdur öğrencilere ve izleyicilere yönelik çalışmalar yapılması da faydalı olabilir. İnternet oyun oynama bozukluğuna ve duygu düzenleme becerilerine dayalı zorbalığa müdahale programının diğer zorbalığa müdahale programlarıyla karşılaştırıldığı bir çalışma da yararlı olabilir. Ayrıca zorbalığa müdahale programı ilkokul çocukları dışında okul öncesi dönemdeki çocuklar, ergenler ve yetişkinler üzerine uyarlanıp çalışılarak elde edilen sonuçlar karşılaştırılabilir. Program sonunda bilişsel duygu düzenleme becerilerinde anlamlı değişimler görülemediği için bu konu hakkında farklı etkinlikler geliştirilip programa dahil edilebilir. Çocuklar için internet oyun bağımlılığı ve duygu düzenleme becerileri dışında, sosyal uyum, stresle baş etme, öfke yönetimi ve öz benlik algısı gibi farklı değişkenlerin olduğu müdahale programları geliştirilebilir.

Kaynaklar

1. Volk AA, Dane AV, Marini ZA. What is bullying? A theoretical redefinition. *Dev Rev* 2014; 34(4): 327-343.
2. Olweus D. Bullying at school: basic facts and effects of a school based intervention program elevundersokelsen view project. *J Child Psychol Psychiatry* 1994; 35(7): 1171-1190.
3. Le Menestrel S. Preventing bullying: consequences, prevention, and intervention. *J Youth Dev* 2020; 15(3): 8-26.

4. Salmivalli C. Bullying and the peer group: a review. *Aggress Violent Behav* 2010; 15(2): 112-120.
5. Jansen DE, Veenstra R, Ormel J, et al. Early risk factors for being a bully, victim, or bully/victim in late elementary and early secondary education. The longitudinal TRAILS study. *BMC Public Health* 2011; 11: 440.
6. Farmer TW, Petrin RA, Robertson DL, et al. Peer relations of bullies, bully-victims, and victims: the two social worlds of bullying in second-grade classrooms. *Elem Sch J* 2010; 110(3): 364-392.
7. Octavia D, Yan LS, Puspita M. The relation of school environments to bullying behaviours amongst. *KnE Life Sciences* 2021; 6(1): 278-287.
8. Camodeca M, Nava E. The long-term effects of bullying, victimization, and bystander behavior on emotion regulation and its physiological correlates. *J Interpers Violence* 2022; 37(3-4): 2056-2075.
9. Lereya ST, Copeland WE, Zammit S, Wolke D. Bully/victims: a longitudinal, population-based cohort study of their mental health. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 2015; 24(12): 1461-1471.
10. Chapell MS, Hasselman SL, Kitchin T, et al. Bullying in elementary school, high school, and college. *Adolescence* 2006; 41(164): 633-648.
11. Twemlow SW, Fonagy P, Sacco FC, Brethour JR. Teachers who bully students: a hidden trauma. *Int J Soc Psychiatry* 2006; 52(3): 187-198.
12. Black DW, Grant JE. *DSM-5 Guidebook : The Essential Companion to the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th edition*. Washington: American Psychiatric Association Publishing, 2014.
13. Şenel A, Atılğan E, Turhan M, et al. İnternet oyun oynama bozukluğu olan adölesanlarda kas iskelet sistemi semptomları. *Bağımlılık Dergisi* 2021; 22(3): 218-225.
14. Traş Z, Gökçen G. Academic procrastination and social anxiety as predictive variables internet addiction of adolescents. *International Education Studies* 2020; 13(9): 23-35.
15. Traş Z. Internet addiction and loneliness as predictors of internet gaming disorder in adolescents. *Educational Research and Reviews* 2019; 14(13): 465-473.
16. Taechoyotin P, Tongrod P, Thaweerungruangkul T, et al. Prevalence and associated factors of internet gaming disorder among secondary school students in rural community, Thailand: a cross-sectional study. *BMC Res Notes* 2020; 13: 11.
17. Qin KN, Gan X. Longitudinal relationships between school assets, traditional bullying, and internet gaming disorder: the role of self-control and intentional self-regulation among Chinese adolescents. *Front Public Health* 2023; 11: 1162022.
18. Vessey JA, Difazio RL, Neil LK, Dorste A. Is there a relationship between youth bullying and internet addiction? an integrative review. *Int J Ment Health Addict* 2022; 21(4): 2450-2474.
19. Siavashnasab K, Firouzi M, Zadehbagheri G. Specific and common effects of parenting styles and bullying on internet addiction. *Int J High Risk Behav Addict* 2023; 12(3): 1-9.
20. Yang X, Jiang X, Mo PKH, et al. Prevalence and interpersonal correlates of internet gaming disorders among Chinese adolescents. *Int J Environ Res Public Health* 2020; 17(2): 579.
21. Gao YX, Wang JY, Dong GH. The prevalence and possible risk factors of internet gaming disorder among adolescents and young adults: systematic reviews and meta-analyses. *J Psychiatr Res* 2022; 154: 35-43.
22. Gross JJ, Feldman Barrett L, John O, et al. The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Rev Gen Psychol* 1998; 2(5): 271-299.
23. Tamir M. Why do people regulate their emotions? a taxonomy of motives in emotion regulation. *Pers Soc Psychol Rev* 2016; 20(3): 199-222.
24. Bilgiz Ş, Peker A. Üniversite öğrencilerinin duygu düzenleme becerileri ile psikolojik yardım ihtiyaçları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2018; 18(4): 1978-1990.
25. Southam-Gerow MA, Kendall PC. Emotion regulation and understanding: implications for child psychopathology and therapy. *Clin Psychol Rev* 2002; 22(2): 189-222.
26. Kelsey C, Zeman J, Dallaire D. Emotion correlates of bullies, victims, and bully-victims in African American children. *J Black Psychol* 2017; 43(7): 688-713.
27. Shields A, Cicchetti D. Parental maltreatment and emotion dysregulation as risk factors for bullying and victimization in middle childhood. *J Clin Child Psychol* 2001; 30(3): 349-363.
28. Kwon K, Hanrahan AR, Kupzyk KA. Emotional expressivity and emotion regulation: relation to academic functioning among elementary school children. *Sch Psychol Q* 2017; 32(1): 75-88.
29. Kim H, Page T. Emotional bonds with parents, emotion regulation, and school-related behavior problems among elementary school truants. *J Child Fam Stud* 2013; 22(6): 869-878.
30. Handali KA, Primana L. Increasing Emotion Regulation Skills with Dialectical Behavior Therapy Skills Training: A Single-Case Study on an Elementary School Student with Borderline Intellectual Functioning. *Proceedings of the 1st International Conference on Intervention and Applied Psychology, 2017: 201-212.*

