

Ergenlerde Zorbalık ve Hemşirelik Yaklaşımı

Bullying in Adolescents and Nursing Approach

Harun ÖZBEY*
Öznur BAŞDAŞ**

ÖZET

Ergenlik dönemi, insanların bağımsız bireyler haline geldiği, yeni ilişkiler kurduğu, sosyal beceriler geliştirdiği ve hayatlarının geri kalanı boyunca sürecek davranışları öğrenebileceği yaşamın kritik ve zor zamanını kapsamaktadır. Bu zor ve karmaşık dönemde ergenlerin karşılaştığı sorunlardan biri zorbalıktır ve dünya genelinde önemli bir sorun haline gelmiştir. Zorbalık hem mağdur hem de zorba ergenlerde fiziksel, psikososyal ve bilişsel sorunlara neden olmaktadır. Geleceğimizi şekillendirecek olan ergenlerin sorunlarını doğru tanımlamak ve bu sorunların çözümüne ilişkin girişimlerde bulunmak önemlidir. Bu derlemede ergenlerde görülen zorbalık ve buna yönelik hemşirelik yaklaşımlarına dikkat çekilmesi amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ergen, hemşire, siber zorbalık, zorbalık

ABSTRACT

Adolescence covers the critical and difficult time of life, where people become independent individuals, build new relationships, develop social skills and learn behavior that will last the rest of their lives. One of the problems encountered by adolescents in this difficult and complex period is bullying and has become an important problem worldwide. Bullying causes physical, psychosocial and cognitive problems in both victims and bully adolescents. It is important to correctly identify the problems of adolescents who will shape our future and take initiatives to solve these problems. In this review, it is aimed to draw attention to bullying and nursing approaches in adolescents.

Key Words: Adolescent, bullying, cyber bullying, nurse

Sorumlu Yazar:

Adı Soyadı: Arş. Gör. Harun ÖZBEY

Adres: Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü,

Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Kayseri, Türkiye

e-mail: ozbeyharun@outlook.com

* Arş. Gör., Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Kayseri, Türkiye

** Dr. Öğr. Üyesi., Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Kayseri, Türkiye

GİRİŞ

Büyüme ve gelişmenin hızlı olduğu 10-19 yaş arası kapsayan ergenlik dönemi, çocukluktan yetişkinliğe geçişin olduğu önemli bir dönemdir. ⁽¹⁾ Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 10-19 yaş arası "ergen" olarak nitelendirmektedir. Dünya nüfusunun yaklaşık %42'sini (yaklaşık 3 milyar) 25 yaş altı genç nüfus, genç nüfusun ise yaklaşık 1.2 milyarını 10-19 yaş arası ergenler oluşturmaktadır. Ülkemizde ise DSÖ verilerine göre nüfusun yaklaşık 13.3 milyonunu 10-19 yaş arası ergenlerin oluşturduğu bildirilmektedir. ⁽²⁾

Ergenlik dönemi, insanların bağımsız bireyler haline geldiği, yeni ilişkiler kurduğu, sosyal beceriler geliştirdiği ve hayatlarının geri kalanı boyunca sürecektir davranışları öğrenebileceği yaşamın kritik ve zor zamanını kapsamaktadır. ⁽³⁾ Geleceği şekillendirecek olan ergenlerin sorunlarını doğru tanımlamak ve bu sorunların çözümüne ilişkin girişimlerde bulunmak önemlidir.

Ergenler dönem özellikleri nedeniyle alkol- madde bağımlılığı, şiddet, trafik kazaları, depresyon, anksiyete, intihar, video oyunları bağımlılığı, yeme bozuklukları, cinsel yolla bulaşan hastalıklar ve ergen gebeliği gibi birçok sorunla karşılaşmaktadır. ⁽²⁾ Ergenlerin karşılaştığı sorunlardan biri de zorbalıktır ve dünya genelinde önemli bir sorun haline gelmiştir. Zorbalık ergenlerde akran zorbalığı ve siber zorbalık şeklinde görülmektedir. Etkileri yaşam boyu süren zorbalık, ergenlerde fiziksel, psikolojik ve psikosomatik sorunlara neden olmaktadır. Bunların yanı sıra zorbalık, ergenlerin gelişimini, aileyi ve toplum ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir. Zorbalığa maruz kalan veya zorbalık uygulayan ergenlerde depresyon, psikiyatrik problemler, suça meyilli olma, alkol-madde bağımlılığı ve intihar gibi sorunlar sık görülmektedir. Geniş kapsamlı ve çok boyutlu olan zorbalığın önlenmesi multidisipliner bir yaklaşım gerektirmektedir. Multidisipliner ekibin bir üyesi olan hemşirelerin; risk altındaki çocuk ve ailelerin belirlenmesi ile öğrenci, aile ve okul çalışanlarının eğitilmesinde rolleri bulunmaktadır. Ayrıca, hemşirelerin

rol model olma, güvenli okul çevresinin oluşturulması gibi sorumluluklarının olduğu belirtilmiştir. ⁽⁴⁾ Bu derlemede ergenlerde görülen zorbalık ve buna yönelik hemşirelik yaklaşımlarına dikkat çekilmesi amaçlanmıştır.

