



DERLEME MAKALE

## Siber Zorbalık: Çocuklarda Zorbalığın Yeni Dönemi ve Hemşirelik Yaklaşımları

 Buket MERAL <sup>1</sup>,  Seda ÇAĞLAR <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Arş. Gör. Karadeniz Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Trabzon.

<sup>2</sup> Dr. Öğr. Üyesi İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul.

### Öz

Akıllı telefonlar, online oyunlar, e-posta, mesajlaşma ve çeşitli sosyal ağ siteleri gibi elektronik iletişim araçları 21. yüzyılda ergenlerin hatta çocukların hayatlarında önemli bir yer tutmaktadır. Çocuk ve ergenlerin teknolojiye bağlı bu yaşam tarzları onları birçok çevrimiçi risk ile karşı karşıya getirmektedir. Zorbalığın yeni yüzü olan ve siber zorbalık olarak adlandırılan bu durumda çocuklar mağdur ya da fail konumundadırlar. Her iki durumda da davranışsal sorunlarla ilişkili olan siber zorbalık, çocukları fiziksel, ruhsal ve zihinsel olarak olumsuz etkilemektedir. Bu doğrultuda hem toplum hem de çocuk sağlığı açısından oldukça önemli bir problemdir. Çocuk ile çalışan tüm meslek grupları gibi sağlık profesyonellerinin de çocuklardaki uyarı işaretleri ve en uygun müdahale stratejilerinin farkında olmaları gerekmektedir. Bu derlemenin amacı, çocuklarda görülen siber zorbalığı ve hemşirelik yaklaşımlarını incelemek aynı zamanda hemşirelerin siber zorbalık ile ilgili farkındalıklarını arttırmaktır.

**Anahtar kelimeler:** Siber Zorbalık, Zorbalık, Hemşirelik, Çocuk Sağlığı.

### Abstract

#### Cyber Bullying: The New Period of Childhood and Nursing Approaches in Children

In the 21st century electronic communication tools such as mobile phones, online games, e-mail, messaging, and various social media platforms have an important place in the lives of adolescents and even children. Children and adolescents with these technology-dependent lifestyles encounter with many risks online. In this situation, which is the new face of bullying and called cyberbullying, children are victims or perpetrators. Cyberbullying, which is associated with behavioral problems in both cases, negatively affects children's physical, psychological, and mental health. In both conditions, cyberbullying associated with behavioral problems, adverse effects on children's physical, psychological, and mental health. Accordingly, it is a very important problem in terms of both public and child health. Healthcare professionals, like all occupational groups working with children, need to be aware of warning signs and optimal prevention strategies in children. The purpose of this review is to examine the characteristics, frequency, risk factors, effects on child health and nursing approaches of cyberbullying, and to raise awareness on the subject. The purpose of this review is to examine cyberbullying in children and nursing approaches, as well as to increase the awareness of nurses about cyberbullying.

**Key Words:** Cyberbullying, Bullying, Nursing, Child Health.

**Geliş Tarihi / Received:** 15.09.2020 **Kabul Tarihi / Accepted:** 31.03.2021

**Correspondence Author:** Arş.Gör. Karadeniz Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Trabzon, Türkiye. Telefon: +90 462 230 0476 E-posta: bukettgruvenir@gmail.com

**Cite This Article:** Meral B, Çağlar S. Siber Zorbalık: Çocuklarda Zorbalığın Yeni Dönemi ve Hemşirelik Yaklaşımları. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi. 2021; 14(3): 261-267



Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi 2021 Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License

**I**nternet, bilgisayar, akıllı telefon ve sosyal medya kullanımı küresel düzeyde gittikçe yaygınlaşmaktadır. TÜİK 2019 verilerine göre 16-74 yaş arası bireylerin bilgisayar ve internet kullanımının 2018 yılına göre arttığı, benzer şekilde evden internete erişimin de yaygınlaştığı ve 2020 yılında ülkemizdeki bireylerin %90,7'sinin evden internet erişim imkanının olduğu bildirilmiştir (1). Gün geçtikçe yaygınlaşan internet, çocukların yaşamına da fazlasıyla girmiştir. Hem ülkemizde hem de dünyada çocukların internete erişim yaşı düşmekte ve internette geçirilen süre artış göstermektedir. Avrupa'daki çocukların birçoğu özellikle akıllı telefonlar ile internete erişmekte olup bu durum çocukların her an, her yerde internet erişimlerinin olduğu anlamına gelmektedir (2). İnternet erişimi çocuklara çeşitli fırsatlar sunmakla beraber birçok riski de barındırmaktadır. Çocukların her an her yerde bu risklerle karşı karşıya kalması çocuk sağlığı açısından önemli bir tehdit unsurudur. Zorbalığın yeni dönemi diyebileceğimiz internet ortamında zorbalık yapmak ya da zorbalığa maruz kalmak bu risklerin en önemlilerindedir (3). Ayrıca COVID-19 pandemi sürecinde çocukların karantina nedeniyle özellikle eğitim amacıyla dijital teknolojilere yönelimleri söz konusu olmuştur. Bu durum çocuklarda internet kullanımını buna paralel olarak da siber zorbalık riskini artırmıştır (4). Nitekim UNICEF (2020)'in de COVID-19 salgını sırasında çocukların çevrimiçi deneyimlerinin olumlu olması ve çevrimiçi ortamlarda güvende olmalarını sağlamak üzere ebeveynlere çeşitli önerileri olmuştur (5). Bu doğrultuda makalenin amacı, siber zorbalığı tanımlamak ve geleneksel zorbalık ile arasındaki farkları belirterek tanımlanmasının zorluklarına değinmek, siber zorbalık için risk faktörlerini, çocuk sağlığı üzerine etkilerini değerlendirmektedir. Ayrıca siber zorbalık ile mücadele stratejilerine değinerek hemşirelik yaklaşımlarını tanımlamak ve hemşirelerin bu konudaki farkındalıklarını arttırmaktır.