31. Chen X, Lu J, Ran H, Che Y, et al. Resilience mediates parenting style associated school bullying victimization in Chinese children and adolescents. *BMC Public Health* 2022; 22(1): 2246.
32. Ross SW, Horner RH. Bully prevention in positive behavior support. *J Emot Behav Disord* 2014; 22(4): 225-236.
33. Mustafaoğlu R, Yasacı Z. Dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Bağımlılık Dergisi* 2018; 19(3): 51-58.
34. Sunew EY. Emotional Intelligence in School -Aged Children: Relations to Early Maternal Depression and Cognitive Functioning. Doctoral Dissertation, Washington: University of Washington, Department of Psychology, 2004.
35. Büyüköztürk Ş. Deneysel Desenler, 5. Baskı. Ankara: Pegem Akademi, 2016.
36. Karasar N. Bilimsel Araştırma Yöntemi, 23 Baskı. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2012.
37. Büyüköztürk Ş. Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum. Pegem Akademi, 2018.
38. Pişkin M, Ayas T. Akran zorbalığı ölçeği: çocuk formu. *Akademik Bakış Dergisi Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi* 2011; 23: 44-66.
39. Garnefski N, Rieffe C, Jellesma F, et al. Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9 - 11-year-old children: the development of an instrument. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 2007; 16: 1-9.
40. Kurtoğlu Karataş B. 9-11 Yaş Grubu Çocukların Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ve Öz Saygı Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, 2019.
41. Arıcak OT, Dinç M, Yay M, Griffiths MD. İnternet oyun oynama bozukluğu ölçeği kısa formu'nun (İOOBÖ9-KF) Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 2018; 5(4): 615-636.
42. Sonay Güçray S, Çekici F, Çolakradioğlu O. Psiko-eğitim gruplarının yapılandırılması ve genel ilkeleri. *Mersin University Journal of the Faculty of Education* 2011; 5(1): 134-153.
43. Brown NW. Psychoeducational Groups: Process and Practice, 4. Baskı. New York: Routledge, 2018.
44. Kalaycı Ş. SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri, 5. Baskı. Ankara: Asil Yayın Dağıtım, 2010.
45. Rovai AP, Baker JD, Ponton MK. Social Science Research Design and Statistics: A Practitioner's Guide to Research Methods and IBM SPSS Analysis, 2. Baskı. Chesapeake: Watertree Press LLC, 2013.
46. Pallant J. SPSS Kullanma Kılavuzu: SPSS ile Adım Adım Veri Analizi, Balcı S, Ahi B (Çevirenler). 2. Baskı, Ankara: Anı Yayıncılık, 2017.
47. Field A. Discovering Statistics Using Spss Statistics, 3. Baskı. London: Sage, 2009.
48. Nwanosike CL, Ujoatuonu IVN, Kanu GC, et al. Social bullying among undergraduates: the roles of internet gaming disorder, risk-taking behavior, and internet addiction. *Front Psychol* 2022; 13: 830794.
49. Çakır B, Hazar Z. An investigation of relationship between digital game addiction, peer bullying and sportsmanship attitudes of secondary school pupils. *Journal of Sports Sciences Research* 2023; 8(3): 511-521.
50. Gökbulut B. Ortaokul öğrencilerinin akran zorbalığı ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki. *Karaelmas Eğitim Bilimleri Dergisi* 2020; 8(1): 89-100.
51. Yönet Demirhan C, Cırcır O, Aydemir M, et al. Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ile bilinçli farkındalık arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolünün incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi* 2023; 52(239): 1875-1896.
52. Neumayer F, Jantzer V, Lerch S, et al. Traditional bullying and cyberbullying victimization independently predict changes in problematic internet gaming in a longitudinal sample. *J Adolesc Health* 2023; 73(2): 288-295.
53. Richard J, Marchica L, Ivoska W, Derevensky J. Bullying victimization and problem video gaming: the mediating role of externalizing and internalizing problems. *Int J Environ Res Public Health* 2021; 18(4): 1930.
54. Herd T, Kim-Spoon J. A systematic review of associations between adverse peer experiences and emotion regulation in adolescence. *Clin Child Fam Psychol Rev* 2021; 24(1): 141-163.
55. Bilgiç BS. Akran Zorbalığına Maruz Kalan Lise Öğrencilerinin Bilişsel Esneklik ve Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, 2021.
56. Sher K, Khan MJ, Mushtaq R. Machiavellianism and bullying among university students: moderating role of emotion regulation. *Pakistan Journal of Psychological Research* 2022; 37(3): 365-379.
57. Yılmaz Kafalı H, Kayan Ocakoğlu B, Işık A, et al. Theory of mind failure and emotion dysregulation as contributors to peer bullying among adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Child Health Care* 2021; 50(4): 413-431.
58. Riley TN, Sullivan TN, Hinton TS, Kliewer W. Longitudinal relations between emotional awareness and expression, emotion regulation, and peer victimization among urban adolescents. *J Adolesc* 2019; 72: 42-51.