Ergenlerde Zorbalık ve Siber Zorbalık

Zorbalık, ergenlerin fiziksel ve psikososyal sağlıkları üzerinde olumsuz etkileri olan ciddi bir davranış problemidir. Saldırganlığın bir alt boyutu olan proaktif saldırganlık olarak kabul edilen zorbalık dünya çapında bir sorun olarak kabul edilmektedir. ⁽⁵⁾ Zorbalık, "*bir bireyin, diğer bir bireyin zarar görmesine veya rahatsız olmasına neden olan kasıtlı ve tekrarlayıcı saldırgan davranışlar sergilemesi*" olarak tanımlanmaktadır. ⁽⁶⁾

Zorbalığın görülme oranına ilişkin, Pişkin'in (2010) dünya genelinde yaptığı taramalarda mağdur öğrenci oranlarının %8-50 arasında, zorba öğrenci oranlarının ise %5-30 arasında değiştiği belirtilmiştir. ⁽⁷⁾ DSÖ tarafından uluslararası düzeyde yapılan diğer bir çalışmada zorba davranışların en düşük Galler'de (kız: %13, erkek: %28), en yüksek ise Grönland'da (kız: %67, erkek: %78) olduğu, mağdur oranlarının ise en düşük İsveç'te (kız: %13, erkek: %15), en yüksek Grönland'da (kız: %72, erkek: %77) olduğu belirtilmiştir. ⁽⁸⁾ Siyez ve ark. (2011) tarafından yapılan çalışmaya göre ergenlerin %3.7'sinin zorba, %26.9'unun mağdur, %60.8'inin zorba/mağdur grubunda yer aldığı, %8.6'sının ise zorba veya mağdur grubunda yer almadığı belirtilmiştir. ⁽⁹⁾ Alikışıfoğlu ve ark. (2007) ergenler ile yaptığı çalışmada da ergenlerin %9.2'sinin zorba, %22'sinin mağdur ve %9.4'ünün de zorba/mağdur grubunda olduğu saptanmıştır. ⁽¹⁰⁾

Saldırganlığın alt boyutunu oluşturan zorbalık, ergenler arasında akran (geleneksel) zorbalığı ve siber zorbalık olmak üzere iki şekilde görülmektedir. Her iki zorbalık türünde de fiziksel, sözel ve ilişkisel zorbalık türleri görülmektedir. Fiziksel zorbalık, vurma, itekleme, tek-

meleme gibi şiddetin herhangi bir biçimi olan davranışları, sözel zorbalık, sataşma, sözlü tehdit, isim takma ve kötü sözler söyleme gibi davranışları, ilişkisel zorbalık ise, kasıtlı olarak etkinliklerden alıkoyma ve dedikodu yayma gibi davranışları içermektedir. ⁽¹¹⁾

Akran zorbalığı; “*kendini savunmada zorlanan bir öğrencinin, tekrarlayan biçimde bir veya birden fazla öğrenci tarafından kasıtlı olarak yapılan rahatsız edici davranışlara maruz kalması*” şeklinde tanımlanmaktadır. ⁽¹²⁾ Bu davranışlar fiziksel temas ve kelimelerle olabileceği gibi dışlama, yalnız bırakma ve dedikodu yayma şeklinde de olabilmektedir. Akran zorbalığına uğrayan ergenlerde ise nedeni bulunamayan karın ağrısı, baş ağrısı, uykuya dalma problemleri ve kâbus görme, kaygı, depresyon ve intihar düşüncesinde artma sık görülmektedir. Erkek mağdurlarda mağdur olmayanlara göre intihar düşüncesinde 2.5 kat artış varken, kız mağdurlarda bu oran mağdur olmayanlara göre 4 kat daha fazladır. Uzun dönemde mağdurlarda uyum bozuklukları, düşük akademik başarı, düşük benlik saygısı, içe kapanıklık, sosyal ilişki kuramama, suça bulaşma, alkol ve madde bağımlılıkları görülmektedir. ⁽¹³⁾ Zorba/mağdurlarda ise kısa ve uzun dönemde diğer gruplara göre daha yüksek silah taşıma oranı, dışlanma, davranış bozuklukları, silahlı okul baskını, alkol ve madde kullanımı, depresyon ve kaygı bozuklukları görülmektedir. ⁽¹⁴⁾

