

T.C
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZNEL MUTLULUK
SUÇLULUK VE UTANCIN YORDAYICISI OLARAK
SİBER ZORBALIK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

CEYLAN ÖZKAN

İstanbul
Mart,2019

T.C
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZNEL MUTLULUK SUÇLULUK
VE UTANCIN YORDAYICISI OLARAK SİBER ZORBALIK**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

CEYLAN ÖZKAN

Tez Danışman
Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ

İstanbul
Mart,2019

TEZ ONAYI

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ



Üye Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ




Üye Dr. Öğr. Üyesi Kamil Arif KIRKIÇ



Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.



Prof. Dr. Ömer ÇAHA
Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “Lise Öğrencilerinde Öznel Mutluluk Suçluluk Ve Utancın Yordayıcısı Olarak Siber Zorbalık” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmada doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.


Imza
Ceylan ÖZKAN

ÖNSÖZ

Lise Öğrencilerinin öznel mutluluk, suçluluk ve utancın yordayısı olarak siber zorbalık arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla bu çalışma yapılmıştır. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte insanların zarar gördüğü ve önlem alınmazsa katlanarak zarar görmeye devam edeceği durumların başında gelen siber zorbalık davranışının sebepleri ve çözümlerinin eğitim ortamına uyarlanması bu problemin çözümü açısından önem taşımaktadır.

Araştırma süreci boyunca yol gösteren ve sabrını esirgemeyen tez danışmanım Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ hocama bana katkılarından dolayı teşekkür ediyorum. Tez jürimde yer alarak bilimsel fikir ve önerilerini esirgemeyen Dr. Öğr. Üyesi Kamil Arif KIRKIÇ ve Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ hocalarıma katılımları için teşekkür ediyorum.

Bu aşamaya gelmemde emeği geçen ve dualarını eksik etmeyen her daim yanımda olan annem ve babam; Meryem DEMİR, Ramiz DEMİR' e benim için çok değerli olan sevgilerini ve sıcaklıklarını her daim hissettiğim ablalarım; Sevgi POLAT, Canan DEMİR, Serra POLAT ve kardeşim Yakup DEMİR' e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim ve araştırma süreci boyunca gösterdiği sevgi ve sabrı ile beni destekleyen ve yardımlarını esirgemeyen sevgili eşim Erdi ÖZKAN'a teşekkür ederim. Bu tezin yazmamdaki emeklerin paha biçilemez. Hayatımda olduğun için binlerce şükür.

Tez yazma sürecinde öneri ve desteklerini esirgemeyen arkadaşım Semra BULUT'a teşekkür ederim. Sizinle aynı gayeye sahip kişilerin etrafınızdaki varlığı bu süreçteki motivasyonunuzu şüphesiz ki artırıyor. Bu süreçte mukakkak ki emeği ve yardımı olan kişilerin sayısı çok daha fazla; geniş ailem, arkadaşlarım, mesai arkadaşlarım, isimlerini sayamadıklarım, hepsine de müteşekkirim, iyi ki varlar.

Ceylan ÖZKAN
İstanbul- 2019

ÖZET

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZNEL MUTLULUK SUÇLULUK VE UTANCIN YORDAYICISI OLARAK SİBER ZORBALIK

CEYLAN ÖZKAN

Yüksek lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ

Mayıs-2019,85 Sayfa

Araştırmanın amacı ergenlerin siber zorbalık, öznel mutluluk, suçluluk ve utanç düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

Araştırmanın çalışma evrenini 2017-2018 yılındaki İstanbul'un farklı ilçelerinde yer alan liselerde öğrenim gören öğrencilerden oluşturmaktadır. Çalışma grubu, bireyler içerisinde tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiş, 350' si kız 270'i erkek 620 bireyden oluşmaktadır.

Araştırmada ergenlerin siber zorbalık, öznel iyi oluş ve utanç ve suçluluk arasındaki yordayıcı ilişkileri ortaya koymak için Yapısal Eşitlik Modeli, AMOS 16 sürümü kullanılmıştır. Bu program yaptığımız araştırmada gözlenen verileri ve örtük değişkenler arasındaki ilişkileri ortaya koymak için kullanılan programdır. Araştırmada gerekli verilerin toplanması için, Kişisel Bilgi Formu, siber zorbalık düzeylerini belirlemek için 'Siber Zorbalık Ölçeği', mutluluk düzeylerini ölçmek için 'Öznel Mutluluk Ölçeği', Suçluluk ve utanç duygularını ölçmek için ise 'Suçluluk ve Utanç Ölçeği' kullanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında, öznel mutluluk, suçluluk ve utanç arasında ilişki anlamında negatif yönlü bir ilişki görülmüştür. Suçluluk ve utanç düzeyi arttıkça öznel mutluluk düzeyi azalmaktadır. Siber zorbalık ile öznel mutluluk arasındaki ilişki anlamında negatif yönlü bir ilişki görülmüştür. Bireyin siber zorbalık davranışlarının öznel mutluluk düzeyi ile ters orantı görülmektedir. Siber zorbalık davranışlarında bulunan kişilerin öznel mutluluğunda düzey olarak azalma görülmektedir. Suçluluk ve utanç ile siber zorbalık arasında ilişki anlamında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmüştür. Suçluluk ve utanç duygusunun siber zorbalıkla orantılı düzeye sahiptir.

Ulaşılan bulgular ışığında çalışmanın öneriler de bulunulmuştur

**Anahtar kelimeler: Zorbalık, Siber Zorbalık, Öznel Mutluluk, Suçluluk,
Utanç**



ABSTRACT

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZNEL MUTLULUK SUÇLULUK VE UTANCIN YORDAYICISI OLARAK SİBER ZORBALIK

CEYLAN ÖZKAN

Yüksek lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ

Mayıs-2019,85 Sayfa

The aim of this study is to investigate the relationships between subjective happiness, cyber mobbing, guiltiness, and shame levels of adolescents.

Population of the research consists of high school students at the high schools at different districts of Istanbul between 2017 and 2018. Study group includes a total of 620 individuals as 350 females and 270 males, who are selected by random sampling method among these individuals.

In the present study, the predictive relationships between cyber mobbing, subjective well-being and shame and guiltiness of adolescents are analyzed by using the AMOS 16 Program according to the “Structural Equation Model”. Structural equation modeling is a statistical approach that reveals the causal and mutual relationships between latent variables and that are observed to test a theoretical model. In order to collect the required data in the study; Personal Data Form, “Cyber Mobbing Scale” for determining the cyber mobbing levels, “Subjective Happiness Scale” for measuring the happiness levels, and “Guiltiness and Shame Scale” for measuring the guiltiness and shame feelings are used.

According to the findings obtained from the study, a significant negative correlation is found between guiltiness and shame, and subjective happiness. As the level of guiltiness and shame increases, the level of subjective happiness decreases. There is also a significant negative correlation between cyber mobbing and subjective happiness. It is observed that there is an inverse proportion between the individual's cyber mobbing behaviors and the subjective happiness level. A decrease is seen in the level of subjective happiness of the individuals showing cyber mobbing behaviors. There is a significant positive correlation between guiltiness and shame, and cyber mobbing. The feeling of guiltiness and shame have proportional levels with cyber mobbing. When one increases, other also increases.

In the light of the findings obtained, recommendations section of the study is developed.

Keywords: Mobbing, Cyber Mobbing, Subjective Happiness, Guiltiness, Shame



İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	iii
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
ÖZET	vi
ABSTRACT	viii
TABLolar LİSTESİ	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ	xiv
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.Problem Durumu	4
1.1. Problem cümlesi	4
1.2.Alt Problemler	5
1.3.Araştırmanın Önemi	5
1.4. Varsayımlar	6
1.5. Sınırlılıklar.....	6
1.6. Tanımlar	6
BÖLÜM II	8
KURAMSAL ÇERÇEVE VE KONU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR	8
2.1 SİBER ZORBALIK	8
2.1.1. Siber Zorbalık Araçları.....	10
2.1.2. Siber Zorbalığın Nedenleri	11
2.1.3.Facebook Ve Siber Zorbalık.....	12
2.1.4. Siber Zorbalık ile İlgili Araştırmalar	13

2.2. SUÇLULUK VE UTANÇ DUYGULARI	20
2.2.1. Kavram Olarak Suçluluk ve Utanç.....	21
2.2.2.Suçluluk ve Utanç Duygularının Cinsiyetle İlişkisi	23
2.2.3. Suçluluk- Utanç Duygularıyla İlgili Araştırmalar.....	24
2.3. ÖZNEL MUTLULUK	29
2.3.1. Öznel İyi Oluşu Etkileyen Faktörler	30
2.3.2. Öznel iyi oluş kuramları	34
2.3.2.1. Uyum Kuramı.....	34
2.3.2.2. Sabit Nokta Kuramı.....	35
2.3.2.3. Akış Kuramı	36
2.3.2.4. Erek Kuramı	37
2.3.2.5. Yargı Kuramı.....	38
2.3.3. Öznel Mutluluk İle İlgili Araştırmalar	38
BÖLÜM III	41
YÖNTEM	41
3.1.Araştırmanın Modeli	41
3.2.Çalışma Grubu.....	41
3.3.Verİ Toplama Araçları.....	41
3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi	43
BÖLÜM IV	44
BULGULAR	44
BÖLÜM V	47
TARTIŞMA VE YORUM	47

BÖLÜM VI	52
SONUÇ VE ÖNERİLER	52
KAYNAKÇA	54
ÖZGEÇMİŞ.....	71



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1.Yapısal Eşitlik Modelinin Uyumuna İlişkin İstatistiksel Değerler	44
Tablo 2. Ergenleri Sanal Zorbalık, Öznel Mutluluk, Suçluluk ve Utanç Arasındaki Asındaki Yordayıcı İlişkilerine Yönelik Model.....	45



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Modele İlişkin Yol Analizi	45
---	----



BÖLÜM I

GİRİŞ

Araştırmanın giriş bölümünde ise araştırmanın problem, araştırılan konunun kuramsal çerçevesi, önem, amaç, sınırlılıklar, varsayım ve araştırmalarda kullanılan kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

İnternet ortamında hayatımızı kolaylaştıracak birçok uygulama bize eşlik etmektedir. İnternet üzerinden yapılan alışverişler, gün içerisinde yapmamız gereken banka işlemleri vb. uygulamalar birçok yönden avantaj sağlamaktadır. Bu kolaylıklar bizlere dezavantajlarını da birlikte getirmektedir. İnternet kullanım yaş oranının düşmesiyle yetişkinler kadar çocuk ve ergenlerde bu risklerin içerisinde değerlendirilir. Bu durum çevrimiçi riskleri de beraberinde getirmektedir.

Günümüzde teknoloji hayatımızın önemli bir parçası haline gelmektedir. İnternetin birçok alanında kullanımı yaygınlaşmaktadır. İnternetin yaygınlaşması hayat tarzımızı, arkadaş ilişkilerimizi, eylemlerimizi, alışveriş alışkanlıklarımızı değiştirmektedir (Peker ve Yaman , 2012).İnternetin ev ve iş ortamlarımıza girmesi içerdiği farklı etkinliklerin yanında ulaşımının kolay olmasından dolayı problemleri de beraberinde getirmiştir (Günüç ve Kayri, 2010). İnternet ortamına kolaylıkla bilgi yüklenmesi ve güvensiz bilginin çoğalması internet bağımlılığı, siber zorbalık gibi problemlere sebep olmaktadır (Gencer, 2017).

Dursun ve Akbulut (2011)' a göre teknolojinin gençler üzerindeki etkileri araştırılmış ve bazı farklı görüşler ortaya atılmıştır. Özellikle kitle iletişim araçlarının etkileri araştırıldığında sonuçların birbirini destekler niteliktedir. Araştırmacılar internet ve teknolojinin bireylerin bilişsel ve davranışsal gelişimine dezavantaj sağladığını ileri sürerken, avantajlarını da dile getirmişlerdir. İnternetin sosyal hayatı sanal ortama taşınması sebebiyle gerçek dünyadaki bireylerin ruh hallerinin de internet ortamına aktarılmasına sebep olmuştur. Bilgi ve iletişimde farklı noktaya gelmesiyle daha avantajlı ortam sunmasıyla beraber zorbaca davranışlar sergileyen kişilere yeni zemin oluşturmaktadır (Akt: Özbay ,2013).

İnternetin okul çağındaki bireylerin kolay ulaşımı beraberinde öğretim ortamında problemlere sebep olmaktadır. Bilişim teknolojileri kapsamında internet

bağımlılığı, taciz edici davranışlar diğer bir ifadeyle siber zorbalık ortaya çıkmaktadır (Çalışkan, 2013).

Dikmen (2015) Siber zorbalığın geleneksel zorbalığın farklı bir boyutu olabileceği belirtmiştir. Siber zorbalık geleneksel zorbalıkla farklı durumlar taşıdığını göstermektedir. Siber zorbalığın teknolojiyi kullanarak yapıldığı için geleneksel zorbalıktan ayrıldığını öne sürmektedir.

Siber zorbalıkta kimliğini gizleyebildiklerinden ötürü daha fazla dikkat edilmesi gerektiğini düşündürmektedir. Bu durum bireylerin zorbalık gücünü artırmaktadır. Siber zorbalık fiziksel mekân sınırlaması olmadığını belirtmiştir (Padır, Eroğlu ve Çalışkan, 2015).

Turan (2013) okullardaki akran zorbalığının internet ortamının merkezinde daha tehlikeli ve akran zorbalığının yeni bir yüzü olarak düşünülmesi tartışmaları beraberinde getirmiştir. Bireyler internet ortamında kimliklerini saklamaları sebebiyle karşısındaki kişileri rahatsız ederek özgüvenlerini tazelemektedir. Bireylere olan zararları düşünüldüğünde sadece psikolojik boyutuyla değil toplumsal boyutuyla da incelenmesi gereken bir konudur.

Çetin, Eroğlu, Peker, Akbaba ve Pepsöy (2016) siber zorbalığı araştırdığında birçok açıdan olumsuz etkilendiğini literatürle desteklemektedir. Bireyin düşük empati düzeyine, benlik kurgusunun (Çetin, Eroğlu, Peker, Akbaba ve Pepsöy, 2016), siber zorbalığı etkilediği görülmektedir. Siber zorbalığı daha düzenli hale getirip bir teoriye bağlamak gerekir. Kokkinos, Antoniadou ve Markos(2014) teoriye bağlanmadığı zaman siber zorbalık konusunun karanlık kalabilen tarafları olabileceğine dikkat çekmektedir. Bu yüzden en uygun teorinin pozitif psikoloji olabileceği kabul edilmektedir. (akt: Padır, Eroğlu ve Çalışkan, 2015). Bireyin iyi olması, uyum sağlaması ve durumlarla ilgili başa çıkmak gibi konulara dikkat çeken pozitif psikoloji en dikkat ettiği konu öznel mutluluktur (Lyubomirsky, King ve Diener, 2005).

Mutluluğa insanların bakış açısı, güzel bir hayat için ön koşuldur. Bireyler için olmazsa olmaz hayat idealidir. Mutlu olmak isterler ama bunun için bir şey yapmaya çalışmazlar. Birçok insan hayatın bütününde hissetmeye yönelik çaba sarf eder (Türkdoğan, 2010).

Mutluluk kavramı ilk çağlara kadar uzanır. Aristo mutluluk insanların arayışta olduğu bir kavramdır diye yorumlar. Platon mutluluğa ulaşmanın yolunu erdemin kendisi olduğunu söyler. Sokrates insanın varlığının nihai amacının mutluluk olduğunu söyler (Gökberk, 1996). Farabi'ye göre ise mutluluk tecrübeli bir insan olmanın sonucu olduğunu söyler (Özgen, 2005).