59. Georgiou SN, Charalambous K, Stavrinides P. The mediating effects of adolescents' internalizing and externalizing problems on the relationship between emotion regulation, mindfulness and bullying/victimization at school. *Sch Psychol Int* 2021; 42(6): 657-676.
60. Labella MH, Klein ND, Yeboah G, et al. Childhood bullying victimization, emotion regulation, rumination, distress tolerance, and depressive symptoms: a cross-national examination among young adults in seven countries. *Aggress Behav* 2024; 50(1): e22111.
61. Nobakht HN, Steinsbekk S, Wichstrøm L. Development of symptoms of oppositional defiant disorder from preschool to adolescence: the role of bullying victimization and emotion regulation. *J Child Psychol Psychiatry* 2024; 65(3): 343-353.
62. Topçu Ç. Modeling the Relationships Among Coping Strategies, Emotion Regulation, Rumination, and Perceived Social Support in Victims of Cyber and Traditional Bullying. Doctoral Thesis. Ankara: Middle East Technical University, School of Social Sciences, 2014.
63. Stevens V, De Bourdeaudhuij I, Van Oost P. Bullying in Flemish schools: an evaluation of anti-bullying intervention in primary and secondary schools. *Br J Educ Psychol* 2000; 70(2): 195-210.
64. Özbek ÖY, Taneri PO. İlkokullar için akran zorbalığı önleme modülünün tanıtımı. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2022; 13(1): 55-87.
65. Giordano AL, Schmit MK, McCall J. Exploring adolescent social media and internet gaming addiction: the role of emotion regulation. *J Addict Offender Couns* 2023; 44(1): 69-80.
66. Schettler LM, Thomasius R, Paschke K. Emotional dysregulation predicts problematic gaming in children and youths: a cross-sectional and longitudinal approach. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 2024; 33: 605-616.
67. Tsai JK, Lu WH, Hsiao RC, et al. Relationship between difficulty in emotion regulation and internet addiction in college students: a one-year prospective study. *Int J Environ Res Public Health* 2020; 17(13): 4766.
68. Yen JY, Yeh YC, Wang PW, et al. Emotional regulation in young adults with internet gaming disorder. *Int J Environ Res Public Health* 2017; 15(1): 30.
69. Lin PY, Lin HC, Lin PC, et al. The association between emotional regulation and internet gaming disorder. *Psychiatry Res* 2020; 289: 113060.

Yazar Katkıları: Tüm yazarlar ICMJE'in bir yazarda bulunmasını önerdiği tüm ölçütleri karşılamışlardır
Etik Onay: Bu çalışma için ilgili Etik Kuruldan etik onay alınmıştır.
Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.
Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.
Finansal Destek: Bu çalışma Necmettin Erbakan Üniversitesi BAP Koordinatörlüğü tarafından 2023 Yılı 221310003 numaralı proje ile desteklenmiştir.
Not: Çalışma ilk yazarın, ikinci yazarın danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tezinden üretilmiştir.
Author Contributions: All authors met criteria recommended by ICMJE for being an author
Ethical Approval: Ethical approval was obtained for this study from relevant Ethics Committee.
Peer-review: Externally peer-reviewed.
Conflict of Interest: The authors have declared that there is no conflict of interest.
Financial Disclosure: This study was supported by Necmettin Erbakan University BAP Coordinatorship with the project number 221310003 in 2023.
Acknowledgments: This study is based on the first author's master's thesis which was conducted under the supervision of the second author.