Günümüzde hızla gelişen teknoloji toplumsal hayatta duygularımızı, davranışlarımızı ve düşüncelerimizi değiştirmekte ve etkilemektedir. Teknoloji araçları ergenlere bilgiye ulaşma, ödevlerini rahatlıkla yapabilme, duygularını ve düşüncelerini ifade edebilme, tanınma korkusu olmadan sosyal arkadaşlıklar kurma ve kendini istediği gibi gösterebilme gibi imkanlar sağlamaktadır. Teknolojinin getirdiği bu yararların yanı sıra getirdiği zararlarda bulunmaktadır. Teknolojinin getirdiği olumsuz sonuçlardan biri de zorbalığın bir türü olan “siber zorbalıktır”. ⁽¹⁵⁾ Siber zorbalık “*elektronik her türlü iletişim aracı (İnternet, cep telefonu, e-posta, sos-*

yal medya vb.) kullanılarak kendini savunamayacak masum bir kurban/mağdura yönelik kötü niyetle ve tekrar tekrar yapılan saldırganca eylemler” olarak tanımlanmaktadır. ⁽¹⁶⁾

Siber zorbalığa maruz kalan ergenlerde depresyon, yalnızlık, okul şiddeti, korku, öfke, değersiz hissetme, karın ağrısı, baş ağrısı, uyku problemleri, akademik başarıda düşüklük, düşük benlik saygısı, alkol-madde bağımlılığı, intihar düşüncesi, arkadaşlara, aileye ve kendine yönelik zarar verme davranışları görülmektedir. ⁽¹⁷⁻¹⁹⁾ Siber zorbalık yapan ergenlerde ise, depresyon, intihar, silah taşıma, antisosyal davranışlar, dürtü-kontrol bozuklukları, korku, öfke nöbetleri, özgüven eksikliği, istismar öyküsü, ev-okuldan kaçma gibi davranışlar görülmektedir. ^(19,20)

Zorbalık- Siber Zorbalık ve Hemşirelik Yaklaşımı

Zorbalıktan kaynaklanan mağduriyet, her yıl dünya çapında milyonlarca ergeni etkilemektedir. Ergenler sözel, fiziksel, ilişkisel saldırganlığın korkusu ve aşağılanılmasıyla karşı karşıya kalmakta ve bu durum genellikle psikolojik hastalıklarla sonuçlanmaktadır. Zorbalık dünya çapında bir sağlık sorunudur ve insidansını azaltmak için müdahale programları düzenlenmektedir. Birçok okul tabanlı müdahale programları ve kampanyalar düzenlenmesine karşın çoğu çalışmalar başarısızlıkla sonuçlanmaktadır. Zorbalığı önlemek için hazırlanan programlar değerlendirme ve müdahale kısımlarını içeren kapsamlı programlar olmalıdır. Zorbalığın önlenmesi için öncelikli olarak değerlendirme programları yapılmalı ve ergenin tüm çevresi bu programlara dahil edilmelidir. Öğretmenlerin, okul çalışanlarının, velilerin ve ergenlerin katılımı ile yapılacak değerlendirme programı çalışılan okulda veya bölgede en etkili zorbalığı önleme programının hangisi olduğunun tespit edilmesini sağlayacaktır. Müdahale programları farklılık gösterse de baş etme yöntemlerinin programlar içinde bulunması, müdahale programının etkisini artırabilmektedir. Stresli durumlarla başa çıkma ve stres reaksiyonlarını yönetme ile ilgili baş etme becerilerine

odaklanan müdahaleler zorbalığa uğrayan mağdurlar arasında gelişebilecek riskleri azaltmada önemli etkiye sahiptir. (21,22)

Zorbalık ile mücadelede hemşirelerin önemli rolleri bulunmaktadır. Hemşireler zorbalığın değerlendirilmesinde ve tedavi edilmesinde rol almaktadırlar. Ayrıca zorbalıkla ilgili davranışları tespit edebilecekleri gibi altta yatan nedenlerin ortaya çıkarılmasını sağlayabilir ve potansiyel riskleri belirleyebilirler. Hemşireler zorbalık olarak tanımlanabilecek durumlarda ergenler için okullarda önleyici ve erken müdahale faaliyetlerini planlamalıdır. Hemşirelerin öfke yönetimi ve baş etme becerilerinin geliştirmesi gibi psikososyal müdahale programlarını okullarda kullanmaları gerekmektedir. (23,24)