Mutluluk ulaşılması hayal edilen bir kavramdır. İnsanlık tarihinden bu yana mutluluğa ulaşmak için araştırmalar yapmışlardır. Mutluluk araştırmalarını yapan kişiler mutluluğu bulmak için nasıl elde ederiz ve nedir soruları üzerinde durmuşlardır (Acaboğa, 2007).

Lyubomirsky ve Lepper (1999) mutluluk kavramını kişiden kişiye değişen bir kavram olduğunu dile getirmişlerdir. Mutluluğu açıklamak için öznel mutluluk teorisi geliştirmişlerdir (Padır, Eroğlu ve Çalışkan, 2015).

Psikoloji bilimi mutluluk için öznel mutluluk, öznel iyi oluş kavramını kullanmıştır (Eryılmaz, 2005). Öznel mutluluk alt maddeleri hoş duygulanım, yaşam doyumu, yaşam alanları ve hoş olmayan duygulanımdır. Öznel mutluluğu yüksek çıkan bireylerin hoş duygulanımı daha fazla görülmektedir. Kendine yönelik algısı olumlu olmaktadır (Dost, 2005).

Çocuk ve ergen hayatına baktığımızda yetişkinin hayatındaki öznel iyi oluş kavramındaki üç alt maddenin de önemli olduğu görülmektedir (Myers ve Diener, 1995). Ergenlik insanların hayatlarında bir geçiş dönemi olarak görülmektedir. Ne tam yetişkindir ne de çocuk arada bir dönemdir. Bu dönemde bireyin her yönden gelişimi söz konusudur. Bedensel değişimler, psikolojik değişimler, zihinsel değişim ve sosyal değişimler olarak görülmektedir. Bu dönemde değişimleri atlatırken olaylara, durumlara bakış açısı hayatını bütünüyle etkileyecektir. Bu aşamanın olumlu oluşu çok önemlidir. Geçiş aşamasında ergen olaylara nasıl bakıyor? Arkadaşlık ilişkileri ne yönde ilerliyor? Kişiliği bakış açılarından etkileniyor mu? Bu gibi soruları olumlu atlatabilmesi öznel mutluluk için önem niteliği taşımaktadır. Ailesiyle kurduğu bağ, akranlarıyla ilişkileri ergenlik dönemi için önem arz etmektedir (Eken, 2010).

Ergenlik döneminde kişi kimlik oluştururken toplumun kurallarıyla karşılaşır. Sosyal değerlerden olan suçluluk ve utanç bireyin kişiliğini ve eylemlerinde etkili duygulardır (Cüceloğlu, 1991).

Tagney ve Salovey (2000) Suçluluk ve utanç duyguları sosyal hayatta şekillenir, insan ilişkileriyle birlikte tecrübe kazanılır. Bireylerin davranışlarının ahlaka uygun olarak sürdürülmesi sağlar. İstenilmeye davranışlar toplum tarafından engellenir (Dinçer, 2013).

Greenberg (2002), insanların amacı hayatta kalabilmek için gerekli önlemleri alabilmektir. Hayatları risk altına girdiği zaman beyinlerin bazı bölümlerinde korku ve öfke duyguları üretilmeye başlar. Bu bilişsel kapasitedeki artış kişinin pişmanlık, suçluluk, utanç, aşk, merhamet gibi duyguların yaşanmasını sağlar (Dağkurs, 2015).

Suçluluk ve utanç tanımlamalar kurama veya kültüre göre farklılık göstermektedir. İlk incelendiklerinde bir arada değerlendirilirken, günümüzde ayrı kavramlar şeklinde değerlendirilmektedir (Dinçer, 2013).

Suçluluk ve utanç duygularının gelişimleri farklı yaşlarda görülmektedir. Suçluluk 5-6 yaşlarda, utanç duygusu ise suçluluk duygusundan daha erken yaşanmaktadır. Suçluluk duygusunu çocuğun çevresindeki yasaklarla vicdani değerlerine ters düştüğünde yaşar. Utanç duygusunu ise vücut gelişmesiyle beraber her şeye kuvvetinin yetmediğini fark eder, bu kendine biçtiği değer bir kısmını anne-babasına da yansıtır. İçinde kurduğu kişiye ulaşamadığında kendini küçük durumu düşmüş gibi hisseder. Bu durumda utanç duygusunu hissetmesine sebep verir (Ersoy, 2015)

Barett (1995) suçluluk ve utanç duygularının toplumun düzeninin sağlanması adına gerekli olduğu belirtilmektedir. Toplumun kuralları dışına çıkıldığı takdirde kendini değerlendirme ve toplumdaki uzaklaşma gibi durumlar yaşamaya utanç duygusuna işaret etmektedir (Dağkurs, 2015).

Bu konuyla ilgili araştırmalar yetersiz olduğundan dolayı bu alandaki problemlere çözüm getirilmesini kısıtlamaktadır. Siber zorbalık, öznel mutluluk, suçluluk ve utanç arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi bu konuda alana katkı yapılacağı düşünülmektedir.

1.Problem Durumu

1.1. Problem cümlesi

Araştırmanın problem cümlesi ‘Ergenlerde öznel mutluluğun suçluluk ve utancın yordayıcısı olarak siber zorbalık değerleri açısından yordayıcı bir ilişki var mıdır?’ Şeklinde ifade edilebilir.

1.2.Alt Problemler

Araştırmanın amacı; Lise öğrencilerin siber zorbalığın yordayıcıları olarak suçluluk, utanç ve öznel mutluluk değişkenleriyle incelenmesi.

Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıtlar aranmıştır.

1. Ergenlerin suçluluk ve utanç değerleriyle öznel mutluluk arasında anlamlı düzeyde bir ilişki yordamakta mıdır?
2. Ergenlerin siber zorbalık değerleriyle öznel mutluluk arasında anlamlı düzeyde bir ilişki yordamakta mıdır?
3. Ergenlerin suçluluk ve utanç değerleriyle siber zorbalık arasında anlamlı düzeyde bir ilişki yordamakta mıdır?

1.3.Araştırmanın Önemi

Araştırmanın amacı, ergenlerde öznel mutluluğun suçluluk ve utancın yordayıcısı olarak siber zorbalık değerleri açısından incelenmesidir. Bu konuyla alakalı yurt içi ve yurt dışındaki akademik çalışmalar taranmıştır.

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte insanların ilgisi internet ortamına yönelmektedir. Bu durumdan dolayı ergenler de siber zorbalık davranışları yetişkinlere oranla daha yüksektir. Bu durum okuldaki başarılarını olumsuz etkilemektedir (İlhan, 2016).

Duygular, toplum düzeni oluşturma da ana unsurlar da yer almaktadır. Hoş duygular toplumdaki kişiler arası ilişkileri düzenlerken, hoş olmayan duygulardan olan suçluluk, utanç, öfke gibi durumlar olumsuz kişiler arası ilişkiye yol açmaktadır. Ergenlik döneminde yaşanan öfke, suçluluk ve utanç duyguları fark edilip kontrol altına alınmadığı zaman kişinin hem kendisine hem de çevresine zarar vermektedir (Kula, 2012). Nüfus olarak genç bir ülke olmamız sebebiyle ergenlerin kendilerini tanımaları önem arz etmektedir. Öznel mutluluk düzeylerini anlamalarında yardımcı olacak araştırmalara yer vermek gerekmektedir.

Yapılan araştırmanın ergenlerin öznel mutluluk, siber zorbalık, suçluluk ve utanç açısından değerlendirerek kendilerini daha iyi değerlendirmesine, aileler ve öğretmenlerin daha iyi tanınmalarına ve kurumsal bilgi edinmelerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Yaşanılan olumsuz durumları kolayca fark etmelerini, farklı çözüm yolları ve öneriler de bulunmalarını kolaylaştırmayı amaçlamaktadır. Literatürdeki benzer çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

1. Kullanılan Siber Zorbalık Ölçeğinin Siber Zorbalığı ölçmede güvenilir bir ölçek olduğu varsayılmıştır.
2. Kullanılan Öznel Mutluluk Ölçeğinin Öznel Mutluluğu ölçmede güvenilir ve geçerli bir ölçek olduğu varsayılmıştır.
3. Kullanılan Suçluluk ve utanç Ölçeğinin Suçluluk ve Utancı ölçmede güvenilir bir ölçek olduğu varsayılmıştır.
4. Bu çalışmada, çalışmaya katılan lise öğrencilerinin Siber Zorbalık Ölçeği (SZDÖ), Demografik Bilgi Formu, Öznel Mutluluk, Suçluluk ve utanç ölçeklerini gerçek durumlarını yansıtacak şekilde içten cevapladıkları kabul edilmiştir.

1.5. Sınırlılıklar

1. Bu çalışma, kullanılmış olan veri toplama araçları ile sınırlıdır.
2. Bu çalışma, 2017-2018 eğitim öğretim yılında uygun örnekleme yoluyla seçilen 2017-2018 eğitim-öğretim faaliyetine devam eden öğrencilerle sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Zorbalık: Kuvvetine, gücüne güvenen kişilerin kendilerinden aşağıda gördüğü kişilere karşı söz hakkı tanımayan kimselerdir (TDK, 2006).

Olweus ise zorbalık kavramını saldırgan davranışın alt konusu olarak açıklamaktadır. İnsanların bilerek ya da bilmeden yaptıkları zarar vermeye yönelik davranışlarıdır (Satan & Kulaksızoğlu, 2008)

Siber Zorbalık: Teknolojinin gelişmesiyle birlikte kişiler arası iletişimde kolaylık sağlanmıştır. Birbirine ulaşımın kolaylıklarıyla birlikte zarar veren durumlarda ortaya çıkmaktadır. İnternet ortamında yapılan tehditler, kişisel bilgilerin ifşa edilmesi gibi davranışlar siber zorbalık olarak tanımlanmaktadır (Peker A. , 2015).

Öznel Mutluluk: insanların yaşamlarını bilişsel ve duygusal yönlerle birlikte hoş olan duygulanımın varlığı, hoş olmayan duyguların yokluğu şeklinde tanımlanmaktadır (Diener, Scollon, Oishi, Dzokoto, & Suh, 2000).

Suçluluk: insanların toplumun kuralları dışına çıkmalarıyla birlikte, başkaları üstünde olumsuz hissiyat oluşturan, kendi yanlışlıklarının farkına vardığında içinde oluşan ve kişiyi rahatsız eden duyguya denir (Dinçer, 2013).

Utanç: insanların toplumun ahlaki kuralların dışına çıkmalarıyla birlikte kişinin benliğini olumsuz eleştirmesiyle, küçük düştüğünü düşünerek ortaya çıkan, yalnız kalma, görünmek istememe gibi durumların oluştuğu rahatsız edici duyguya denir (Dinçer, 2013).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE KONU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Siber Zorbalık, Öznel Mutluluk, Suçluluk ve utanç ile ilgili kuramsal açıklamalar ve konularla ilgili çalışmalara yer almaktadır.

2.1 SİBER ZORBALIK

Günlük hayatımızı kolaylaştıran, kişilerle iletişimimizi sağlayan araçlar kötü niyetli insanların elinde zarar veren bir mekanizmaya dönüşmektedir. Mesaj olarak gelen tehditler, kullanılan sosyal ağların ifşa edilmesi bu gibi durumların siber zorbalık olarak tanımlanmasına neden olmuştur (Peker ve İskender, 2015).

Siber zorbalık diğer bir ifadeyle sanal zorbalık kötü niyetli insanlar tarafından yollanan tehdit içerikli, zorlayıcı, düşmanlık amaçlı mesajlar, fotoğraflar gönderilmesidir. Siber zorbalık internet ortamında yapılmaktadır (Aksaray, 2011).

Bir davranışın zorbalık olabilmesi için 3 maddeyi içermesi gerekmektedir (Olweus, 1993).

- İki kişi arasında güç eşitsizliği olmalı
- Yapılan zorbaca davranış tekrarlanıyor olmalı
- İsteyerek yapılmış olmalı

Anderson, 2010; Siegle, 2010; Walker, 2009; Willard, 2007 göre Siber zorbalığın görülmesi muhtemel bazı davranış türleri olduğu belirtmişlerdir. Bu davranış türlerini şu şekilde özetleyebiliriz (Akt: Kınay, 2012).

- a) Hakaret Etme: Sanal ortamda kişiye küfür, ağır sözler, saldırganlık içeren sözler söylenmesi.
- b) Bıktırma: hakaretlerini sürekli şekilde vazgeçmeden yenilemesi.
- c) İftira: kişinin onuruna ve gururuna zarar vermek için dedikodu yaymak.
- d) Taklit etme: onuruna zarar vermek ve bireyi utandırmak için kişinin rolüne girerek çevresine mesaj atmak, çevrim içi ortamda onun gibi yorumlar yapmak.

- e) İfşa etme: kişinin gizli bilgilerini veya fotoğraflarını sosyal medya aracılığıyla yaymak.
- f) Hile yapma: bireyin bilgilerini gizli şekilde sahip olmak.
- g) Dışlama: kişinin bulunduğu gruplardan onu çıkarmak ve insanlara karşı onu dışlamak.
- h) Sanal taciz: sürekli taciz etmek, kişiyi korkutacak veya kaygılandırarak şekilde çevrimiçi ağlarla rahatsız etmek.
- i) Sexting: insanlara mahrem bölgelerini çekip göndermek.

Arıcak (2009) yaptığı araştırmada örneklem olarak aldığı öğrencilerin %20'sinin internet ortamda zorbalık yaptığını araştırmalarında belirtmektedir. Dilmaç (2009) yaptığı araştırmada örneklem olarak aldığı üniversite öğrencilerinin %23'ünün sanal ortamda zorbalık yaptığını söylemiştir (Peker, Ada ve Eroğlu, 2012).

Dilmaç, Deniz ve Aydoğan (2009) yaptıkları araştırmaya verilen cevaplara göre %77,5 oranında siber zorbalık yapmadıklarını %22,5'inin birden fazla sanal ortamda zorbalık yaptığını, %67,4'ünün siber zorbalığa uğramadıklarını belirtmektedir

Erkek öğrenciler siber zorbalık yapma oranları ve siber mağdur olmalarıyla kız öğrencilere kıyasla daha fazladır (Erdur- Baker ve Kavşut, 2007).

Amerika ve Kanada gibi interneti yoğun olarak kullanan ülkeler arasında siber zorbalık büyük bir problem haline gelmektedir (Arıcak, 2009).

Shariff ve Hoff (2007) yaptığı araştırmalar Kanada'da gençlerin% 99'unun internet kullandığını açıkladı.

İnternet düzenli olarak; 12-18 yaşlarındaki kızların% 74'ü sohbette daha fazla zaman harcadıkları belirtilmiştir. Benzer araştırma da ankete katılanların 177 ortaokul öğrencisinin % 23'ünün e-posta yolu ile % 41 cep telefonu metin mesajlaşma ile % 32 bilinen okul arkadaşları tarafından, % 11'i okul dışındakilerin % 16'sı hem tanıdığı hem de tanımadığı kişilerce birden fazla kaynaktan zorladığını açıkladı (Shariff ve Hoff, 2007).

İlkokul 5 ve 8. sınıf üzerinde yapılan araştırma da siber zorbalık oranı 5. sınıflar da % 5 8.sınıfların %13 artış gösterdiği bulunmuştur (Cook, Williams, Guerra, Kim, & Sadek, 2010).