### **Zorbalık ve Siber Zorbalık**

Zorbalık; yeni bir kavram ya da davranış olmayıp gün geçtikçe büyüyen bir halk sağlığı problemidir (6). Zarar vermeyi amaçlayan, tekrarlayan saldırganlık biçimi olan zorbalık alay etme, stigma, fiziksel saldırganlık, sözel tehditler, sosyal dışlama gibi davranışları içermektedir (7). Çocuk sağlığında bu davranışlar daha çok akran zorbalığı gibi geleneksel zorbalık olarak karşımıza çıkmaktayken teknolojinin ilerlemesi ile zorbalık yeniden şekillenmiş ve siber zorbalık olarak hayatımızda ve literatürde yerini almıştır. Çocuk sağlığını tehdit eden siber zorbalık savunmasız grupları hedef alması, görülme sıklığı ve ciddiyetindeki artışla beraber dikkat çeken ve acil olarak ele alınması gereken bir problem haline gelmiştir (6,8,9). Siber zorbalık; ergenlerin akranlarının sosyal ilişkilerine veya sosyal statülerine zarar vermeye çalıştıkları bir durum olup kısaca mesajlaşma, e-posta ve sosyal medya gibi internet teknolojisinin sistematik bir şekilde birisine hakaret etmek, tehdit etmek, taciz etmek için kullanılması olarak tanımlanmaktadır (10,11). Farklı şekillerde görülebilen siber zorbalık; saldırganlık, hakaret edici mesajların gönderilmesi gibi doğrudan ya da söylentilerin yayılması, çevrimiçi akran grubundan birinin dışlanması gibi dolaylı yollarla olabildiği gibi, fotoğraf ve videoların kullanılması ile görsel olarak da gerçekleşebilir (12). Geleneksel zorbalık ile siber zorbalık arasında davranışın sıklıkla tekrarlı olması, taraflar arasında güç dengesizliğinin bulunması, her iki eylemin de saldırgan olması gibi ortak özellikler mevcuttur (13). Ancak geleneksel zorbalığa göre tanımlanması ve durdurulması daha güç olan siber zorbalığın sonuçları daha kötü olabilmektedir. Bu duruma neden olabilen siber zorbalık ile okul ya da akran zorbalığı gibi geleneksel zorbalık arasında temel farklılıklar bulunmaktadır (8,9). Siber zorbalıkta zorbalığı yapan kişi belli değildir. Geçici e-posta adresleri, ekran adları ve sahte profiller ile zorba kimliğini saklayabilir (14,15). Bu durum yüz yüze etkileşimde söylenemeyecek sözlerin söylenmesini kolaylaştırmaktadır (13). Zaten amacı mağduru incitmek ve küçük düşürmek olan siber zorbalıkta (16), failin anonimliğinin yanı sıra dijital mesafe ve mağdurun ani tepkilerinin görülememesi de zorbanın empati kurmasını ve pişman olmasını engelleyen ve bu durum zorbanın daha kötü niyetli ve zalim olma potansiyelini artırır (13,16,17). Yüz yüze gerçekleşen geleneksel zorbalıkta saldırgan olmadığında zorbalık durur (10). Ancak siber zorbalık herhangi bir zamanda herhangi bir yerde gerçekleşebilir. Çocuk ve ergenlerin neredeyse tamamının internet erişiminde akıllı telefonları kullandıkları göz önünde bulundurulduğunda zorba, mağdurun bir telefon kadar yakınındadır (18). Bu durum kurbanın sürekli olarak kendini savunmasız ve güvensiz hissetmesine de neden olabilir (11,16). Siber zorbalıkta saldırılar hızlı olduğu için birkaç saniye içerisinde büyük kitlelere daha kolay ulaşılabilir (15,16). Ayrıca okul ya da akran zorbalığı gibi geleneksel zorbalıklarda çocuk bu zorbalığı bildirmese bile kıyafetlerdeki yırtıklık, gözyaşı, morluk gibi fiziksel bulgular çocuğun çevresindekiler ve okul çalışanları için uyarıcı niteliktedir. Böyle bir durumda öğretmenler ya da okul hemşireleri durumu hızlıca tanımlayıp müdahale edebilir ve uygun destek sağlayabilirler. Ancak, siber zorbalıkta herhangi bir fiziksel bulgunun olmaması ve büyük kısmının çocuk evdeyken olduğu düşünüldüğünde, öğretmenler ve okul hemşireleri çoğunlukla bu duruma şahit olmazlar. Konuyla ilgili bilgi düzeyleri, farkındalıkları ve gözlem yetenekleri sayesinde siber zorbalığı saptayabilir ve gerekli önlemleri alabilirler (10,19).