Hemşireler yaşamın erken dönemlerinde ortaya çıkan psikiyatrik sorunların zihinsel ve fiziksel belirtilerini tespit ederek erken müdahale programları oluşturabilirler. Ergenlerde gelişebilecek riskleri belirlemeyi hedefleyen erken müdahaleler, belirtilerin kronikleşmesini ve zorbalık davranışlarının ortaya çıkmadan önlenmesini sağlayabilir. Hemşireler ergenlerin aileleri ile iletişim kurarak aile içi yaklaşımın koordine edilmesine yardımcı olabilir, aynı zamanda ailenin değerlendirilmesini de gerçekleştirebilirler. Ailede var olan risk faktörleri belirlenerek evde şiddetin azaltılmasına, şiddet içeren televizyon programlarının izlenmesine veya bilgisayar oyunlarının oynanmasına müdahalede bulunabilirler. Böylece hemşireler ergeni tüm çevresi ile değerlendirerek koruyucu ve önleyici programları aktif hale getirebilirler. (23-27)

SONUÇ VE ÖNERİLER

Zorbalık ergen, aile ve toplum sağlığı sorunu olarak ortaya çıkmaya devam ederken hemşireler zorbalığı önlemede kanıta dayalı eğitim, araştırma ve müdahale programlarında ön saflarda yer alabilirler. Türkiye'deki uygulamada okullarda hemşire istihdamı olmadığı görülmektedir. Hemşirelerin katılımı ile gerçekleşen

programlar genellikle araştırma programları ile sınırlı kalmaktadır. Ancak ülkemizde hemşirelik yönetmeliğine göre okul sağlığı hemşiresi okul sağlığı hizmetleri ile ilgili gereksinimleri ve sorunları saptamak, sağlık risklerini erken tanımlamak, uygun girişimleri planlamak ve gereken önlemlerin alınmasını sağlamak ile yükümlüdür.

Zorbalığın önlenmesinde hemşireler;

- Zorbalık hakkında yeterli bilgi edinmeli,
- Zorbalığın zorba, mağdur, zorba-mağdur ve seyirci ergenler üzerindeki etkilerini bilmeli,
- Ergenlerden zorbalık ile ilgili bilgi toplamalı ve gözlem yapmalı,
- Okul personeli ve ergenlere zorbalık hakkında eğitim vermeli,
- Zorbalık ile ilgili riskli grupta yer alan ergenleri değerlendirmeli,
- Ergenlerle kurdukları olumlu iletişim ve gözlemleri sayesinde risk altındaki ergenleri tespit ederek, ekibi haberdar etmeli,
- Sağlık eğitimleri süresince ergenlerle kişisel iletişim sağlayarak, okula bağlılıklarını artırmalı,
- Aileler ile iletişimi artıran okul faaliyetleri düzenlemeli ve etkinlik sayısını artırmalıdır.
- Zorbalık ile ilgili araştırmalar yapmalı ve zorbalığı önlemeye yönelik programlar geliştirmelidir.

KAYNAKLAR

1. Erkan T. Ergenlerde beslenme. Türk Ped Arş. 2011; 46(Suppl): 49-53. doi: <https://dx.doi.org/10.4274/tpa.46.34>
2. World Health Organisation (WHO). Coming of age: Adolescent health. Erişim Linki: <http://www.who.int/health-topics/adolescents/coming-of-age-adolescent-health> [Erişim tarihi: 28.09.2019]
3. Arıkan D, Çelebioğlu A, Güdücü Tüfekci F. Çocukluk döneminde büyüme gelişme. In: Conk Z, Başbakal Z, Bolışık B, editörler. Pediatri Hemşireliği. Ankara: Akademisyen Kitabevi; 2018. p. 53-99.