2.1.1. Siber Zorbalık Araçları

Anlık mesajlaşma: Msn, Messenger, yahoo messenger ile iletişim kurulmasıdır. Gençler farklı ülkeler, uzak mesafedeki kişilerle bu araç iletişim araçlarını kullanırlar. Mesaj anında alıcıya gider. Alıcıda kısa bir zaman içerisinde cevap yazar (Yaman, Eroğlu ve Peker, 2011).

Telefon: Mesajlaşmak ve konuşmak için kullanılan iletişim aracıdır. 2008' den önce gizli arama yapılabiliyordu. 2008' den sonra sona ermesiyle zorbalık önceye göre azalma görülmektedir (Dilber, 2013).

Sohbet(Chat) Odaları: Sohbet odaları orada bulunan kişilerle eş zamanlı olarak iletişim kurma aracıdır. Araştırmacılar ihtiyacı olan gençlerin sohbet odalarında karşılamaya çalıştıklarını öne sürüyor ve siber zorbalığa karşı daha savunmasız olduklarını dile getiriyorlar (Bauman, 2007).

E-Posta: Birçok kişiye anlık olarak görüntü, ses, mesaj gönderebilir ve kendi iletişim kutularına yönlendirebilir. Gönderen ve gönderilenin dışında üçüncü bir kişinin eline geçerse zorbalık yapılabilir (Bhat, 2008).

Sosyal Ağ Siteleri: Arkadaş gruplarının oluşması amacıyla kurulan sitelerdir. Sitede gerçek kimliklerin kullanılmaması sebebiyle zorbalık sayılabilecek içerikli yollamak amacıyla kullanılmaktadır (Yaman, Eroğlu ve Peker, 2011).

Bloglar(Web Günlüğü): Web günlüğü blog sahibinin istediği gibi yazılarını yayınladığı web sitesidir (Dilber, 2013). Bu sitelerde video, fotoğraf atılabilmesi etkileşimi ileri seviyeye getirmektedir. Bu durum siber zorbalığı daha çekici hale getirmektedir (Bhat, 2008).

Forumlar: Forumlar konu başlıklarıyla tartışabildikleri eş zamanlı özelliği olmayan sitelerdir. Gerçek isimlerinin kullanılmadığı takma isimleriyle açılan ortamlardır (Metli, 2017).

Web Siteleri: Web sitelerinde bireylerin vücut kusurlarını gösterebildikleri, bunları yayınlayıp klip yapabilecekleri ortam oluşturur. Siber zorbalık yapanlar için ise zorbalık yaptıkları kişileri aşağılayacakları ve küçük düşürecekleri biçimde gösterebilirler (Yaman, Eroğlu, Peker, 2011).

2.1.2. Siber Zorbalığın Nedenleri

Siber zorbalık yeni araştırma problemi olmasından dolayı incelenmektedir. İnceleme alanında ergenler arasında yaygınlığı göze çarpmaktadır. Bu problem alanında nedenleri dikkat çekmektedir. Lenhart (2007) nedenlerini maddeler halinde sıralamıştır (Lenhart, 2007).

- Siber zorbanın siber mağdurla sanal ortamda konuşması davranışlarının sorumluluğunu almamasına neden olmaktadır.
- Teknoloji sayesinde sanal ortamda paylaşılan mesajların, fotoğrafların bir anda birçok kişiyle kolayca paylaşılıyor olması
- Siber zorbalık yapmak için paylaşılan mesaj, fotoğrafların uzun süre diğer kişilerin görebileceği şekilde sosyal ağlarda kalması.
- Sosyal ağlarda paylaşılan mesaj ve fotoğrafların kaydedilip saklanması.

Kişilik ve siber zorbalık araştırmasında siber zorbalık ve mağduriyete yardım eden duygusal dengesizlik, deneyime açıklığının ise destek olmadığı belirlenmiştir (Çelik, Atak ve Erguzen, 2012).

Cinsiyetin etkileri araştırılırken, erkekler ve kızlar üzerinde yapılan çalışmada cinsiyete göre farklı olduğu bulunmuştur. Kızların siber zorbalığı erkeklere oranla daha az yaptığı görülmüştür. Siber mağduriyet durumu incelendiğinde ise kızlar ve erkekler arasında bir farklılık bulunmamıştır. Erkekler arasında boyun eğicilik düzeylerinin farklılaştığı durumlara bakıldığında ise boyun eğicilik düzeyi yüksek olan kişilerin siber zorbalık daha fazla yaptığı görülmektedir. Siber mağduriyet durumunda boyun eğicilik düzeyinin etkisi olmadığı görülmüştür (Peker, Eroğlu ve Çitemel,2012).

Sosyal desteğin siber mağduriyete etkisini araştırdığında aile desteğin siber mağduriyeti negatif yönde arkadaşlardan alınan desteğin de negatif yönde destekledi yönündedir (Eroğlu ve Peker, 2012).

Gençlerin çevresini genişletmek, ona yapılan yanlış davranışın öcünü almak, eğlence olsun diye siber zorbalık yapabileceği belirtilmektedir. Siber zorbalığa devam ettiren sebepler arasında ise kendisini siber zorbalık yaparken iyi hissetmesi, çevresini geliştirmek ve iyi zaman geçirmek olduğu yönündedir (Yaman, 2012).

Riskli sayılabilecek internet ortamındaki davranışlar siber zorbalığa yönelmeyi kolaylaştıran nedenler arasındadır (Eroğlu ve Güler, 2015). Gençlerin çevresinden göremediği ilgi ihtiyacını siber zorbalık yaparak gidermeye çalışır (Dilmaç, 2009).

Çevresinde güçsüz olan bireylerin sanal ortamda kendisini gizleyerek insanlara zorbalık yapabilmektedir. Bu durum siber zorbaları güçlendirmektedir. Geleneksel zorbalığa maruz kalan bireyler, sosyal çevresi olmayan ve zorbalığa uğradığı halde fiziksel şekilde cesareti olmayan bireylerin tarafından gerçekleştirilmektedir (Hinduja ve Patchin, 2008).

Siber zorbalığı bir kere yapmış olmak onu tekrar yapmaya sebep olmaktadır. Psikiyatrik belirtilerine baktığımızda iki grup inceleme sonucunda siber zorbalık yapmamış, mağdur olmamış grup ile siber zorbalık yapmış ve mağdur olmuş kişilere oranla daha az belirtiler göstermektedir (Arıcak, 2009).

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte sosyal hayat internet ortamına taşınmıştır. İletişimin sanal ortamda gerçekleşmesiyle birlikte problemlerde internet ortamında çözülmeye çalışılmaktadır. Ergenler arasında kendini üstün göstermek, arkadaş ortamında ilgi görmek için kullandıkları görülmektedir (Özdemir, 2015).

2.1.3.Facebook Ve Siber Zorbalık

Dünyada ve Türkiye’de milyonlarca insanın günlük yaşamının bir parçası haline gelmiş olan sosyal paylaşım ağları hızla yaygınlaşmaya devam etmektedir. Sosyal paylaşım ağları neredeyse hayatımızın her alanına girmektedir. Bireylerin profillerini diğer kişilerle paylaşmasına aracılık etmekte ve bireyler de giderek artan sayıda kişisel bilgilerini bu sosyal ağlarda paylaşmaktadırlar (Çiftçi, 2015).

Facebook'ta kişisel bilgilerin gizli olmadığı düşüncesi kullananları tedirgin etmektedir. Gizlilik konusunda kişisel bilgiler nasıl güvende tutulur bu konuda tam bir bilgiye sahip değillerdir. Facebook gizlilik konusunda sürekli yenilikler getiriyor olması ise bu konuyu doğrulamaktadır (Durmuş ve Kılıç, 2010).

Facebook kullanıcıları kişisel bilgilerini kendi istekleri doğrultusunda yüklemektedir. Fakat bu durum demek değildir ki benim bilgilerimi rızam olmadan kullan. Kişisel bilgilerin gizliliği olmalı ve kişinin rızası olmadan kullanılmamalıdır (Çiftçi, 2015).

2.1.4. Siber Zorbalık ile İlgili Araştırmalar

Patchin ve Hinduja (2006) yaptıkları araştırmada %47' si siber zorbalığa tanık olduklarını, %11' i Siber zorbalığa karıştığı, %29' unun ise siber mağduru olduğu görülmektedir. Daha çok zorbalık yapılan alanların chat odaları, e-mail yoluyla ve mesaj yazma olarak bulunmaktadır. Zorbalık tarzlarına bakıldığında ise öğrencilerin %20'si kötü davranıldığı, %21' i tehdit altında olduklarını, %19' u ise kendileriyle dalga geçildiğini söylemiştir.

Li (2006) çalışmasında öğrencilerin 4/1' inin siber zorbalığa maruz kaldığını, 6 öğrenciden 1'inin ise sanal zorbalık yaptığı görülmüştür. Siber mağdur olan öğrenciler üzerinde yapılan araştırmada ise kaç defa maruz kaldıkları tespit edilmek istendiğinde %62' si sayıları değişerek bir ile üç arasında, %38' i ise üçten fazla siber mağduru olmaktadır.

Çakır- Balta ve Horzum (2008) Ankara Üniversitesinde yaptıkları çalışmada İnternet bağımlılık düzeyini ölçmek için Young(1998) tarafından geliştirilen ölçek uygulanmıştır. İnternet bağımlılık düzeyinin bazı değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek için araştırma yapılmıştır. Araştırma da cinsiyet değişkenine bakıldığında erkeklerin kızlara oranla internet bağımlılık düzeyinin yüksek olduğu görülmüştür. İnternet kullanım süreleri dikkate alındığında 8 saatin üstünde internet kullanan kişilerde internet bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur. Sosyoekonomik düzeyine bakıldığında ise internet bağımlılığı ile arasında ilişki görülmemiştir.

Dehue ve ark.(2008) yaptığı araştırmada ise öğrencilerin siber zorbalık ve mağdur olma yüzdelerine bakıldığında %16' sını mobil telefon ve internet ortamında siber zorbalık yaptığını %23' ünün ise bahsedilen yollarla siber mağdur olduklarını tespit etmişlerdir.

Slonje ve Smith (2008) çalışmasında ise 12 ve 20 yaş arası lise ve ortaokul öğrencileri arasında yapılan incelemede okul içinde siber mağdur olma oranı %6, okul dışında siber mağdur olma %12 olarak bulunmuştur.

Smith ve diğerleri (2008) 11 ve 16 yaşları arasında yapılan araştırmada öğrencilerin siber zorbalık diye isimlendirebildiğimiz davranışlarla hangi oranlarla karşılaştıkları araştırılmıştır. Ergenlerin %46' sının araştırmanın olduğu aydan öncesinde, %14'u en az bir kere yine ay içinde 2-3' ten daha fazla siber mağdur olduklarını tespit etmişlerdir. Birkaç ay içerisinde %22' si bir kere siber mağdur olmuşlardır. %7' si ise birden çok siber zorbalık yaptıkları görülmüştür.

Topçu, Erdur-Baker ve Çapa-Aydın (2008) 13-21 yaşları arasında yapılan araştırmada ergenlerin %48' nin siber zorbalık olaylarına karıştığı görülmüştür. Geleneksel zorbalık ve siber zorbalık ilişkilerine bakılmıştır. Kızların daha az geleneksel ve siber zorbalık yaptığı görülmüştür.

Şahin, Sarı, Özer ve Er (2010) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada siber zorbalık diye isimlendireceğimiz davranışlar içerisinde en çok hangi durumla karşılaşıyoruz diye sorulduğunda “ özel numara ile aramak” olduğunu belirtiyorlar. Yaşadıkları duyguya baktığımızda ise bu duruma öfke duyup intikam alma dürtüsü içine girdiklerini söylemişlerdir.

Vural ve Bat (2010) 319 Üniversite öğrencilerine yapılan çalışmada sosyal ağ kullanımları incelendiğinde %85,9' u internet sitelerini kullanmaktadır. Bu %85,9'unun %82,4' ü ise Facebook'u aktif kullanmaktadır. İnternet sitesi kullanım verileri incelendiğinde ise %55,2' internet sitelerini her gün, %28,8' i haftada 3-4 gün kullandıkları görülmüştür. Rumuz kullanım oranlarına baktığımızda ise %76,2'nin isimlerini kullandıkları %69' unun ise yapılan paylaşımlara yorum yaptığını belirtmektedir (Vural ve Bat, 2010).

Siber zorbalık ile bilişsel çarpıtmaların durumları incelenmiştir. Siber zorbalık ile bilişsel çarpıtma diyebileceğimiz gerçek gibi görünen ilişki beklentisi, başkasının zihnini okuduğunu düşünme, yakın ilişkiden kaçınma durumları incelenme alanının

içindedir. Kişilerin bilişsel çarpıtmaları siber zorbalığı ve siber zorbalık mağdurlarını pozitif yönde etkilemektedir (Çetin, Peker, Eroğlu ve Çitemel, 2011).

Çetin, Yaman ve Peker (2011) Siber Mağduriyet ve Zorbalık Ölçeği geliştirilmiştir. Alt boyutları ise siber sahtecilik, Kimliği gizleme, siber dilsel zorbalıktır.

Eroğlu ve Peker (2011) sosyal destek üzerine yapılan araştırmada ailedeki sosyal desteğin siber zorbalık mağduriyetine etkisi ve siber zorbalık mağduriyetin arkadaştan görülen sosyal desteğe etkisi incelenmiştir. Araştırma sonuçlarında ailede görülen sosyal desteğin siber zorbalık mağduriyetini olumsuz yönde etkilediği ve arkadaştan görülen siber zorbalık mağduriyetini de olumsuz yönde etkilediği gözlemlenmiştir.

Gençer (2011) ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada internet bağımlılıklarını ve internet kullanımlarını araştırmak ölçek uygulanmıştır. Bulgular da ise %2.7' sinin internet bağımlısı, şeklinde oran bulunmuştur. Okul türüne ve sosyo-ekonomik durumlar incelendiğinde internet bağımlılığının bu değişkenlerle ilişki görülmediği, cinsiyet ve başarı algısı arasında da pozitif bir korelasyon tespit edilmiştir.

Özdemir ve Akar (2011) lise öğrenci üzerinde yapılan araştırma da siber zorbalığa maruz kalan sayısı, siber zorbalığın nerelerde gerçekleştiğini ve zorbalığı etkileyen nedenlerini bulmak amacıyla ölçekler uygulanmıştır. Sonuçlara bakıldığında ise % 14' siber mağdur olduğu, % 10' u siber zorbalık yaptığı görülmüştür. Bazı değişkenlere bakıldığında ise cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi gibi durumların siber zorbalığa etkisi olmadığı görülmüştür. İnternet kullanım süresinin ise siber zorbalık üzerinde etkisi olduğu tespit edilmiştir. İnternet kullanım oranının 5 saati aştığı durumlarda siber zorba olma olasılığı daha yüksek çıkmıştır.

Popovic-Citic, Djuric ve Cvetkovic (2011) yurtdışında yaptıkları araştırmada ise ortaöğretim öğrencilerinin % 10' u siber zorbalık davranışında bulunduğunu % 20' sinin ise siber mağdur olduğu bulunmuştur.

Horzum ve Ayas (2012) ortaöğretim öğrencilerine yapılan bir diğer araştırma da 413 öğrenciye sanal zorba ve mağdur anketi uygulanmıştır. Anket verilerine göre siber zorbalık, siber mağduriyet ve bazı değişkenlere bakıldığında % 18,6' sı siber mağduriyet yaşadığını, % 11,6' sı siber zorbalık yaptığı görülmüştür. Sınıf

düzeyinde bakıldığında ise aynı araştırma da 6 ve 7. sınıftaki öğrencilerin 8.sınıftakilere göre daha az siber zorbalık yaptığı görülmüştür.