### **Siber Zorbalığın Görülme Sıklığı**

Siber zorbalığın tanımındaki ve ölçme yöntemlerindeki farklılıklar nedeniyle siber zorbalık suçunun ve mağduriyetinin görülme sıklığı çeşitlilik göstermekle birlikte araştırmalar siber zorbalığın günümüz modern toplumunda yaygın bir kişilerarası saldırganlık biçimi olduğunu göstermektedir (20). Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi (EU Kids Online) 2020 verilerinde Avrupa ülkelerindeki çocukların son bir yılda en az bir kere üzülmelerine ve rahatsız olmalarına neden olan siber zorbalık yaşayanların oranının %7-45 arasında olduğu bildirilmiştir (2). Aynı projenin Türkiye verilerinde; 2010-2015 yılları arasında çocukların ilk internete erişim yaşının düştüğü, internete erişim sıklıkları ve internette paylaşılan kişisel bilgilerin arttığı, internette yapılan eylemlerin ise değişiklik gösterdiği görülmektedir. Buna göre çocuklar 2010'da interneti sıklıkla ders çalışmak ve ödev yapmak amacıyla kullanırken 2015 yılında sosyal medya hesaplarına erişim, sohbet odalarına girme, film izleme, müzik dinleme gibi sosyalleşme amacıyla kullanılmaktadır. İnternet kullanımındaki bu değişimin çocukların internet üzerinden karşılaştıkları riskleri artırdığı ve cinsel içerikli mesaj ya da fotoğraf alan çocukların oranının yıllar içerisinde yükseldiği bildirilmektedir (21). Benzer şekilde Amerika'da Gençlik Risk Davranışı İzleme Sistemi (2015) sonuçlarına göre, lise öğrencilerinin yaklaşık %16'sı elektronik ortamda zorbalığa maruz kalmaktadır (22). Ülkemizde yapılan bir çalışmada öğrencilerin %17'sinin siber mağdur, %10,5'inin siber zorba ve %35,2'sinin zorba/mağdur olduğu tespit edilmiştir (23). Altı Avrupa ülkesindeki 14-17 yaş arası ile yürütülen okul temelli çalışmada da benzer şekilde adölesanların %21,4'ünün son bir yılda siber zorbalığa maruz kaldığı belirlenmiştir (12). Literatürdeki farklılıklar örneklemin yaş grubu, internet ve sosyal medya kullanma durumu gibi

sosyodemografik özelliklerden ve kültürel farklılıklardan kaynaklanabileceği gibi siber zorbalık tanımındaki farklılıkların, siber zorbalığın değerlendirilmesi ve ölçümündeki tutarsızlıkların da bu duruma yol açtığı bildirilmektedir (13,20,24).

### ***Siber Zorbalık ile İlişkili Risk Faktörleri***

Teknolojinin gelişmesi ile bilgi edinmek, eğlenceli vakit geçirmek, iletişim ve sosyal etkileşim kurmak amacıyla kullanılan internet ucuz ve kolay erişilebilir bir seçenek olup çocuk ve ergenlerin hayatında vazgeçilmez bir yere sahiptir (12). Siber zorbalık ve mağduriyet açısından okul çocuğunun ve adölesanların kendi gelişimsel dönemlerine özgü riskleri mevcuttur. Okul dönemindeki çocuklar tehlikenin yeterince farkında değilken ergenlik döneminde ise risk alma davranışları daha sık görülmektedir. Ayrıca riskli davranışların tehlikelerinin sınırlı olarak anlaşılması ile öne çıkan ergenlik döneminde (18,25), ergenler çevrimiçi içeriğin güvenilirliğinin ve çevrimiçi ilişkilerin sorgulanmasında da sıklıkla yeterli kapasiteye sahip değildir (26). Yaş ile siber zorbalığın ilişkili olup olmadığı yönünde literatürde çelişkili sonuçlar mevcuttur (6,16,17,18,27,28). Bu durum her yaş döneminin siber zorbalık ve mağduriyet açısından kendine özgü risklerinin olduğunu ve bu risklerin farkında olarak önlem alınması gerektiğini göstermektedir.

Siber zorbalık cinsiyet gözetmeksizin tüm çocukları etkilemektedir. Tsitsika ve ark. (2015) siber mağduriyetin kız çocukları arasında daha sık olduğunu bildirirken (12), Peker (2015) siber zorbalığın erkekler arasında daha yaygın görüldüğünü bildirmiştir (23). Ancak yaş ile benzer şekilde siber zorba ya da mağdur olma durumunun cinsiyete göre farklılaşım farklılaşmadığı yönünde literatürde çelişkili sonuçlar mevcuttur (11,17,18,27,29-31).