4. Thomas HJ, Scott JG, Coates JM, Connor JP. Development and validation of the Bullying and Cyberbullying Scale for Adolescents: A multi-dimensional measurement model. *British Journal of Educational Psychology*. 2019; 89(1): 75-94. doi: <https://doi.org/10.1111/bjep.12223>
5. Moore SE, Norman RE, Suetani S, Thomas HJ, Sly PD, Scott JG. Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World J Psychiatr*. 2017; 7(1): 60-76. doi: <https://dx.doi.org/10.5498%2Fwjv.v7.i1.60>
6. American Psychological Association (APA). Bullying. Erişim Linki: <http://www.apa.org/topics/bullying/> [Erişim Tarihi: 15.10.2019]
7. Pişkin M. Examination of peer bullying among primary and middle school children in Ankara, Turkey. *Eğitim ve Bilim*. 2010; 35(156): 175-189.
8. World Health Organisation (WHO). The WHO Cross-national study of health behavior in school-aged children from 35 countries: Findings from 2001-2002. *The Journal of School Health*. 2004; 74: 204-206.
9. Siyez MD, Kaya A. Akran zorbalığı gruplarında empatik eğilim. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2011; 12(2): 23-44.
10. Alikeşoğlu M, Erginöz E, Ercan O, Uysal O, Albayrak-Kaymak D. Bullying behaviours and psychosocial health: Results from a cross-sectional survey among high school students in İstanbul, Turkey. *Eur J Pediatr*. 2007; 166(12): 1253-1260. doi: <https://doi.org/10.1007/s00431-006-0411-x>
11. Cenkseven Önder F, Yurtal F, Bulut Özsezer S. Okullarda zorbalığı önleme ve müdahale etmeye yönelik yapılan uygulamalar: Psikolojik danışman görüşleri. *IJSR*. 2016; 52: 57-70.
12. Olweus D. *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Oxford: Wiley-Blackwell; 1993.
13. Hinduja S, Patchin JW. Bullying, cyberbullying, and suicide. *Arc Suicide Res*. 2010; 14: 206-221. doi: <https://doi.org/10.1080/13811118.2010.494133>
14. Klomek AB, Sourander A, Elonheimo H. Bullying by peers in childhood and effects on psychopathology, suicidality, and criminality in adulthood. *The Lancet*. 2015; 2(10): 930-941. doi: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00223-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00223-0)
15. Yaman E, Peker A. Ergenlerin siber zorbalık ve siber mağduriyete ilişkin algıları. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 2012; 11(3): 819-833.
16. Smith PK, Mahdavi J, Carvalho M, Fisher S, Russell S, Tippett N. Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *ACAMH*. 2008; 49(4): 376-385. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>
17. Sourander A, Klomek AB, Ikonen M, Lindroos J, Luntamo T, Koskelainen M, et al. Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents. *Archives of General Psychiatry*. 2010; 67(7): 720-728. doi: <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2010.79>
18. Akbıyık C, Kestel M. Siber zorbalığın öğrencilerin akademik, sosyal ve duygusal durumları üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2016; 12(3): 844-859. doi: <https://doi.org/10.17860/mersinefd.282384>
19. Hinduja S, Patchin JW. Cultivating youth resilience to prevent bullying and cyberbullying victimization. *Child Abuse Neg*. 2017; 173: 51-62. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.09.010>
20. Erdur-Baker Ö. Cyber bullying and its correlation to traditional bullying, gender and frequent and risky usage of internet mediated communication tools. *New Media and Society*. 2010; 12: 109-125. doi: <https://doi.org/10.1177%2F1461444809341260>
21. Sapouna M. Bullying in greek primary and secondary schools. *Sch Psychol Int*. 2008; 29: 199-213. doi: <https://doi.org/10.1177%2F0143034308090060>
22. Merrell KW, Gueldner BA, Ross S. How effective are school bullying intervention programs? A meta-analysis of intervention research. *Sch Psychol Q*. 2008; 23: 26-42. doi: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1045-3830.23.1.26>
23. Liu J, Graves N. Childhood bullying: A review of constructs, concepts, and nursing implications. *Public Health Nurs*. 2011; 28: 556-568. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1525-1446.2011.00972.x>
24. Arseneault L. Annual research review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence: Implications for policy and practice. *J Child Psychol Psychiatry*. 2018; 59(4): 405-421. doi: <https://doi.org/10.1111/jcpp.12841>
25. Dolgun G. Akran zorbalığını önlemede hemşirenin rolü. *HSP*. 2018; 5(1): 95-101. doi: <https://doi.org/10.17681/hsp.335312>
26. Avşar F, Ayaz Alkaya S. Akran Zorbalığının Önlenmesinde Okul Sağlığı Hemşiresinin Rolü. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Derg*. 2018; 5(1): 78-84.
27. Karataş H, Yayan EH. Adölesan dönemde zorbalık ve hemşirelik yaklaşımı. In: Çelebioğlu A, editors. *Adölesan Sağlığı ve Hemşirelik Yaklaşımları*. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2019. p. 63-66.