Sosyal medya kullanım süresi, sıklığı, ne kadar zaman harcadıkları, en fazla kullandıkları sitelerinin öğrencilerinin sosyal medya tutumlarını etkisini araştırmak için sosyal medya tutum ölçeği kullanılmıştır. Sonucuna göre sosyal medya tutumlarının sayılan değişikliklerle ilişkisinde anlamlı farklılık bulunmuştur (Otrar ve Arın, 2014).

Ortaöğretim öğrencilerinin siber zorbalık mağduriyetinin ve siber zorba davranışlarına bakış açılarını araştırmak üzere yapılan incelemede yalnız kaldıklarında, canları sıkıldığında, kin tuttuğu için siber zorbalık yaptıkları tespit edildi. Siber zorbalığı güzel zaman geçirmek, kendilerini iyi hissetmek için yaptıkları bulunmuştur. Siber mağdur olanlar ise kendilerine yapılan bu davranışı kabul etmedikleri için yapan kişiye karşı kızgınlık, intikam duygularını yoğun olarak yaşadıkları görülmüştür (Yaman ve Peker, 2012).

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırma da lise öğrencilerinin sanal zorbalık yaptığını, üniversite öğrencilerine göre daha az mağdur oldukları tespit edilmiştir. Araştırmanın bir diğer sonucu ise siber zorbalığın %12'i, siber mağdur oranının % 11.7, hem siber zorba hem de mağdur ise % 6 olarak bulunmuştur (Kocaşahan, 2012).

Andreassen ve diğerleri (2012) Bergen Facebook Bağımlılık Ölçeği geliştirmişlerdi. Ölçeği geliştirmek için 423 öğrencinin ankete katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin alt maddeleri sorumluluk, dışadönüklük ve facebook bağımlılığı araştırılmıştır. Facebook bağımlılığı ile sorumluluk arasında negatif, facebook bağımlılığı ve dışadönüklük arasında pozitif bir ilişki görülmüştür.

Horzum ve Ayas (2012) Ortaöğretim öğrencilerinin siber zorbalık ve siber mağdur olma durumları incelendiğinde, % 18,6' sını siber mağduru, %11,6' sını siber zorba olduğu araştırma bulgularında görülmüştür. 6 ve 7. sınıflar 8. sınıflara oranla siber zorbalık az görülmekte, 6. sınıfın diğer sınıflara oranla genellikle mağdur oldukları tespit edilmiştir. Siber zorbalık yaptıkları ortam incelendiğinde ise msn ve chat odalarında daha fazla siber zorbalık yapıldığı ve mağduriyetin daha fazla olduğu görülmektedir.

Serin (2012) İlköğretim üzerinde yapılan araştırma da, zorbalık ve mağdurluk konusu ele alınmıştır. İdarecilerin, öğretmenlerin ise ne kadar önlem aldıkları ve siber zorba kavramını bilip bilmedikleri incelenmiştir. Öğrencilerin % 12' si Siber zorbalığa maruz kaldıklarını, % 5' in ise hem siber zorba mağduru hem de siber zorba davranışında buldukları görülmüştür. İdarecilerin % 52' si ve öğretmenlerin % 65' inin siber zorbalığı önleyici çalışma başlatmadıklarını, idarecilerin % 53' ü öğretmenlerin % 47' sinin Siber zorbalık kavramını duyduklarını dile getirmişlerdir.

Siber zorbalığı açıklayan etmenler akademik başarıyı nasıl ele aldıkları, empatiye ne kadar yatkın oldukları, cinsiyet değişkenleridir. Siber zorbalık mağduriyeti açıklayan etmenler ise internet kullanım süresi, empatiye yatkınlık olarak bulunmuştur. Siber zorbalık mağduriyetini ele aldığımızda algılanana akademik başarı ve cinsiyet mağduriyeti açıklamamaktadır (Peker, Ada ve Eroğlu, 2012) .

Alican ve Saban (2013) ortaokul ve lise öğrencileri üzerinde yapılan çalışma da 353 öğrenciye Facebook Tutum Ölçeği uygulanmıştır. Çevrimiçi ağlara karşı tutumlarının farklılaşp farklılaşmadığına bakılmıştır. Çevrimiçi ağlara karşı tutumları incelendiğinde bir farklılık görülmediği, kızlar ve erkeklerin tutumlarının değiştiği görülmektedir. Sosyal medyaya bakış açılarının erkek öğrencilerinin daha olumlu olduğu görülmektedir.

Monks, Robinson ve Worlidge (2012) çalışmasında da 7-11 yaş aralığındaki öğrencilerin siber zorbalık ve siber mağduriyet oranlarına bakıldığında, % 21' in siber mağdur olduğu % 5' in ise siber zorbalık davranışlarını yaptığı tespit edilmiştir. Siber mağduriyet yaşayan öğrencilerin yaşadıkları duygular gözlemlendiğinde ise korku, endişe ve utanma duydukları görülmektedir.

Tanrikulu, Kınay ve Arıcak (2013) Ortaokul öğrencileri üzerinde yapılan araştırma da ise siber zorbalığı azaltmak adına gerçeklik terapisinden geliştirilmiş olan müdahale programı hazırlanmıştır. Müdahale programında siber zorbalık davranışlarında değişim gözlemek. Araştırma da deney grubu ve kontrol grubu oluşturulmuştur. Sonucunda ise siber zorba davranışlarında azalmalar görülmektedir. Müdahale programından çıkarılan sonuç ise sürekli çalışma, öfke duymak ve saldırganlık siber zorbalığı olumlu yönde etkilemektedir. Fakat benlik

saygısı, empatik eğilime sahip olmak bireyin siber zorbalık davranışını olumsuz etkilemektedir.

Aydoğan, Dilmaç ve Deniz (2009) İlköğretim öğrencileriyle yürütülen çalışmada %32.6'sı hayatlarında en az bir siber mağdur olduklarını, %22.5'i birden fazla siber zorbalık eylemi gerçekleştirdikleri bulunmuştur.

Ayas (2011) Lise öğrencileri üzerinden yaptığı çalışmada katılım sağlayan öğrencilerin %17.4' ü siber mağdur olduklarını, %15.5'i ise siber zorba davranışında bulunduğunu belirtmiştir

Stys (2004) çalışmasında ise sosyoekonomik düzeyin siber zorbalıkla bağlantılı olduğu görülmüştür. Sosyoekonomik düzey kişinin sosyal medya kullanımını etkilemektedir. Bu durum siber zorbalık davranışını ve siber zorbalığa uğrama durumunu da etkilemektedir.

Arıca ve diğerleri (2008) Ergen öğrencilerin 269 üzerinde yapılan çalışmada siber zorbalık yapma davranışlarının nedenleri araştırılmıştır. Bu çalışmada ergenlerin kişilere kendini ifade edemedikleri durumları kendi kişisel bilgilerini saklayıp yapma eğilimi göstermektedir.

Teo (2010) Ortaokul 12-19 yaş arası öğrencilerinin 520'si üzerinde yapılan çalışmada siber zorbalığı ne gibi durumların etkilediğini araştırılmaktadır. Saldırganlık düzeylerine bakıldığında siber zorbalığı etkilediği görülmektedir. Erkek öğrenciler kızlara oranla daha fazla saldırganlık ve siber zorbalık davranışı göstermektedir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre anne baba çocuğuyla iletişimini daha fazla geliştirmeli, duygularını kontrol edebilmeyi ve doğru ifadelendirmeyi öğrenmelerinde yardımcı olmaları gerekmektedir.

Çivilidağ ve Cooper (2013) Ergen öğrencilerin 310 kişi üzerinde yapılan çalışmada siber zorbalık ve öfke düzeyleri üzerine araştırma yapmışlardır. Bu ergenlerin okul türleri farklılık göstermektedir. Anadolu Lisesi ve Genel Lise öğrencilerinin siber zorbalık davranışlarının farklılık gösterdiği görülmüştür. Anadolu lise öğrencilerinin daha fazla siber zorba davranışlar gösterdiği görülmüştür.

Arıca (2009) yaptığı çalışmada örneklem olarak aldığı öğrencilerin %20'sinin internet ortamda zorbalık yaptığını çalışmalarında bulmuştur. Başka bir çalışma da ise bu çalışmayı desteklemektedir. Dilmaç (2009) yaptığı çalışmada

örneklem olarak aldığı üniversite öğrencilerinin %23' ünün sanal ortamda zorbalık yaptığını bulmuştur (Peker, Ada ve Eroğlu, 2012).

Dilmaç, Deniz ve Aydoğan (2009) yaptıkları araştırmaya verilen cevaplara göre %77,5 oranında siber zorbalık yapmadıklarını %22,5' inin birden fazla sanal ortamda zorbalık yaptığını, %67,4' ünün siber zorbalığa uğramadıklarını belirtmiştir.

Erdur-Baker ve Kavşut (2007) Erkek öğrenciler siber zorbalık yapma oranları ve siber mağdur olmalarıyla kız öğrencilere kıyasla daha fazladır.

Arıcak (2009) Amerika ve Kanada gibi interneti yoğun olarak kullanan ülkeler arasında siber zorbalık büyük bir problem haline gelmektedir (Arıcak, 2009).

Shariff ve Hoff (2007) İnternet düzenli olarak; 12-18 yaşlarındaki kızların% 74'ü sohberte daha fazla zaman harcadıklarını belirtmiştir. Benzer araştırma da ankete katılanların 177 ortaokul öğrencisinin % 23'ünün e-posta yolu ile % 41 cep telefonu metin mesajlaşma ile % 32 bilinen okul arkadaşları tarafından, % 11'i okul dışındakilerin % 16'sı hem tanıdığı hem de tanımadığı kişilerce birden fazla kaynaktan zorladığını açıkladı.

Cook, Williams, Guerra, Kim ve Sadek (2010) İlkokul 5 ve 8. sınıf üzerinde yapılan araştırma da siber zorbalık oranı 5. sınıflar da % 5 8.sınıfların %13 artış gösterdiği bulunmuştur.

Eroğlu ve Peker (2012) Sosyal desteğin siber mağduriyete etkisini araştırdığında aile desteğin siber mağduriyeti negatif yönde arkadaşlardan alınan desteğin de negatif yönde destekledi yönündedir.

Gençlerin çevresini genişletmek, ona yapılan yanlış davranışın öcünü almak, eğlence olsun diye siber zorbalık yapabileceği belirtilmektedir. Siber zorbalığa devam ettiren sebepler arasında ise kendisini siber zorbalık yaparken iyi hissetmesi, çevresini geliştirmek ve iyi zaman geçirmek olduğu yönündedir (Yaman, 2012).

Riskli sayılabilecek internet ortamındaki davranışlar siber zorbalığa yönelmeyi kolaylaştıran nedenler arasındadır (Eroğlu ve Güler, 2015). Gençlerin çevresinden göremediği ilgi ihtiyacını siber zorbalık yaparak gidermeye çalışır (Dilmaç, 2009).

Çevresinde güçsüz olan bireylerin sanal ortamda kendisini gizleyerek insanlara zorbalık yapabilmektedir. Bu durum siber zorbaları güçlendirmektedir. Geleneksel

zorbalığa maruz kalan bireyler, sosyal çevresi olmayan ve zorbalığa uğradığı halde fiziksel şekilde cesareti olmayan bireylerin tarafından gerçekleştirilmektedir (Hinduja ve Patchin, 2008).

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte sosyal hayat internet ortamına taşınmıştır. İletişimin sanal ortamda gerçekleşmesiyle birlikte problemlerde internet ortamında çözülmeye çalışılmaktadır. Ergenler arasında kendini üstün göstermek, arkadaş ortamında ilgi görmek için kullandıkları görülmektedir (Özdemir, 2015).

2.2. SUÇLULUK VE UTANÇ DUYGULARI

Suçluluk ve utanç yaşanan içsel bir süreçten meydana gelir. İnsanlarla ilişkilerimizi ve davranışlarımızı yönlendiren kısımdır (Yaşa, 2012). Bu duyguların oluşumdan kişinin yaşadığı başarısızlıklar ve bireyin sınırlarının aşılmasıyla oluşan olumlu olmayan duygulardır. Birey bu gibi durumlarla karşılaştığında kendisine yönelir. Eğer benliğe yöneldiyse utanç, yaptığı davranışlara yöneldiyse suçluluk duygusunu hisseder. Duyguları fark etmek onu diğer duygulardan ayırabilmek zordur. Suçluluk ve utançla beraber yaşanan duyguların birbirine benziyor olması zorlaştırmaktadır (Cirinlioğlu ve Güvenç, 2011).

Lewis suçluluk ve utanç kavramlarını tanımlarken utancın toplumun kabul etmediği durumlarda yaşanan olumsuzluğu benliğine aktarması, suçluluğun ise yaşanan olumsuzluğun benlik tarafından olumsuz algılanmasıyla oluştuğunu aktarmıştır (Akt: Öz, 2014).

Utanç duygusu toplumun kurallarını çiğneğinde kendini aptal durumuna düşmüş gibi hisseder. Suçluluk ise yasalarla, toplum ve din tarafından belli kuralların konulduğu, sınırların çizildiği durumları aştığı vakit oluşan pişmanlık duygusudur (Budak, 2000).

Suçluluk ve utanç duyguları geçmişte birlikte yorumlanmaktaydı. İki duygunun oluşumunda da yaşanan olaylar benzer olmaktadır. Başarısızlıkta veya yasakları çiğnemek ile ortaya çıkan duygulardır (Tangney, 1995).

Tangney ve Fischer utanç duygusunu bireyin yaşadığı olumsuz değerlendirmeyi kendine zarar verecek biçimde değerlendirmesidir. Suçluluk duygusu ise bireyin

yaşana olayda kendini o olayın yaşanmasında önemli bir etken olarak görüyorsa bu durumda suçluluk duygusu ortaya çıkmaktadır (Balkaya, 2001)

Silfver (2007) suçluluk ve utanç ile ilgili araştırmasında farklı düşünceler ortaya atılmıştır. Genel yoruma baktığımızda suçluluk duygusunun bireyin davranışlarıyla oluşmasıdır, utanç duygusu ise benliğiyle ilgili yorumuyla oluşmaktadır. Örnek verilecek olursa birey kötü bir şey yaptığı zaman kötü bir şey üzerinde durursa suçluluk, ben kötü bir şey yaptım düşüncesi üzerinde durursa utanç duygusunu yaşamış olur (Silfver, 2007).

Suçluluk duygusuyla başa çıkmak utanç duygusuyla başa çıkmaktan daha kolaydır. Suçluluk duygusunun geçmesi için bazen bir özür dilemek iyi gelirken utanç için bu durum bu kadar kolay değildir. Utanç duygusu bireyin kendine yönelttiği eleştiri olduğundan dolayı üstesinden gelmek daha zordur (Wilson, 2001).

Suçluluk ve utanç duygularının ortaya çıkış şeklinde belli davranışlardan anlayabiliriz. Kişinin yalnız kalma isteği, insanlardan uzaklaşması gibi durumlar kişinin kendini cezalandırmasıyla birlikte oluşan davranışlardır. Kişi utanç duygusunu bu denli yoğun yaşarken çevresindeki insanlara saldırma eğilimi gösterir (Tangney, 1995).

Tangnet ve Salovey ise Suçluluk duygusu utanç duygusu gibi sorunu kendine yöneltmediği için davranışlarında düzeltmeye giderek bu davranışını değiştirmeye yönelir (Yaşa, 2012).