Dünya Sağlık Örgütü çocukların internet kullanımı sırasında ebeveynlerin koruma ve denetleme konusunda aktif olmaları gerektiğini belirtmektedir. Çocukların internete ebeveynler ile katılımı ve ebeveynlerin çocuklarını internette karşılaşılabilecekleri riskler hakkında bilgilendirmeleri internetin güvenli ve verimli kullanılmasını sağlamaktadır (26,32). Nitekim çalışmalarda da aile tarafından çocuk ve ergenlerin internet kullanımının denetlenmesinin siber zorbalık riskini azalttığı gösterilmiştir (8,23). Ancak yapılan bir çalışmada ebeveynlerin yalnızca %20'sinin çocuklarının internet kullanımını denetlediği belirlenmiştir (25). Ülkemizde yapılan bir çalışmada da adölesanların çoğunun siber zorba ya da mağdur oldukları belirlenmiş ancak ebeveynlerin neredeyse tamamının bu durumun farkında olmadıkları saptanmıştır. Aynı çalışmada ebeveynlerin eğitim durumu ve çocuk sayısı da siber zorbalık ile ilişkili bulunmuştur (18). Ayrıca aile işlevlerinin bozuk olması, ebeveyn çocuk ilişkisinin kötü olması ve aile memnuniyetsizliği siber zorbalık riskini artıran diğer faktörler arasında gösterilmektedir (8).

Bazı çalışmalarda DSM-V'de yer alan internet bağımlılığı ile siber zorbalığın ilişkili olduğu bildirilmiştir (8,16,17,23). Buna göre çocuk ve ergenlerin internette geçirdikleri süre ve erişim sıklığı arttıkça siber zorbalık riski de artmaktadır. Bununla birlikte sosyal medya hesabına sahip çocukların daha büyük risk altında olduğu belirtilmektedir (11,17). Sosyal medya hesaplarında gerçek ad, yaş, cinsiyet bilgilerinin paylaşımı siber zorbalık riskini; çevrimiçi yabancılarla konuşma, internet hesaplarının şifrelerini arkadaşları ile paylaşma gibi riskli davranışlar ise siber zorbalığa maruz kalma riskini artırmaktadır (17,18).

Başkalarına kasıtlı olarak zarar verme dürtüsü, düşük empati becerisi ile karakterizedir (33). Yalnızlık olarak da adlandırılan sosyal izolasyon, sosyal beceri eksikliği ve sosyalleşme problemi olan çocuklarda siber zorbalık gelişim riskinin daha yüksek olduğu belirtilmektedir (23,29,34). Madde ve alkol problemleri olan ve geleneksel zorbalığa yatkınlığı bulunan çocuk ve ergenler siber zorbalık açısından da daha riskli görülmektedir (16,23,27,29). Siber zorbalık yapma açısından en yaygın güdünün öfke olduğu belirtilse de daha önce siber zorbalığa maruz kalmak ya da zorbalık yapmış olmak, teknoloji alanında yetenekli ve becerikli olmak ve bu beceriyi göstermek istemek, güçlü hissetmek ya da bazen sadece eğlenmek istemek amacıyla da çocuk ve ergenler siber zorbalık yapabilirler (13).

Kimlik gelişiminin en önemli evrelerinden olan ergenlik döneminde benlik saygısı oldukça önemlidir. Düşük benlik saygısı başkalarına zarar verme davranışı ile ilişkili olduğu gibi siber zorbalığın adölesanların benlik saygısını olumsuz olarak etkilediği de bildirilmiştir (30,33,34). Siber zorbalık mağdurlarının benlik saygısının daha düşük olduğu belirtilmiş ve bu durumun siber zorbalığın ergenin öz güvenini azaltmasından kaynaklanabileceği gibi ergenin öz güveni düşük olduğu için de mağdur olabileceği ileri sürülmektedir (30). Konsantrasyon problemleri, okuldan hoşlanmama, akademik performansın düşük olması, depresyon ve anksiyete de hem siber zorbalık açısından risk faktörü hem de siber zorbalık sonucu gelişebilecek sorunlar arasındadır (13). Olumlu ve güvenli bir okul ikliminin oluşturulmaması çocuklarda hayal kırıklığı ve rahatsızlık hissine neden olup sosyal desteği azaltarak siber zorbalık riskini artırabilir. Ayrıca iki biyolojik ebeveyn dışında bir ailede yaşamak siber mağduriyet; hiperaktivite gibi davranış problemleri ise siber zorbalık için risk faktörü olarak belirlenmiştir (13,29).