2.2.1. Kavram Olarak Suçluluk ve Utanç

Yalım (1998) yakın ve karşıt anlamlar sözlüğünde utanç kavramını mahcubiyet, sıkılma, ayıp, utanma gibi kavramlarla açıklamaktadır (Yalım, 1998). Utanç kişinin kendisini hatalı olarak değerlendirdiğinde, komik duruma düşme korkusundan dolayı davranışlarında sınırlı davranma durumudur. Aslında utanç kişinin olumsuz bir duruma karşılaşılabilecek davranışlarında kısıtlama nedeniyle sistemli ve ölçülü ilerlemesini sağlar (Türegün, 2017).

Miller, utanç duygusu kişinin içsel sürecinden kaynaklanmaktadır. Birey sosyal hayatta insanların gözünde nasıl görüldüğünün, kendini ağır şekilde eleştirmenin sonucu olarak ağır acılar hissetmesine sebep olan içsel bir süreci yaşamasıdır (Akt: Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011).

Freud, utanç kavramını cinsellik ve saldırganlık dürtüleriyle açıklamaktadır. Dürtülerin içsel istekleri sınırlamasıyla oluşan sıkıntı verici durumu yüzünden oluşan cinsel dürtüleri bastırmak kullandığı karşıt tepkidir (Tangney ve Dearing, 2003).

Erikson, utanç duygusu çocuğun başarması gereken tuvalet eğitimini kazanması, kişisel bakımlarını yapabilmesi gibi görevlere egonun verdiği tepkiye denir. Utanç duygusu suçluluk duygusundan önce gelen bir duygudur (Akt: Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011). Suçluluk kavramı Misalli Büyük Türkçe Sözlüğünde birey hata yaptığını fark etmesiyle birlikte oluşan kendini suçlu bulma durumu olarak tanımlanmaktadır (Türegün, 2017).

Solomon (2007) bu tanımlamaların da ilerisine giderek suç kavramını il-ki boyutta değerlendirmektedir. Bunlar ise yasal ve ahlaki suçlardır. Bu tanımlardan ahlaki suç, sosyal hayatta bireyin başkasına istemeden ya da isteyerek zarar vermesidir. Yasal suç ise mahkeme süreçleriyle alakalıdır.

Erikson'a göre suçluluk utanç duygusunu sınırlandıran bir özelliğe sahip duygudur (Akt: Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011).Suçluluk sosyal kurallar çerçevesinde kabul görmemiş bir davranışın yapılmasıyla birlikte, yapılan eleştiri sonucu kendini acı şekilde eleştirmesiyle oluşan bir duygudur. Utanç duygusu ise kendine yönelttiği eleştiri durumlarından oluşan suçluluktan daha acı verici bir duygudur (Kalyoncu ve diğerleri, 2002).

Suçluluk ve Utanç Duygularının Benzerlikleri ve Farklılıkları

Her duygunun çok yaşandığında kişiye zarar verebildiği gibi bu duyguların yoğun yaşanması da kişiyi olumsuz etkilemektedir.

Suçluluk ve Utanç Duygularının Benzerlikleri

1-Ahlaki duygular olarak sınıflandırdığımız duygular içinde yer almaktadır (Kula, 2012).

2-Zarar verme ve kişisel başarısızlıkta ortaya çıkan olumsuz diye nitelendirilen duygulardır (Tangney, 1995).

3-Duyguların ortaya çıkışında yaşanan durumlar benzerlik göstermektedir (Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011).

2.2.2.Suçluluk ve Utanç Duygularının Cinsiyetle İlişkisi

Yapılan bir araştırma da farklı yaş gruplarından alınan 3000 katılımcıyla suçluluk ve utanç duyguları incelenmiştir. Bu araştırma sonucunda kadınların erkeklere oranla daha fazla suçluluk ve utanç duyguları yaşadıkları görülmektedir. Yaş durumlarına bakıldığında ise kadınlar erkeklere göre her yaş grubunda daha fazla suçluluk ve utanç duygularını yaşamaktadır (Tangney ve Dearing, 2003).

Lutwak ve Ferrari (1996) ise Tangney ve Dearing araştırmasını destekler niteliktedir. Araştırma sonuçları da aynı bulguları göstermektedir. Kadın ve erkeğin suçluluk ve utanç durumlarına bakıldığında kadınların suçluluk ve utanç duygularını erkeklere göre daha çok dile getirdikleri görülmektedir (Akt: Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011).

Hermans(1999) görüşüne göre suçluluk ve utanç duygularının temelinde kültürün etkisi olduğu düşünülmektedir. Bu yüzden de utanç dış etkenlerin dışında da ahlaki kurallardan etkilenmektedir. Hermans' e göre suçlulukta iç kontrol etkiliyken, utançta dış kontroller etkili olmaktadır (Akt: Kula, 2012).

Adler' e göre ise aşağılık duygusunun belli nedenler suçluluk duygusuna sebep olmaktadır (Akt:Songar, 1980).

1-Anadan doğma kusurlar

2-Maddi ve manevi yoksunluk

3-Sosyal hayattaki başarısızlık

4-Mali ve mesleğe ait başarısızlık

5-Azınlık olma veya gurbette bulunma

Lombroso göre bu duyguların doğuştan itibaren geldiğini savunur. Bu duygunun sadece insana atfedilmenin doğru olmadığını hayvanda ve bitkide suçluluk duygusunun olduğunu savunur. Freud'a göre dürtülerin yanlış karşılanması ise suçluluk duyguları yaşamasına neden olmaktadır (Kula, 2012).

2.2.3. Suçluluk- Utanç Duygularıyla İlgili Araştırmalar

Suçluluk ve utanç ile ilgili yapılan araştırmada alkol bağımlılığıyla ilişkisi araştırılmıştır. Örneklem için hastanede yatarak tedavi edilen 102 hasta alkol bağımlısı ve kontrol grubuyla birlikte araştırılmıştır.

Alkol bağımlısı olanların suçluluk ve utanç duygularının kontrol grubunda yaşanan suçluluk ve utanç duygusundan daha fazla ve ağır şekilde yaşadıkları görülmüştür (Kalyoncu ve diğerleri, 2002).

Suçluluk ve utancın ne durumlarda yaşandığını inceleyen Tangney ve arkadaşları (1996) üniversite öğrenci üzerinden yürüttükleri çalışmada utanç duygusunun ortaya çıkışında insanların gözü önünde olmayabilir. Birey yalnızken de utanç duygusu yaşayabilir. Suçluluk ve utanç duygusunun olay bağlantıları birbiriyle bağlantılı şekilde görülmektedir. Utanç duygusunun ortaya çıkışında başkaları tarafından izlenme hissi ağır basar ve suçluluktan daha acı verici hissiyat oluşturur (Tangney, Miller ve Flicker, 1996).

Üniversite öğrencileri tarafından yapılan başka benzer bir araştırma da utanç duygusunun temelinden başkasına duygusal anlamda zarar verme, kendini hayal kırıklığına uğratmak gibi durumlar yer almaktadır. Suçluluk duygusunda ise sınavdayken kopya çekmek, başarısızlığı tatmak gibi durumlar suçluluk duygusunun temelinde yer almaktadır. Bir diğer çalışmada ise 263 öğrenci üzerinden yürütülmüştür. Suçluluk ve utanç duygusunun farklı iletişim durumlarına dayanan ayrı duygular olduğu görülmüştür (Keltner ve Buswell, 1997).

Kadın erkek iş grubunda suçluluk ve utanç duyguları belirledikleri yöntemler ile araştırılmıştır. Araştırma da suçluluk ve utanç duygularının birbirlerini etkilenmedikleri ve aralarında ilişki olmadığı görülmüştür. Suçluluk ve utanç duygularının cinsiyete göre farklılık gösterdiği görülmüştür. Suçluluk duygusunun erkeklerde yoğun görüldüğü, kadınlarda ise utanç duygusunun çok yaşandığı görülmektedir (Sağır , Sırğı ve Tabak , 2010).

Suçluluk ve utanç duygusu ahlaki yönden analiz edilmiştir. Bu duygularının olumlu ve olumsuz durumları incelenmiştir. Duyguları açıklamakta zorlanıldığı için kültürlerin duygulara yükledikleri anlamlarla incelenmiştir. Suçluluk ve utanç duygularının yorumlanırken amacından çıkıldığı görülmüştür. Çocuk yetiştirmede bu duyguların kontrol altında tutularak kullanımının öğretilmesi gerektiği söylenmiştir (Wilson, 2001).

Suçluluk ve utanç duygularını araştırmak için 104 yetişkin Avrupalı ve Amerikalı üzerinde araştırma yapılmıştır. Bu duyguların bireyden bireye değişiklikleri incelenmiştir. Cinsiyet değişkenlerine bakıldığında kadın ve erkeğin suçluluk ve utanç duygularının çok yoğun yaşandığını fakat kadınların utanç erkeklerin ise suçluluk duygusunu yoğun hissettikleri görülmüştür (Benetti-McQuoid ve Bursik, 2005).

Kurum bakımına muhtaç 13-17 yaşları arasındaki çocukların suçluluk duyguları, benlik durumları, umutsuzluk düzeyleri incelenmiştir. Kurumda yaşayan ve aile yanında yaşayan çocuklar üzerindeki bu araştırma sonunda suçluluk duygularının anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür (Turan, 2003).

Güleç (2005) araştırmada ise öfke, suçluluk gibi değerlerin depresyondaki durumunu incelemek için araştırılmıştır. Depresyon belirtilerine bakıldığında, depresyon belirtileri yüksek olan kişilerde utanç duygusu görülmektedir. Suçluluk duygusuna baktığımızda anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Ailelerin çocuk yetiştirmedeki tarzlarıyla birlikte, suçluluk, utanç, benlik düzenleme süreçleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışma da benlik Anketi, Düzenleme Odağı, Suçluluk-Utanç ve Anne Baba tutum ölçekleri uygulanmıştır. Çocuk yetiştirme tarzlarından olan demokratik ve otoriter tutumlarda suçluluk ve utanç farklılık göstermektedir. Suçluluk duygusunu geliştirme de otoriter çocuk yetiştirme tarzı etkiliyken, utanç

duygusunun gelişiminde ise demokratik çocuk yetiştirme tutumu etkili olduğu görülmüştür (Şahin, 2007).

Suçluluk ve utanç duygularını bedensel durumlarla, mimiklerle, ipuçlarıyla fark etmek açısından yapılan araştırmada bu ipuçlarıyla bireyin, kişiliği, insanlar arasındaki farklılıkları, psikopatolojisini belirlemeye çalışılmıştır. Bu çalışma da 3 ayrı şekilde incelemeler yapılmıştır. Birinci çalışma aşamasında üniversite öğrencilerine suçluluk ve utanç, durumluk suçluluk ve utanç, moral duygulanım ve Beck depresyon ölçeği uygulanmıştır. İkinci aşamada suçluluk ve utanç duygusunu fark etmeye yarayan sözsüz ifadelerle bakılmıştır. Üniversite öğrenci üzerinden yürütülen bu çalışma da öğrencilere beş TAT kartı ve bu kartın uyarlanması için kullanılan ölçekler uygulanmıştır. Bu araştırma da suçluluk ve utanç duygularının belirlenmesi açısından önemli bulgular elde edilmiştir (Motan, 2007).

Sığınma evlerinde yaşayan şiddete uğramış kişilerin TSSB incelenmiştir. Olay etkisi, travmaya bağlı suçluluk, Kaygı duyarlılığı ölçekleri uygulanmış ve aralarındaki anlamlı farklılıklar incelenmiştir. Bu uygulanan ölçekler arasında anlamlı düzeyde farklılaşma görülmüştür (Damka, 2009).

Üçüncü ve beşinci sınıf öğrencilerin temel duygulardan olan suçluluk, utanç, öfke, mutluluk duygularıyla birlikte kendilik bilinci duygularını sergileme durumları incelenmiştir. Demokrafik bilgilerden de yararlandığı bu çalışmada suçluluk ve utanç duygu değerlerinin cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey açısından farklılık gösterdiği görülmüştür. Duygularını ifade etme konusunda erkek öğrencilerin yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip ise ifadelendirmek de düşük sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilere göre daha iyi oldukları görülmüştür. Kız öğrenciler de ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Okur, 2010).

Depresyon belirtileri, suçluluk, utanç duyguları, olayları yükleme biçimleri durumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan incelemeler sonucunda suçluluk, utanç duygularına yatkın oluştun depresyon belirtilerini ortaya çıkardığı görülmüştür ve bu durum belirtilerin ortaya çıkmasında temel sebeplerden biri olarak görülmektedir (İnandılar-Topaç, 2010).

Şizofren ve kronik böbrek yetmezliği yaşayan kişilerin bakımıyla ilgilenen aile üyelerinin yaşadıkları suçluluk, utanç duyguları incelenmiştir. Araştırmada şizofren kişilerin bakımını yapan aile üyelerinin daha fazla suçluluk ve utanç yaşadığı

görülmüştür. Hastalığın uzun süreçler yaşamasıyla birlikte bu duygularda da azalmalar olmuştur (Ceylan, 2007).

Türe ve Taşkın (2011) üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada suçluluk, utanç duygusunun sosyal fobi ve kaçınma durumuyla ilişkisi incelenmiştir. Kaçınma durumunun utanç ile sosyal fobinin ise suçluluk duygusu üzerinde anlamlı bir ilişkisi bulunmuştur.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırma cinsiyet değişkeni ve bağlanma stilleri ile suçluluk, utanç duyguları arasındaki ilişki incelenmiştir. Utanç duygusu kız öğrencilerde daha belirgin görülmektedir. Bağlanma stillerinden olan güvenli bağlanma utanç duygusuyla ilişki olduğu, kayıtsız bağlanmanın ise her ikisiyle ilişkili olduğu görülmektedir (Akbağ ve Erden-İmamoğlu, 2010).

Deniz (2006) araştırma da çocuk istismarındaki yaşananlar, bağlanma stilleri, suçluluk ve utanç ilişkileri araştırılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre utanç duygusuyla korkulu bağlanma ile anlamlı şekilde ilişki olduğu görülmüştür. Güvenli bağlanmanın utanç duygusuyla negatif yönde bir ilişki saptanmıştır.

Üniversite öğrencileriyle birlikte yürütülen araştırma da olumsuz duyguların sıralanması yapılmıştır. Bu sıralamada olumsuz duygulardan utanç ilk sıralarda yerini göstermiştir. Utanç ve suçluluk duygularının nerelerde yaşandığını araştıran araştırmacılar, utancın arkadaş ortamı, kalabalık yerlerde ve aile ortamında yaşandığını, suçluluk duygusunun da yine arkadaş çevresi ve yalnızken ortaya çıkmaktadır (Özbayrak, 2006).

Suçluluk ve utancı araştırmacılar ahlaki yönden incelemiştirlerdir. Suçluluk duygusunun vicdanla bir ilişkisi olduğu araştırmalarla desteklenmiştir. Utanç duygusunun ise yetersizlik hissetme veya bir olayı herkesin duyması gibi durumlarla bağlantılı olduğu görülmüştür. Araştırmanın bu sonuçlarına göre suçluluk daha çok ahlaki durumlarla ilişkiliyken utanç duygusu ahlaki durumlar ve ahlaki olmayan durumlarla ilişkisi görülmektedir. Bundan dolayı utanç kişinin benliğine yönelttiği ağır eleştiriler kişiye daha fazla zarar vermektedir (Smith, Webster, Parrott ve Eyre, 2002).

Kültür farklılıklarının suçluluk ve utanç duygusu araştırılmak istendiğinde İspanyol ve Hollandalı kişilerden yararlanılmıştır. Yaş durumlarının da dikkate alındığı bu çalışmada dört yaş grubu belirlemiştir. Utanç duygusunu benliğine aksettiren

bireylerin Hollandalı olduğu, kendine yönlendirenlerin ise İspanyol katılımcılar olduğu görölmektedir. Olaylardan kaçma ve olumsuz duygular hissetme durumlarından en çok etkilenen kişiler İspanyollardır (Rodriguez Mosquera, Manstead ve Fischer, 2000).