### ***Siber Zorbalığın Çocuk Sağlığı Üzerine Etkileri***

Siber zorbalık çocuk ve ergenlerde kızgınlık, üzüntü, hayal kırıklığı, utanç, acı, kendini suçlama, stres ve korkuya neden olmaktadır (29,31). Özellikle failin anonim olması da mağdurun güvensizlik, kontrol eksikliği ve umutsuzluk yaşamaya ilişkin ilişkilidir (35). İngiltere, İtalya ve İspanya'daki öğrenciler ile eş zamanlı yapılan bir çalışmada öğrencilerin siber zorbalık ile ilgili en sık ifade ettikleri duyguların kızgınlık, üzüntü, endişe ve korku olduğu, en az ifade ettikleri duygunun ise savunmasızlık olduğu belirlenmiştir (27). Zorbalığa maruz kalan çocuk ve adölesanlar bilgisayar, cep telefonu veya diğer teknolojik cihazların kullanımından kaçınabilir, e-posta veya mesaj aldığı gergin davranışlar sergileyebilir, sosyal etkinliklere katılmaktan ve bilgisayar kullanımıyla ilgili konuşmalardan rahatsızlık duyabilirler (10,14). Ayrıca sosyal medya hesaplarının aniden kapatılıp yeni hesapların açılması, bilgisayar ya da telefon ekranlarının gizlenmeye çalışılması da siber zorbalık mağdurlarının gösterebileceği davranışlardandır (26). Çocuk ve ergenlerin siber zorbalığa bağlı olarak gösterdikleri tepkiler birçok faktör ile ilişkili olup çocukların fiziksel, ruhsal ve sosyal sağlığını olumsuz olarak etkilemektedir (17,20,31,36). Depresif belirtiler, intihar düşüncesi ve intihar girişimi ile ilişkili olan siber zorbalık çoğu zaman okul dışında gerçekleşmesine rağmen okul ortamının bozulmasına, çocukların okulu güvenilir yer olarak algılamamalarına, okul korkusuna ve reddine neden olmaktadır (11, 37). Yapılan çalışmalarda siber zorbalığa maruz kalanlarda psikosomatik belirtiler, uyku problemleri, kızgınlık ve mutsuzluk,

depresyon ve intihar düşünceleri, aile ve arkadaşlarla sosyal ilişkilerde zorluklar, sosyal anksiyete, yalnızlık, davranış sorunları, madde ve alkol kullanımı ile olumsuz düşünce ve hislerin arttığı; benlik saygısı ve özgüvenin, iyimserliğin, konsantrasyonun, akademik performansın azaldığı, psikolojik ve fiziksel sağlığın bozulduğu belirlenmiştir (13,19,31). Hem mağdur hem zorba olan çocuk ve ergenlerde ise bu belirtilerin daha şiddetli olup daha ciddi problemlere de neden olabileceği ileri sürülmektedir (29).

### ***Siber Zorbalık ile Mücadele***

Siber zorbalığın küresel çaptaki yaygınlığı ve çocuk sağlığı üzerine ciddi olumsuz etkileri nedeniyle, çocuk ve adolesanları siber zorbalıktan korumak üzere bazı stratejiler önerilmiştir (36). Yapılan bir meta-analiz çalışmasında siber zorbalıkla mücadele programları ile siber zorbalık sürekliliğinin yaklaşık %10-15 ve siber zorbalık mağduriyetinin ise yaklaşık %14 azaltılabildiği belirlenmiştir (20). Öncelikle sağlıklı siber davranış için açık ve tutarlı normlar sağlayan siber ortamlara ve denetime ihtiyaç duyulmaktadır (29). Okul temelli programlar, ebeveyn gözetimi ve katılımı, internet ve medya eğitimi, sağlık profesyonelleri tarafından yürütülen tarama ve kanıta dayalı müdahalelerin yer aldığı çok yönlü yaklaşımlar siber zorbalıkla mücadelede önemli stratejilerdendir (6). Siber zorbalığı önleme ve baş etmeye yönelik çeşitli programlar geliştirilmiştir. Ekolojik model, güçlendirme teorisi, kişisel ve sosyal sorumluluk modeline temellendirilerek oluşturulmuş olan Prev@cib (38), siber zorbalıkla ilgili öğretmen ve aile eğitimini içeren öğrencilere yönelik sınıf içi aktiviteler ve çevrimiçi materyallerden oluşan "The Tabby Improved Programme" (39), siber zorbalığın önlenmesi ve siber zorbalık ile başa çıkma becerilerinin geliştirilmesi için tasarlanmış öğrenci, öğretmen ve aileleri içeren teoriye dayalı "ConRed" programı (40) siber zorbalıkla mücadelede etkili olduğu belirlenen uluslararası programlardan bazılarıdır. Ayrıca siber zorbalık önleme programlarında gençlere yönelik yapılan müdahalelerde dijital vatandaşlık (teknolojiyi sorumlu ve bilinçli bir şekilde kullanma ve çevrimiçi olarak iyi bir vatandaş olma), siber zorbalığı önleme ve başa çıkma becerilerini artırma, yüz yüze ve çevrimiçi ortamlarda iletişim ve sosyal beceriler kazandırma, empati becerilerini geliştirme, siber zorbalığın yasal sonuçları hakkında farkındalık oluşturma, siber zorbalığa maruziyet durumunda bir yetişkin ile konuşma ve akran mentorlar ile işbirliği yapılmasının olumlu sonuçlarla ilişkili olduğu bildirilmiştir (41). Ülkemizde de benzer şekilde çeşitli müdahale programları geliştirilmiştir (42). Ayrıca çeşitli bakanlık ve kurumların da gündeminde olan siber güvenlik ile ilgili olarak İstanbul Milli Eğitim Müdürlüğü tarafından "Siber Güvenlik ve Medyanın Doğru Kullanımı" çalışmayı düzenlenmiş ve Milli Eğitim Bakanlığı'nın resmi internet sayfasına öğrenci, öğretmen ve ailelerin aktif olarak kullanabileceği "siber güvenlik" portalı eklenmiştir (43,44).

### **Sonuç**

Siber zorbalık teknolojinin gelişimine bağlı olarak gün geçtikçe daha da yaygınlaşan ve acil müdahaleler gerektiren bir halk sağlığı problemidir. Bunun yanı sıra çocuk ve ergenlerin gelişimsel özellikleri gereği daha riskli grupta olmaları ve zorbalığın kısa ve uzun dönemde çocuk sağlığına fiziksel, sosyal ve ruhsal yönden olumsuz etkileri nedeniyle ciddi bir çocuk sağlığı problemidir. Bu problem ile etkin baş etmede erken tanılama yapılması, yönetimin sağlanması ve korunma önlemlerinin alınması kaçınılmazdır.

Hemşirelerin siber mağdurların tanınması, desteklenerek cesaretlendirilmesi ve rehabilite edilmesi, olası risklere yönelik baş etme stratejilerinin geliştirilmesi, sürecin yönetiminin sağlanması, etkili önleme ve mücadele programlarının geliştirilmesi ve bu programların aktif olarak kullanılmasında önemli rol ve sorumlulukları mevcuttur.

### **Sonuçların Uygulamada Kullanımı**

İnternet kullanımına bağlı olarak çocuk sağlığını tehdit etmeye başlayan riskler, öğretmenlere ve ailelere yeni görev ve sorumluluklar yüklediği gibi özellikle okul sağlığı hemşiresi olmak üzere çocuk ile çalışan diğer sağlık profesyonellerine de yeni sorumluluklar yüklemektedir. Sağlık çalışanlarının, çocuk ve ergenlerin internet, akıllı telefon ve teknoloji kullanımına bağlı riskli davranışların, tehlikeli etkileşimlerin farkında olmaları; siber zorbalık ile ilişkili semptomlar yönünden de bilgi sahibi olmaları beklenmektedir. Semptomları olan çocukların saptanıp aileleri ve öğretmenleri ile görüşerek problemi çok boyutlu olarak ele almaları gerekmektedir. Bunların yanı sıra riskler ve muhtemel sonuçlarla ilgili olarak çocukların, adolesanların ve ebeveynlerin farkındalığını artıracak stratejilerin geliştirilmesinde ve yürütülmesinde sağlık çalışanları aktif rol alarak çocuk sağlığının korunması ve geliştirilmesine katkı sağlayabilirler.

Siber zorbalığın tanınması geleneksel zorbalığa göre daha güçtür. Çocuğun zorbalıkla ilgili bildirim yapması gerekir. Ancak siber zorbalık mağdurları bu durumu sıklıkla arkadaşları ile paylaşmakta olup bir yetişkinle özellikle aileleri dışında öğretmen ya da onlara yardımcı olabilecek diğer mesleklerdeki kişiler ile paylaşmakta isteksizdirler. Bu nedenle hemşirelerin siber zorbalığın belirtilerini ve çocuklar üzerindeki etkilerini biliyor olmaları, durumun tanınabilmesi ve müdahale edilebilmesi açısından önemlidir. Siber zorbalık ile ilişkili olabilecek durumlarda sağlık profesyonelleri tarama, tespit etme ve koruma basamaklarını izlemeliler. Tarama amacıyla gençlere doğrudan siber zorbalık ile ilgili sorular sormak yerine geçerliliği gösterilmiş ölçekleri kullanmalılar. Bu aşamada özellikle siber zorbalık açısından riskli grupların belirlenmesi ve değerlendirilmesinde aile sağlığı ve toplum sağlığı merkezinde çalışan hemşireler ile okul sağlığı hemşireleri önemli pozisyonadadır. Ancak ülkemizde çok az sayıda kurumda okul hemşiresi bulunmakta olup bu durumun siber zorbalığın tanınması ve uygun müdahalelerin planlanması açısından önemli bir engel oluşturduğu düşünülmektedir.

Siber zorbalık ile ilişkili anksiyete, depresyon, okul reddi gibi psikososyal semptomları olan çocuk ve ergenler ile sıklıkla okul hemşireleri karşılaşırsa da siber zorbalık ile ilişkili olan stres yeme bozukluğu ya da psikosomatik belirtilere de neden olabilir. Bu nedenle özellikle pediatri kliniklerinde çalışan hemşirelerin de durumun farkında olmaları. Bu doğrultuda hemşirelerin korku, öfke, anksiyete veya cinsel istismar gibi zorbalık mağduriyeti ile ilişkili semptomları olan çocuk ve gençlerin tanınmasını yaparken kişisel teknoloji alışkanlıkları ile ilgili sorgulamalar da yapmaları gerekmektedir. Bunların yanı sıra hemşireler benlik saygısı ve empati düzeyinin geliştirilmesine ve ailelerin konuyla ilgili farkındalıklarının artırılmasına yönelik girişimlerde bulunmalılar. Hemşireler tarafından yapılan taramaların semptomların erken dönemde saptanmasına ve değerlendirilmesine olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Sağlık profesyonelleri ve toplum liderlerinin öncülüğünde

geliştirilecek müdahale programları ile siber zorbalıkla mücadeleye dolayısıyla çocukların optimal sağlık düzeylerine erişmelerine katkı sağlanacaktır.