Bu araştırmada ise Japon ve Amerikalı bireylerden destek alınmıştır. Kùltürler arası benzer duygulara ve farklı duygular araştırmalarla desteklenmiştir. Suçluluk duygusuna baktığımızda kùltürler arasında anlamlı bir farklılık görölmemiştir. Utanç duygusunun ise Japonlarda daha fazla yaşandığını, Japonlar için acı çekmek durumu olarak kabul edildiği görölmüştür (Furukawa, 2005).

Hintli ve İtalyan kùltürlerinde araştırma yapıldığında ise utanç suçluluk duygusuna göre akılda kalıcı etkisi daha yüksektir. Utanç duygusunu yaşayan kişilerin çaresiz hissetmeleri ve kendilerini güçsüz olarak değerlendirmesine yol açmaktadır ve dışa dönük değerlendirilmesinden ötürü kontrol etme durumu daha az görölmektedir. Suçluluk duygusunu yaşayan kişilerin ise yaşadıkları problemle olumlu başa çıkma davranışı gelişmektedir. Kùltürel anlamda bakıldığında ise İtalyanlar da suçluluk duygusu yaşama oran daha yüksekken, Hintliler için utanç duygusunu yaşamak daha fazladır (Anolli ve Pascucci, 2005).

Üniversite öğrencileri üzerinden yürütölen çalışma da utanç duygusunu belirlemek açasından dört kategori belirlenip araştırılmıştır. Utanç duygusunda kişinin benliğine yaptığı ağır eleştirilerden ötürü bireye bu duygunun zararları daha ağırdır. Kendilerine yaptıkları bu ağır eleştirilerden dolayı yetersiz ve değersiz hissetmektedirler (Abbasi, 2008).

Ergenlik döneminde yaşanan düşmanlık duygusuyla birlikte utanç ilişkisi araştırılmıştır. Araştırmada lisenin ilk yıllarında yaşanan utanç duygusunun daha sonra düşmanlık duygusuna dönüştüğü görölmüştür. Düşmanlık duygusunun yordayıcısı utanç duygusu olduğu anlaşılmıştır (Heaven, Ciarrochi ve Leeson, 2009).

Başka bir araştırmada ise suçluluk duygusunun ergenlikle beraber yaşlılığa kadar arttığını, utanç duygusu ise ergenlikten yetişkinliğe kadar arttığı araştırmalarla desteklenmektedir (Orth, Robins ve Soto, 2010).

Üniversite öğrencileri üzerinden yürütölen çalışmada düşmanlık besleme ile suçluluk, utanç duygularının arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı araştırılmış,

utanç duygusunun düşmanlıkla ilişkisinin anlamlı derece olduğu görülmüştür. Yaşanan suçluluk duygusunun ise düşmanlıkla ilişkisi olmadığı bulunmuştur (Tangney, Wagner, Fletcher ve Gramzow, 1992).

Benlik uyumsuzlukları ve suçluluk ile utanç arasındaki ilişki incelenmiştir. Benlik uyumsuzluğu alt kategorileriyle utanç duygusunun anlamlı pozitif düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür (Tagney, Niedenthal, Covert ve Barlow, 1998).

Üniversite öğrencileri üzerinden yürütülen çalışma da deney grubu oluşturulmuştur. Gruplara görevler vermişlerdir ve bu görevleri yapmaları istenmiştir. Eğer sonuç başarısız çıktıysa çaba gösterip göstermediklerine bakılmıştır. Yeterlilik kavramıyla birlikte incelenen bu araştırmada çapa sarf eden kişilerin utanç duygu seviyesi düşük, çaba sarf etmeyen kişilerin ise utanç duygu seviyesi yüksek çıkmıştır (Zander, Fuller ve Armstrong, 1972).

2.3. ÖZNEL MUTLULUK

Mutluluk kavramı literatür incelenmesinde belli kavramlara eş düşmektedir. Öznel iyi oluş ve yaşam doyumunu bu kavramlardan bazılarıdır. Öznel mutluluk kişinin yaşamından aldığı doyumun fazla olması yaşamını pozitif değerlendirmesini içerir (Diener, 1984). Öznel mutluluğun belli alt basamakları vardır. Bunlar; yaşam alanlarında doyum, olumlu duygular, olumsuz duygulardır. Olumsuz duygular içerisinde suçluluk ve utanç, olumlu duygular da neşe, sevinç yaşam doyumunda ise evlilik ve iş hayatı olmaktadır (Diener, Scollon, Oishi, Dzokoto ve Suh, 2000).

Mutluluk kavramını psikolojide öznel mutluluk veya öznel iyi oluş kavramlarıyla ifade edilir (Eryılmaz, 2011). İyilik hayatını dengeli ve sağlıklı bir şekilde geçirmesiyle alakalıyken, öznel iyi oluş hayattan aldığı doyumla ilgilidir (Dost, 2004).

Mutluluk kavramı geçmişte de olduğu gibi bugünde ilgi görmektedir. Günümüzde araştırmalarda artış olmasını sağlayan ekol ise pozitif psikolojidir (Lyubomirsky, 2001).

Araştırmalar gösteriyor ki mutluluk kavramı bireyin iyi sosyal hayatı olması, kendini sağlıklı hissetmesi, iş hayatında başarılı olması gibi durumlarla bağlantılı olduğu görülmüştür (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010).

Smith (1999) Öznel iyi oluş kavramının 4 bileşenden olduğunu dile getirmektedir. Bunlar; hoş duygulanım, hoş olmayan duygulanım, yaşam doyumu ve yaşam alanlarıdır.

Hoş duygulanım: sevinç, mutluluk, gurur, coşku gibi duygulardır.

Hoş olmayan duygulanım: üzüntü, suçluluk, utanç, depresyon, stres gibi olumsuz duygulardır.

Yaşam doyumu: Yaşam içindeki alınan doyumu ifade eder. Şimdiki geçmişten veya gelecekte alınan doyumdur.

Yaşam alanları: bireyin çevresinde bulunan iş, sağlık durumu, ailesi, maddi durumu, arkadaş çevresi ve kendisinden oluşmaktadır. Öznel iyi oluş bireyin olumlu olumsuz duygularını ve hayattan aldığı doyumla bağlantılıdır. Depresyon, kaygı gibi durumlar kişinin hoş olmayan duygulanımıyla ilgilidir. Sevinç, mutluluk durumu ise kişinin hoş duygulanımıyla ilgilidir. Hayattan alınan doyum ise şimdiki zaman, geçmiş ve gelecekteki aldığımızın doyumun yaşam doyumuyla ilgilidir (Yetim, 2001).

Yapılan tanımlar incelendiğinde öznel iyi oluş, olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam doyumu bileşenlerinden oluşmaktadır. Öznel iyi oluş yüksek çıktığında şu yorumu yapabiliriz. Olumlu duygulanım, olumsuz duygulanımdan daha yüksektir. Bu durumda kişinin yaşamda aldığı doyumun fazla olduğunu gösterir. İki öge öznel iyi oluşla ilgili bize bilgi vermektedir. Kişinin hoş olan duygulanımıyla, hayattan aldığı doyuma karşı yargısının toplamı kişinin yaşam doyumunu vermektedir (Dost, 2005).

2.3.1. Öznel İyi Oluşu Etkileyen Faktörler

2.3.1.1. Kişilik

Kişilik doğuştan getirilen ve yaşantıyla kazanılan özellikler olarak tanımlanır (Doğan, 2013). Öznel iyi oluş araştırmalarına baktığımızda öznel iyi oluşu etkileyen en güçlü faktör bireyin kişiliğidir. Kişilere yaşamdan aldıkları doyum

sorulduğunda olumlu olarak nitelendiren bireylerin yıllar geçse bile olumlu olarak nitelendirmeye devam etmektedir. Bu durum insanların kişiliğiyle ilgilidir (Dost, 2004).

Çalışmalarda öznel iyi oluşu belirlemek için kişilik özelliklerden beş faktör kişilik modeli kullanılmıştır. Beş faktör kişilik modelinin alt boyutlarına bakıldığında öznel mutluluğun bazı alt boyutlarıyla bağlantılı olduğu görülmektedir. İlişki bulunulan bu alt boyutlar dışadönüklük ve nevrotik olduğu görülmektedir. Bu alt boyutlar öznel iyi oluşu belirleyen ve aralarında güçlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yumuşak başlılık, deneyime açıklık, sorumluluk gibi alt boyutlarla ise diğer alt boyutlara göre daha az ilişki görülmektedir. Hoş duygulanımı belirleme de yardımcı olan alt boyut dışadönüklük, hoş olmayan duygulanımı belirlemede yardımcı olan alt boyut ise nevrotik alt boyuttur (Doğan, 2013).

Öznel iyi oluşu belirlemeye yardımcı olan başka etken ise bireyin benlik saygısıdır. Benlik saygısı yüksek olan bireylerin yaşamdan aldıkları doyumun fazla olduğu görülmektedir. Bu durumda kişi hayata daha pozitif bakmaktadır (Yavuz, 2006).

2.3.1.2. Gelir

Kişinin maddi geliri öznel iyi oluşu etkileyen maddeler arasında yer alabilir. Gıda, sağlık gibi ihtiyaçların karşılanmadığı ülkede bireyler zengin olmak için uğraşır. Refah seviyesi düşük olan ülkelerde öznel iyi oluşta bu maddeden etkilenir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Bireyin maddi gücü çevresindeki kişilerin maddi gücüne göre değişir. Kazancı fazla olabilir, fakat kazansıyla beraber gelen olumsuz durumlarda vardır, yoğunluk ve stres gibi durumlar öznel mutluluğun seviyesini etkiler. Temel ihtiyaçların karşılanması kişinin öznel mutluluğunu etkiler ama bireyin kazancını ise kültür ve psikolojik etkenler etkiler (Yetim, 2001).

2.3.1.3.Eğitim

Yapılan araştırmalar incelendiğinde öznel mutluluğu, eğitim durumu düşükte olsa etkilemektedir. Eğitim durumunda mesleki statü ve gelir ile bağlantılı olduğu

düşünülmektedir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999). Eğitimin öznel mutluluğu dolaylı yollardan etkilediği düşünülmektedir.

Cinsiyet açısından değerlendirildiğinde de kadının eğitim düzeyi arttıkça kendini gerçekleştirmek için parasal anlamda güçlenir, statü kazanır ve ihtiyaçlarını karşılar. Bununla birlikte yüklendiği roller için de sıkıntı yaşamaya başlar. Cinsiyetçi yaklaşımlar, önyargılı bakış sorunundan dolayı iş ve ev hayatı arasında sıkışır. Bu durumda kadının öznel iyi oluş düzeyini olumsuz etkilemektedir (Yetim, 2001).

2.3.1.4. Din ve İnanç

Freud dini bakış açısındaki eleştirilerinden dolayı sosyal bilim dine kuşkuyla bakmışlardır. Dinin kişilerde suçluluk duygusu oluşturduğunda bahsetmiştir. Cinselliği bastırmaya yönelik yaklaşımlarından ötürü dini otoriterlikle suçlamıştır. Yakın zamandaki araştırmalar ise bu durumun aslında bu şekilde olmadığını ortaya koymuştur. Örneğin Amerikalı dindarlar incelendiğinde intihar etmeleri, boşanma, toplumun kabul etmediği davranışları yapma olasılıkları daha düşük görülmektedir. Özel çocukları olan aileler incelendiğinde depresyona girmeleri daha düşüktür. İnançın kişiler üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Araştırmalara göre inanca sahip bireylerin dindar olmayan bireylere göre daha mutlu oldukları görülmektedir (Seligman, 2007).

Dindarlık öznel iyi oluşu etkilemekle birlikte belli soruları da beraberinde getirmektedir. Dini inancın etkisini artırmak veya hangi etkinliklerden azaldığını bulmak gerekir (Yetim, 2001).

2.3.1.5. İş ve Çalışma Hayatı

İş kavramını üç açıdan değerlendirebiliriz. Bunlar; iş, uğraş ve meslektir. Meslek olarak gören bireyler kişisel yatırım yaparlar. İş olarak görenler parasal karşılığıyla olduğu için ilgilenir. Uğraş olarak gören tutkuyla sarılır (Seki, 2014).

Wrzesniewski hastaneler temizlik işçileri üzerinde yaptıkları çalışmada iş kavramlarından hangilerini kullandıklarını araştırmışlardır. İşlerini uğraş gibi

görenler yapılan işleri anlam yükleyerek yaptıkları görülmüş. Hastaların iyileşmelerinde kendilerinin de bir payı oldukları düşünüldüklerinden dolayı doktorların ve hemşirelerin ihtiyaçlarını daha aktif bir şekilde yapmaya çalışmaktadırlar. İş olarak görenler ise sadece odayı temizlediklerini düşünmüşlerdir (Seligman, 2007).

İşsizlik ise çok daha başka bir boyutudur. İşsizliğin depresyona yönelim konusunda büyük bir etkiye sahiptir. Öğrenim seviyesinin intihar oranıyla pozitif yönde ilişki vardır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

2.3.1.6. Evlilik ve Aile Hayatı

Evlilik etkenine baktığımızda araştırmalar gösteriyor ki evli bireyler bekâr kişilere göre daha yüksek mutluluğa sahipler. Evli bayanların ise strese girmeleri bekârlara göre daha çok görülmektedir. Fakat yaşamlarından bekârlara göre memnun oldukları görülmektedir (Diener, 1984)

Evli kişilerin yaşam doyumları düzeylerine bakıldığında bekârlara oranla evlilerin daha yüksek doyuma sahip oldukları görülmüştür (Annak, 2005). Başka bir araştırmada Annak'ın araştırmalarını destekler niteliktedir. Evli bireylerin eksik kaldığı durumlarda eşlerinin tamamlaması, derin ilişkiye sahip olmalarının etkisi olduğu düşünülmektedir (Çetinkaya, 2004)

2.3.1.7. Yaş

Yaş etkeni incelendiğinde gençlerin yaşlılara oranla daha mutlu oldukları düşünülmekteydi. Fakat araştırmalar bu durumun tam tersini göstermektedir (Diener, 1984). Stock, Okun, Haring ve Witter (1983) Yaş ile ilgili yapılan araştırma da yaşlıların mutluyum demesi gençlere göre daha az görülmektedir. Fakat hayata karşı memnuniyetleri gençlere göre daha yüksektir. Gençlerin hoş olan veya hoş olmayan duyguları daha yüksektir.

Yaş durumu göz önüne alındığında araştırma yapanlar önemli bir soru ile karşı karşıya kalırlar. Bireyin geçirdiği aşamalarda (ergenlik, orta yaş bunalımı, yaşlılık) öznel iyi oluş düzeyi etkilenip etkilenmediğidir. Yetişkinlerin duygularındaki inişli çıkışlı durumlar gençlere göre daha az yaşanmaktadır. Orta yaş bunalımında hayatının diğer evrelerinde yaşanan intihar, depresyon, boşanma gibi durumlarda farklılık görülmemektedir (Yetim, 2001).

2.3.1.8. Cinsiyet

Haring, Stock ve Okun (1984) yapmış oldukları araştırma da erkeklerin daha mutlu olduklarını bulmuştur. Fakat ondan sonraki araştırmalara bakıldığında cinsiyet değişkeninin öznel mutlulukla aralarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Seki, 2014).