#### **Bilgilendirme**

Yazarların Katkı Oranı Beyanı: Fikir/Kavram: BM, SÇ, Tasarım: BM, SÇ, Denetleme/Danışmanlık: SÇ Kaynak Taraması: BM, SÇ, Makalenin Yazımı: BM, SÇ, Eleştirel Düşünme BM, SÇ şeklindedir. Yazarlar arasında herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır. Ayrıca sorumlu olduğumuz araştırmada herhangi bir firma ile çıkar ilişkisi bulunmamaktadır.

### Kaynaklar

1. Türkiye İstatistik Kurumu. Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, 2020. URL: <https://tuikweb.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=33679> Erişim Tarihi: 29.03.2021.
2. Smahel D, Machackova H, Mascheroni G, Dedkova L, Staksrud E, Ólafsson K et al. EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. URL:<https://www.lse.ac.uk/media-and-communications/assets/documents/research/eu-kids-online/reports/EU-Kids-Online-2020-March2020.pdf> Erişim Tarihi: 29.03.2021.
3. Livingstone S, Mascheroni G, Staksrud E. European research on children's internet use: Assessing the past and anticipating the future. *New Media Soc* 2018;20(3),1103-1122.
4. Drane C, Vernon L, O'Shea S. The impact of 'learning at home' on the educational outcomes of vulnerable children in Australia during the COVID-19 pandemic. 2020. URL: [https://www.ncsehe.edu.au/wp-content/uploads/2020/04/NCSEHE\\_V2\\_Final\\_literaturereview-learningathome-covid19-final\\_30042020.pdf](https://www.ncsehe.edu.au/wp-content/uploads/2020/04/NCSEHE_V2_Final_literaturereview-learningathome-covid19-final_30042020.pdf). Erişim Tarihi: 11.07.2020.
5. United Nations Children's Fund (UNICEF). How to keep your child safe online while stuck at home during the COVID-19 outbreak. URL: <https://www.unicef.org/coronavirus/keep-your-child-safe-online-at-home-covid-19> Erişim tarihi 10.06.2020.
6. Aboujaoude E, Savage MW, Starcevic V, Salame WO. Cyberbullying: Review of an old problem gone viral. *J Adolesc Health* 2015;57(1),10-18.
7. Fisher K, Cassidy B, Mitchell AM. Bullying: effects on school-aged children, screening tools, and referral sources. *J Community Health Nurs* 2017;34(4),171-179.
8. Chang FC, Chiu CH, Miao NF, Chen PH, Lee CM, Chiang JT, Pan YC. The relationship between parental mediation and Internet addiction among adolescents, and the association with cyberbullying and depression. *Compr Psychiatry* 2015;57,21-28.
9. Gürhan N. Her Yönü ile Akran Zorbalığı. *Türkiye Klinikleri Psychiatric Nursing- Special Topics* 2017;3(2),175-81.
10. National Center for Missing Exploited Children. Helping Students Deal With Cyberbullying. *NASN Sch Nurse* 2009;24(5),200-203.
11. Carter JM, Wilson FL. Cyberbullying: A 21st century health care phenomenon. *Pediatr Nurs* 2015;41(3),115-125.
12. Tsitsika A, Janikian M, Wójcik S, Makaruk K, Tzavela E, Tzavara C, et al. Cyberbullying victimization prevalence and associations with internalizing and externalizing problems among adolescents in six European countries. *Comput Human Behav* 2015;51,1-7.
13. Kowalski RM, Giumetti GW, Schroeder AN, Lattanner MR. Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychol Bull* 2014;140(4),1073-1137.
14. Thomas SP. A new approach to prevention and reduction of youth violence. *Issues Ment Health Nurs* 2009;30(9),529-529.
15. Carpenter LM, Hubbard GB. Cyberbullying: implications for the psychiatric nurse practitioner. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs* 2014;27(3),142-148.
16. Pelfrey Jr WV, Weber NL. Keyboard gangsters: Analysis of incidence and correlates of cyberbullying in a large urban student population. *Deviant Behav* 2013;34(1),68-84.
17. Ouytsel JV, Walrave M, Vandebosch H. Correlates of cyberbullying and how school nurses can respond. *NASN Sch Nurse* 2015;30(3),162-170.
18. Uludaşdemir D, Küçük S. Cyber Bullying Experiences of Adolescents and Parental Awareness: Turkish Example. *J Pediatr Nurs* 2019;44,84-90.
19. Williams SG, Godfrey AJ. What is cyberbullying & how can psychiatric-mental health nurses recognize it? *J Psychosoc Nurs Ment Health Serv* 2011;49(10),36-41.
20. Gaffney H, Farrington DP, Espelage DL, Ttofi MM. Are cyberbullying intervention and prevention programs effective? A systematic and meta-analytical review. *Aggress Violent Behav* 2019;45,134-153.
21. O'Neill B, Livingstone S, McLaughlin S. Final recommendations for policy, methodology and research. 2011; London: EU Kids Online. ISSN 2045-256X.
22. Kann L, McManus T, Harris WA, Shanklin SL, Flint KH, Hawkins J, et al. Youth risk behavior surveillance—United States, 2015. *Morbidity and Mortality Weekly Report: Surveillance Summaries*. 2016;65(6),1-174.
23. Peker A. Analyzing the risk factors predicting the cyberbullying status of secondary school students. *Eğitim ve Bilim* 2015;40(181),57-75.
24. Doane AN, Pearson MR, Kelley ML. Predictors of cyberbullying perpetration among college students: An application of the theory of reasoned action. *Comput Human Behav* 2014;36,154-162.
25. Ahern NR., Kempainen J, Thacker P. Awareness and knowledge of child and adolescent risky behaviors: A parent's perspective. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs* 2016;29(1),6-14.
26. Keeley B, Little C. *The State of the World's Children 2017: Children in a Digital World*. UNICEF. 2017; 3 United Nations Plaza, New York, NY 10017. ISBN: 978-92-806-4930-7.
27. Ortega R, Elipe P, Mora-Merchán JA, Genta ML, Brighi A, Guarini A, et al. The emotional impact of bullying and cyberbullying on victims: a European cross-national study. *Aggress Behav* 2012;38(5),342-356.
28. Wang J, Nansel TR, Iannotti R.J. Cyber and traditional bullying: Differential association with depression. *J Adolesc Health* 2011;48(4),415-417.
29. Sourander A, Klomek AB, Ikonen M, Lindroos J, Luntamo T, Koskelainen M, et al. Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents: A population-based study. *Arch Gen Psychiatry*. 2010;67(7),720-728.

30. Patchin JW, Hinduja S. Bullies move beyond the schoolyard: A preliminary look at cyberbullying. *Youth Violence Juv Justice* 2006;4(2),148-169.
31. Nixon CL. Current perspectives: the impact of cyberbullying on adolescent health. *Adolesc Health Med Ther* 2014;5,143-158.
32. Karakuş T, Çağıltay K, Kaşıkçı D, Kurşun E, Ogan C. Türkiye ve Avrupa'daki çocukların internet alışkanlıkları ve güvenli internet kullanımı. *Eğitim ve Bilim* 2014;39(171),230-243.
33. Savage MW, Tokunaga RS. Moving toward a theory: Testing an integrated model of cyberbullying perpetration, aggression, social skills, and Internet self-efficacy. *Comput Human Behav* 2017;71,353-361.
34. Brewer G, Kerslake J. Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Comput Human Behav* 2015;48,255-260.
35. Vaillancourt T, Faris R, Mishna F. Cyberbullying in children and youth: Implications for health and clinical practice. *Can J Psychiatry* 2017;62(6),368-373.
36. Tanrikulu I. Cyberbullying prevention and intervention programs in schools: A systematic review. *Sch Psychol Int* 2018;39(1),74-91.
37. Pontes NM, Ayres CG, Pontes MC. Additive Interactions Between Gender and Bullying Victimization on Depressive Symptoms and Suicidality: Youth Risk Behavior Survey 2011–2015. *Nurs Res* 2018;67(6),430-438.
38. Ortega-Barón J, Buelga S, Ayllón E, Martínez-Ferrer B, Cava MJ. Effects of intervention program Prev@cib on traditional bullying and cyberbullying. *Int J Environ Res Public Health* 2019;16(4),527-539.
39. Sorrentino A, Baldry A, Farrington D. The efficacy of the Tabby improved prevention and intervention program in reducing cyberbullying and cybervictimization among students. *Int J Environ Res Public Health* 2018;15(11),2536-2549.
40. Del Rey R, Casas JA, Ortega R. Impact of the ConRed program on different cyberbullying roles. *Aggress Behav* 2016;42(2),123-135.
41. Hutson E, Kelly S, Militello LK. Systematic review of cyberbullying interventions for youth and parents with implications for evidence-based practice. *Worldviews Evid Based Nurs* 2018;15(1),72-79.
42. Bal PN, Kahraman S. The effect of cyber bullying sensibility improvement group training program on gifted students. *Journal of Gifted Education Research* 2015;3(1),48-57.
43. İstanbul Milli Eğitim Müdürlüğü. Siber Güvenlik ve Medyanın Doğru Kullanımı Çalıştay Kitabı. 2018. Erişim Adresi: [http://istanbul.meb.gov.tr/yegitek/pdf/siber/calistay\\_1\\_2\\_kitabi.pdf](http://istanbul.meb.gov.tr/yegitek/pdf/siber/calistay_1_2_kitabi.pdf). Erişim tarihi: 10.07.2020.
44. Milli Eğitim Bakanlığı. Siber Güvenlik Portalı. Erişim Adresi: <http://www.eba.gov.tr/siber-guvenlik>. Erişim Tarihi: 10.12.2019.