Cinsiyet değişkeni incelendiğinde kadınların erkeklere oranla daha fazla olumlu ve olumsuz duyguları yaşadıkları görülmektedir. Kadınların bu duyguları inişli çıkışlı yaşamış olsa dahi erkeklerle karşılaştıklarında öznel iyi oluş düzeyleri birbirine yakın çıkmaktadır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Bazı araştırmalarda gen kadınlar genç erkeklere göre, yaşlı erkekler yaşlı kadınlara göre daha yüksek mutluluk düzeylerine sahiptirler (Diener, 1984).

2.3.2. Öznel iyi oluş kuramları

2.3.2.1. Uyum Kuramı

Uyum kuramı öznel iyi oluşun değişen durumlara uyum sağlama kuvvetini sağladığını savunur. Bu kuvvet sayesinde kişi olumsuz bir olay yaşadığında etkisinden bir zaman sonra kurtulur. Olumlu bir durumda ise mutluluğunu sürekli yaşamaz. Dengeli bir şekilde duygularını yaşar. İnsanlar hoş olan veya hoş olmayan durumlarla karşılaştıklarında bunu dengeli bir şekilde hayatlarına katarlar (Dost, 2005).

Bedenimize baktığımızda bir denge görülmektedir. Soğuk, sıcak, susuz kaldığımız durumlara bir denge içine girer ve uyum sağlamamızı kolaylaştırır. Yaşanılan durumlarda da bu şekilde bir denge vardır. Olumsuz ya da olumlu durumlarda bu duyguları hayatımızı etkileyecek şekilde uzun süreler yaşamayız. Bazı durumlarda vardır ki bu gibi durumların yavaş yavaş geçmesini beklemek gerekir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Bu kuram mutluluk seviyelerinin olduğunu söylemektedir. İnsanlar belli olaylar yaşadıklarında (hasta olmak, kaza geçirmek, sınavda beklediğinden iyi not almak) mutluluk seviyeleri etkilenmektedir. Fakat bu durumlarda verilen mutluluk tepkileri zamanla aynı seviyesine dönmektedir (Eryılmaz, 2009).

Uyum kuramına örnek verilecek olursa hiç beklenmeyen bir yerden kendisine miras kalan insanların mutluluk düzeyleri arttığı halde zamanla mutluluk seviyesinin ilk haline döndüğü görülmektedir. Ölüm gibi durumlarda ise yakını kaybeden insanların çok üzülmesiyle beraber zamanla eski haline döndüğü görülmektedir (Başören, 2016). Kurama göre birey yeni yaşadığı olayları yaşadığı anda büyük tepki verir. Zamanla bu tepkide azalmalar görülür. Bireyin amacı piyango kazanmaksa, kazandığı vakit çok mutlu olur. Fakat zamanla bu mutluluğun eski seviyesine indiği görülür. Bu yüzden yaşanılan olaylarda duyguların bir zaman sonra eski seviyelerine indiğinden ötürü öznel iyi oluşa etkisi olmadığı düşünülmektedir (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Başka bir araştırma da ise bireyin tüm olaylara uyum sağlaması olanaksız olduğu düşünülmektedir. Birey çaresizlik duygusu oluşturacak felç gibi rahatsızlıklarda uyum sağlamakta zorlanır. Bunun gibi birçok örnekte de anlaşılacağı üzere uyum sağlamanın sınırları bilinmemektedir (Yetim, 1991).

2.3.2. 2. Sabit Nokta Kuramı

Sabit nokta kuramına göre bireyin öznel mutluluğu genetik yapıdan etkilenmektedir. Kişi bir olayla karşılaştığında mutluluk seviyesinde değişiklikler olur. Ama bu kısa süredir. Eski durumuna gelmesinin belirleyicisi ise kişiliğidir. Durumla birlikte değişen mutluluk düzeyinin eski seviyeye inmesi genetiğin belirleyici olduğu seviyedir (Diener, 1984).

Sabit nokta kuramı, uyum kuramıyla ortak yönleri olmasıyla benzerlik göstermektedir. Ayrıldığı noktalar ise sabit nokta kuramı mutluluk seviyelerinin insanların yaşadığı olaylarda bağlantılı olmadığını genlerinden getirdiği özellikler ve kişinin kişilik yapısının etkisi olduğu savunmaktadır (Lykken ve Tellegen, 1996).

Lykken ve Tellegen (1996) çalışmasında 3 sonuç ortaya çıkmıştır. Bu önemli sonuçlar;

- 1- İnsanların mutluluk seviyeleri incelendiğinde 20 yıl içinde %20 ile %30 oranında sabit olduğu görülmektedir.
- 2- Mutluluk düzeylerinin genetik durumuna baktığımızda ise %40 ile % 80 oranında olduğu görülmektedir.
- 3- Mutluluk düzeylerinin kişilik özellikleri incelendiğinde dengesizlik ve dışadönüklük duygular mutluluk düzeyleriyle ilişkili olduğu görülmektedir.

2.3.2.3. Akış Kuramı

Csikszentmihalyi (1990) akış (flow) kavramı kişinin zor bir durumla karşılaştığında performansı ile zor durum arasında bağın güçlü seviyede olması ile arada oluşan uyumun kişinin duydu durumundaki değişiklik olarak tanımlanır. Akış durumuna ulaşan kişi, odaklandığı için tüm kontrolün kendinde olduğunu hisseder. Akış durumu yaşayan bireylere sorulduğunda ise zaman kavramını tamamen kaybettiklerini, duygu durumu anlamında kendilerini daha güçlü hissettikleri, mekân duygularını yitirdiklerini dile getirmektedirler. Akış durumunu gerçekleştiremeyen bireylerin ise, performansı düşmekte, göreve karşı oluşan endişe artmakta ve sonuca odaklanmaktadır.

Csikszentmihalyi (1990) akış kavramıyla birlikte akış kuramı ortaya atılmıştır. Kuramın savunduğu nokta ise çevremizde bizim etkimiz olmadan gerçekleşen durumlar ne olursa olsun bilincimizle mutluluk seviyelerimizi değiştirebiliriz. Kendisini dışarda gerçekleşen olaylardan uzaklaştırarak bilincine odaklanırsa mutluluk düzeyini değiştirebilir (Başören, 2016).

2.3.2.4. Erek Kuramı

Erek kuramına göre insan için iki unsur çok önemlidir. Bunlar; ihtiyaç ve amaçlardır. Bireyin amacına ulaştığında veya ihtiyacı karşılandığında mutlu olur. Bu durumu yaşayan kişi ise öznel mutluluğunu korur. Bu kuramla ilgili birçok soru ortaya atılmıştır. Örnek verecek olursak, “kişi arzularını baskı altına alınca mı daha mutlu olur yoksa yaşayarak mı?”, “mutluluk amaca ulaşırken geçirdiğimiz sürede mi olur yoksa amacımıza ulaştığımızda mı?” (Diener, 1984).

Erek kuramı bireylerin mutluluk seviyelerini değiştirebilmenin ölçütünü ulaşmak istedikleri amaçlar olarak düşünmektedir. Birey kendi ihtiyacını gidermek için almak istediği eşyayı amaç olarak belirlediğinde ve bu amacına ulaştığında mutluluk seviyesi değişmektedir. Bu durumda mutluluk seviyesinin değişmesini sağlayan iki boyut vardır; ihtiyaç ve amaç. İnsanlar doğumdan itibaren bazı ihtiyaçlara sahiptir. Maslow’ un ihtiyaçlar hiyerarşisinde belli basamaklar vardır. İnsanlar bu basamaklarda ilerledikçe yaşam kalitesi artmakta ve kendini gerçekleştirme ilerleme göstermektedir. Bu durum düşünüldüğünde ihtiyaçları karşılanan bireylerin mutluluk düzeylerinde artış olacağı görülebilir (Lyubomirsky, 2001).

Diener Telic teorisinde amaçların yapısını inceleyerek kişisel davranışları hakkında bilgiye sahip olabileceğimiz görüşünü savunur. Kişilerin amaçlarına bakışı yaşam doyumu ve duyguları hakkında bilgi verir. Birey amaçlarına ne kadar bağlıysa hayatına da bu denli anlam katar. Amaçlarına bağlılığı, günlük hayatta yaşanan olumsuz durumları daha kolay atlatmasını sağlar. Bu durumda kişinin öznel mutluluğunu korur (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Bireylerin amaçları ulaşma durumlarında aldıkları doyum farklılık gösterebilir. Bu durumla alakalı İki madde vardır. Bunlardan ilki kısa sürede gerçekleşen amaçlar belirlerler. Uzun zamanlı amaçlar bu tür bireylere zarar verir. Öznel iyi oluş düzeyleri bu amaçlardan olumsuz etkilenir. İkinci görüş ise istekler ve amaçlar birbirine girebilir. Bu ikisini de karşılamak güçtür. Bilinçdışıdan gelen amaç ve istekler birbirine girdiğinde bunu ifade etmek, tanımlamak daha zor olabilir (Yetim, 1991).

2.3.2.5. Yargı Kuramı

Yargı kuramı bireyin mutluluğun belli ölçütlere göre belirlediğini savunur. Kişi bilinç durumunda da öznel mutluluğu etkileyecek ölçütler belirleyebilir. Duyguların öznel iyi oluşu etkilemesi ise bilinçsizdir. Bireyler mutluluk seviyelerini belirlemek için çevresindeki insanların düşünceleri, anne- babasının düşünceleri gibi amaçları ölçüt olarak kullanabilir (Diener, 1984).

Bu kuramına göre, insanlar hayatlarında mutlu olacakları ölçütlerine ne kadar ulaştıkları onların mutluluk seviyelerini etkilemektedir. Yaşanılan olaylar kişilerin ölçütlerinin üstünde ise bu durum onları mutlu edecektir. Bu durum tam tersi ise kişiyi mutsuz edecektir (Diener, 1984). Örnek verecek olursak ailenin seneler boyu kirada oturduğunu düşünürsek, bu aile mutluluk ölçütünü ev alma olarak belirlediyse ev aldıklarında mutlu, alamadıklarında ise ölçütün altında olduğundan dolayı mutsuz olacaklardır (Başören, 2016).

2.3.3. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Alanyazında, hem duygu düzenleme hem de öznel mutluluk ile ilgili gerçekleştirilen çalışmalardan bazıları aşağıda özetlenmiştir.

2.3.3. Öznel Mutluluk İle İlgili Araştırmalar

Diener, Sandvik, Seidlitz ve Deiner (1993) tarafından kapsamlı iki ayrı çalışma yapılmıştır. Birinci çalışma grubuna 39 farklı ülkeden 18032 (9022 kadın, 9010 erkek) üniversite öğrencisi, ikinci çalışma grubuna ise 4942 Amerikalı yetişkin katılmıştır. Genel yaşam doyumunu belirlemek için gerçekleştirilen birinci çalışmada katılımcılara “Bu günlerde tüm yaşamınızla ilgili olarak ne hissediyorsunuz?” şeklinde tek bir soru sorulmuştur. Mutluluk düzeylerini belirlemek için ise “Hayatınızı mutlu olarak tanımlar mısınız?” şeklinde on soru daha sorulmuştur. İkinci çalışmada ise katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerine ilişkin veriler “Genel İyi Oluş Envanteri” ile saptanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri ile gelir düzeyleri arasında Amerika örneğinde orta düzeyde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ülkeler arası

örnekleme ise katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri ile gelir düzeyleri arasında yüksek düzeyde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Çalışmadan elde edilen diğer bir bulguya göre; söz konusu ilişkilerin cinsiyet, eğitim ve kültürel farklılıklara göre değişmediği ortaya konulmuştur. Sonuç olarak bu araştırmalarda gelir düzeyi ile öznel iyi oluş arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Lu ve Shih (1997), yaşları 18 ile 60 arasında değişen 54 Tayvan'lı ile mutluluğun kaynaklarını belirlemeye yönelik olarak nitel bir çalışma yapmıştır. Katılımcıların 34'ü kadındır. Verileri elde etmek için katılımcılara “Mutluluk nedir?” ve” “Ne tür şeyler sizi mutlu eder?” şeklinde sorular sorulmuştur. Verilen yanıtlardan hareketle mutluluğun 180 kaynağı belirlenmiş ve bunlar 9 ayrı başlıkta kategori edilmiştir. Bu kaynaklar sırasıyla; saygı ihtiyacının doyurulması, kişilerarası ilişkilerde uyum, maddi ihtiyaçlarının doyurulması, çalışma hayatında başarı, hayatta kolaylık, diğerlerinin sıkıntısından zevk alma, kişisel kontrol hissi, pozitif etki ve sağlık olarak belirlenmiştir.

Diğer bir çalışmada Daaleman (1999), manevi iyi oluş ile kişinin Tanrı ile ilişkisindeki arasındaki olumlu duygulanım ve doyum derecesi arasındaki ilişkileri incelemiştir. Çalışmaya 18 yaşından büyük ve ayakta tedavi gören 80 hasta katılmıştır. Katılımcıların manevi iyi oluşları, Ellison (1983) tarafından geliştirilen 20 maddelik Manevi İyi Oluş ölçeği uygulanarak bulunmuştur. Araştırma sonuçlarında Tanrı'nın sevgi ile bağlantısı olduğunu düşünmeleri öznel iyi oluş düzeylerini olumlu yönde etkilemiştir (Başören, 2016).

İnternet bağımlılığı problemi ile öznel iyi oluş ilişkileri incelendiğinde internet bağımlılık düzeyinin artışı öznel iyi oluş düzeyini olumsuz etkilemektedir (Akın, 2012).

Diğer bir araştırmada ise siber zorbalık ve öznel iyi oluş incelendiğinde aralarında negatif korelasyonel ilişki olduğu görülmektedir. Öznel iyi oluş düzeyinin artışı siber mağduriyet ve zorbalığı azaltabilmektedir (Padır, Eroğlu ve Çalışkan, 2015).

İnsan ilişkilerinden alınan doyum ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde belli kademelerine bakılmıştır. Düşük, orta, yüksek mutluluk seviyelerinden yüksek olanların diğer grup insandan daha fazla doyum elde ettikleri görülmektedir. (Diener ve Seligman, 2002).

Atak (2011) ergenlik dönemi öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yaşamdan alınan doyum, öznel iyi oluş, risk alma davranış incelenmiştir. Ergenlik döneminde öğrencilerin risk alma davranışı, yaşamdan alınan doyum ve öznel iyi oluş arasında olumsuz yönde bir ilişki görülmektedir. Diğer bir ifadeyle yapılan araştırma da risk alma davranışı arttıkça yaşamdan alınan doyum ve öznel mutlulukta düşüş görülmektedir (Uçan ve Kıran-Esen, 2015).

Kangal (2013) araştırma da cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum ve özsaygı incelendiğinde öznel mutluluğu etkilediği görülmüştür.

Diener ve Seligman (2002) araştırmada ise mutluluk düzeylerinin arkadaşlık ilişkilerine etkisi incelendiğinde mutluluk seviyesi yüksek olan bireylerin arkadaşlık ilişkilerinin de iyi olduğu görülmektedir. Mutluluk düzeyi düşük olan bireylerin ise arkadaşlık ilişkilerinin de iyi olmadığı, çok yalnız kaldıkları görülmektedir. Mutlu olan bireylerin iş yaşamı, ev yaşamı daha kalitelidir. Hastalıklara karşı daha dayanıklı, uyku düzeni daha iyi, yaşam süreli daha uzundur (Diener ve Seligman, 2002).

Öznel mutluluk ile ilgili bir diğer araştırmada ise dini başa çıkma stiliyle öznel mutluluk arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırmada psikolojik danışma deneyimi yaşamış kişilerden destek alınmıştır. Dini başa çıkma stili ile öznel mutluluk arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki görülmüştür. Bu araştırma sonuçlarına göre bir model geliştirilmiştir. Model de dini başa çıkma stillerini geliştirdiğimizde öznel mutlulukta da artış olacağı düşünülmektedir (Dilmaç, Ekşi ve Şimşir, 2016).

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, toplanan verilerin istatistiksel değerlendirilmesi ile ilgili bilgiler verilmiştir.

3.1.Araştırmanın Modeli

Araştırmada, ergenlerin siber zorbalık, öznel iyi oluş, suçluluk ve utanç arasındaki korelasyonu bulmak için araştırma yapılmıştır.

Araştırmamızda genel tarama modelinin ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Evren hakkında bilgi edinmek için ya evrenin tümünü ya da alınan örneklem üzerinden yapılan tarama çalışmasıdır. İlişkisel tarama modeli iki ve üstü değişkenler arasında değişim veya değişimin derecesini belirlemek için kullanılan modeldir (Karasar, 2008).

3.2.Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma evrenini 2017-2018 yılındaki İstanbul'un farklı ilçelerinde yer alan liselerde öğrenim gören öğrencilerden oluşturmaktadır. Çalışma grubu ise, bu bireyler arasından tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş, 350' si kız 270'i erkek 620 bireyden oluşmaktadır.

3.3.Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada ergenlerin siber zorbalık düzeylerini belirlemek için Arıcak, Tanrıku ve Kınay (2012b) tarafından geliştirilen Siber Zorbalık Ölçeği kullanılmıştır. Öznel mutluluk düzeylerini belirlemek için Akın ve Satıcı, (2011) tarafından geliştirilen Öznel mutluluk ölçeği kullanılmıştır. Suçluluk ve utanç değerlerini ölçmek için Şahin ve Şahin (1992) Suçluluk ve Utanç ölçeği

kullanılmıştır. Kişisel bilgilerini elde etmek adına ise kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Öznel Mutluluk Ölçeği: Akın & Saticı, (2011) tarafından geliştirilmiştir. Yapı geçerliği için ölçeğin orijinal yapısının doğrulanması amacıyla DFA uygulanmıştır. Yapılan DFA’da elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve Ki-kare değerinin ($\chi^2/df=0.71$, $p=0.49193$) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA=.000, NFI=.99, CFI=1.00, IFI=1.00, RFI=.98, GFI=1.00, AGFI=.99 ve SRMR=.015 olarak bulunmuştur. Maddelerin faktör yükleri .34 ile .84 arasında sıralanmaktadır. Ölçeğin uyum geçerliği için algılanan sosyal destek ölçeği arasındaki ilişkiler hesaplanmış ve öznel mutluluk, özel ($r= .13$), aile ($r= .21$), arkadaş ($r= .25$) ve toplam sosyal destek ($r= .25$) ile pozitif ($r= .35$) ilişkili bulunmuştur. Öznel Mutluluk Ölçeği’nin güvenirlik analizlerinde iç tutarlılık Cronbach α güvenirlik katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin madde-test korelasyonlarının ise .55 ile .76 arasında sıralandığı görülmüştür.

Siber Zorbalık Ölçeği: Öğrencilerin siber zorbalıklarının belirlemek amacıyla Arıca, Tanrıku ve Kınay (2012b) tarafından geliştirilen siber zorbalık ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 24 maddeden oluşmakta olup dördü (Hiçbir Zaman, Bazen, Çoğu Zaman, Her Zaman) skala üzerinden yanıtlanmaktadır. "Hiçbir Zaman" bir puan olarak, "Her Zaman" yanıtı ise dört puan olarak değerlendirilmektedir. Böylece ölçekten alınabilecek en düşük puan 24, en yüksek puan ise 96 olmaktadır. Puanların yükselmesi siber zorbalığın yüksekliğine işaret etmektedir. Ölçek tek faktörlüdür. Bu tek faktör 12.139'luk bir özdeğer ile toplam varyansın %50.58'ini açıklamaktadır.

Suçluluk ve Utanç Ölçeği:

Suçluluk ve utanç ölçeği (SUTÖ), Nesrin H. Şahin ve Nail Şahin tarafından 1992 yılında geliştirilmiştir. Bu ölçek yetişkinlere ve ergenlere uygulanabilmektedir. Ölçek üst, orta ve alt sosyo- ekonomik düzeylerden 263 kız 277 erkek olmak üzere toplamda 540 lise ve üniversite öğrencisi üzerinden veriler alınmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeği bir ana ve iki ön çalışma neticesinde oluşturulmuştur.

İlk ön çalışmada, 100 öğrenciye, Johnson ve Noel'in iki açık uçlu sorusuyla ve 28 madde uygulanmıştır. Suçluluk ve utanç duygularını yaşamadıkları 36 durum belirlenmiştir. İkinci ana çalışmada ise 311 öğrenciden yararlanılmıştır. Oransal olarak suçluluk ve utanç alt boyutlarından en çok işaretlenen 24 maddelik ölçek oluşturulmuştur. Geliştirilen 24 maddenin 12 tanesi suçluluk (3, 6, 7, 11, 12, 14, 16, 17, 21, 22, 23, 24.sorular), diğer 12 soru ise utanç (1, 2, 4, 5, 8, 9, 10, 13, 15, 18, 19, 20. Sorular) oluşturmaktadır.

3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmada ergenlerin siber zorbalık, öznel iyi oluş ve utanç ve suçluluk arasındaki yordayıcı ilişkileri ortaya koymak için Yapısal Eşitlik Modeli, AMOS 16 sürümü kullanılmıştır. Bu program yaptığımız araştırmada gözlenen verileri ve örtük değişkenler arasındaki ilişkileri ortaya koymak için kullanılan programdır. Araştırmada gerekli verilerin toplanması için, Kişisel Bilgi Formu, siber zorbalık düzeylerini belirlemek için 'Siber Zorbalık Ölçeği', mutluluk düzeylerini ölçmek için 'Öznel Mutluluk Ölçeği', Suçluluk ve utanç duygularını ölçmek için ise 'Suçluluk ve Utanç Ölçeği' kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Elde edilen son modelde ($X^2/sd = 2.95$ $p < .001$) bir exogenus, (siber zorbalık) üç endogenous (öznel mutluluk, suçluluk ve utanç) görülmektedir. Sonuçlar gösterilen yol üzerinde ilişkili ve anlamlı görülmüştür. The Bentler-Bonett normed fit index (NFI), The Tucker-Lewis coefficient fit index (TLI) ve diğer uyum indeksleri modelin oldukça iyi uyumlu olduğunu göstermiştir (Tablo 1). Modelde görüldüğü gibi endogenous sonuçları arasında iki taraflı ilişkisel yüksek değerlere sahip ve anlamlı görülmektedir. Çalışmada ki alt değerlerin sahip olduğu ilişkilerin değerlerinden de etkilenmektedir.

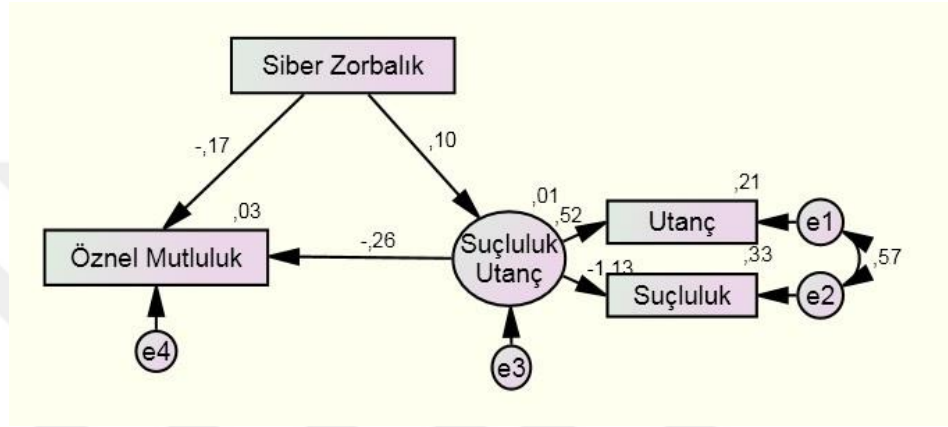
Tablo 1.Yapısal Eşitlik Modelinin Uyumuna İlişkin İstatistiksel Değerler

<i>Ölçüm</i>	<i>İyi Uyum</i>	<i>Kabul Edilebilir Uyum</i>	<i>Modelin Uyum İndeksi Değerleri</i>
(X ² /sd)	≤ 3	≤ 4-5	2.95
RMSEA	≤ 0.05	0.06-0.08	0.07
SRMR	≤ 0.05	0.06-0.08	0.06
NFI	≥ 0.95	0.94-0.90	0.95
CFI	≥ 0.97	≥ 0.95	0.96
GFI	≥ 0.90	0.89-0.85	0.95
AGFI	≥ 0.90	0.89-0.85	0.90
TLI	≥ 0.95	0.94-0.90	0.90

Tablo 1’de yer alan uyum değerleri incelendiğinde, $X^2/sd = 2.95$, $RMSEA = 0.07$, $SRMR = 0.06$, $NFI = 0.95$, $CFI = 0.96$, $GFI = 0.95$, $AGFI = 0.90$ ve $TLI = 0.90$,

olarak bulunmuştur. Modelin uyumlarına baktığımızda istenen düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. (Bollen, 1989; Browne ve Cudeck, 1993; Byrne, 2010; Hu ve Bentler, 1999; Kline, 2011; Tanaka ve Huba, 1985). Tek faktörlü modelin Şekil 1’ de görülmektedir. Şekildeki yollar 0.001 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Şekil 1. Modele İlişkin Yol Analizi



Tablo 2. Ergenleri Sanal Zorbalık, Öznel Mutluluk, Suçluluk ve Utanç Arasındaki Asımdaki Yordayıcı İlişkilerine Yönelik Model

Yordayıcı Değişken	Bağımlı Değişken	Toplam Etki	Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	Standart Hata	Kritik Değer
Siber Zorbalık	Öznel Mutluluk	-0.17	-0.10	0	0.10	-4.44*
Siber Zorbalık	Suçluluk ve Utanç	0.10	0.10	0	0.07	3.34*
Suçluluk ve Utanç	Öznel Mutluluk	-0.26	-0.26	0	0.12	-3.88*

^a Toplam etki = Doğrudan etki + Dolaylı etki, * $p < 0.01$, ** $p < 0.05$.

Şekil 1 yorumladığımızda, öznel mutluluğu etkileyen önemli bağımsız değişkenin ($t=-4.44$, $p<0.01$) suçluluk ve utanç olduğu bulunmuştur. Bu yola ilişkin bağlantı katsayı değeri $\beta = -0.26$ olarak bulunmuştur. Suçluluk ve utanç ile öznel mutlulukları ilişkilerine bakıldığında, negatif yönlü doğrusal bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Başka bir ifadeyle elde edilen bulgular, ergenlerin suçluluk ve utanç düzeyleri arttıkça öznel mutluluk düzeyinin azalacağını ortaya koymaktadır.

Şekildeki modelde öznel mutluluğu etkileyen ikinci önemli bağımsız değişkenin ($t=3.34$, $p<0.01$) siber zorbalık değişkeni görülmüştür. Bu faktöre ilişkin bağlantı katsayı değeri $\beta=-0.17$ olarak belirlenmiştir. Siber zorbalık düzeyleri ile öznel mutlulukları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, negatif yönlü doğrusal bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Yorumlayacak olursak, siber zorbalık düzeyleri değerlerin artmasıyla, öznel mutluluk düzeylerinin de azalacağını göstermektedir.

Şekilde modelde suçluluk ve utanç etkileyen önemli değişkenin ($t=3.34$, $p<0.01$) siber zorbalık değişkeni olduğu görülmektedir. Bu faktöre ilişkin bağlantı katsayı değeri $\beta=0.10$ olarak belirlenmiştir. Siber zorbalıkları ile suçluluk ve utanç değişkenleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde, pozitif yönlü doğrusal bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Yorumlayacak olursak, siber zorbalık düzeylerinin artmasıyla, suçluluk ve utanç düzeylerinin de da artacağını ortaya koymaktadır.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde ergenlerin siber zorbalığın yordayıcıları olarak suçluluk, utanç, öznel mutluluk değerleri açısından değişiklik olup olmadığı incelenip tartışması ve yorumlanması yapılmıştır.

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte sosyal hayat internet ortamına taşınmıştır. İletişimin sanal ortamda gerçekleşmesiyle birlikte problemlerde internet ortamında çözülmeye çalışılmaktadır. Ergenler arasında kendini üstün göstermek, arkadaş ortamında ilgi görmek için kullandıkları görülmektedir (Özdemir, 2015). Ergenlik insanların ağır atlattığı bir dönemdir. Değişimlerin olmasından dolayı kişi birçok açıdan sıkıntılar yaşamaktadır. Bu dönem içinde birey inatçılık, kararsızlık, unutkanlık gibi davranışlar sergiler. Araştırmalar gösteriyor ki ergenler bu dönem içinde yoğun suçluluk ve utanç duygusu yaşıyorlar. Siber zorbalık araştırmalarında okul dönemlerine bakıldığında ilkökul yılları siber zorbalığın en az olduğu dönemdir. Ortaokul yılları ise siber zorbalığın artışının en yüksek olduğu dönemdir (Beale ve Hall, 2007). Başka bir araştırma bu araştırmayı doğrular niteliktedir. Ergenlik döneminde olan öğrencilerin zorbalık yapmaya yöneldiklerini tespit etmişlerdir (Smith ve diğerleri, 2008).

Araştırılan konunun bulgularına göre; suçluluk ve utanç ile siber zorbalık arasındaki yordayıcı ilişkiler incelendiğinde pozitif yönlü ilişki olduğu görülmektedir. Arıçak (2009); Dilmaç (2009); Batmaz ve Ayas (2013); Dilber (2013) araştırmalarında benzer sonuçlar elde etmişlerdir. Suçluluk ve utancın siber zorbalıkla anlamlı bir ilişkisi görülmüştür. Bu sonuçla paralel olarak siber zorbalık yapan bireylerde negatif duygulardan olan intikam (Dilber, 2013; Yaman ve Peker 2012), öfke (Arıçak, 2009), saldırganlık (Dilmaç, 2009) gibi duygularını yaşarken suçluluk duygusu hissetmemeleri siber zorbalığı artıran sebep olarak değerlendirilebilir (Peker, 2015).

Siber zorbalığın suçluluk duygusuyla negatif yönde, utanç duygusuyla ile de pozitif yönde bir ilişki vardır. Bu bulgular siber zorbalığı farklı açılardan değerlendirmemiz için önemli görülmektedir. Siber zorbalığın yaygınlaşmasının sebepleri arasında mağdur kişiyle yüz yüze iletişim kuramamasıyla bağlantılı görülmektedir. Kişi internet ortamında zorbalık yaptığında geleneksel zorbalıktan

farklı şekilde davranışı gerçekleştirmiş olur. Kendini saklayabilir ve yaşanan durum için suçluluk duygusu yaşamamasına neden olmaktadır (Dilber, 2013).

Den Hamer ve Konjin (2016) araştırmalarında siber zorbalığı azaltmanın başka yolları arandığında öfke yönetiminde kullanılacak suçluluk ve utanç karşlarına çıkmaktadır. Öfke yönetimini olumlu ve olumsuz olarak yapılabileceğini öne sürmüşlerdir. Olumsuz olarak öfke yönetiminde kişi karşı tarafı suçlar ve olayı sürekli zihninde canlandırır. Olumlu olarak öfke yönetimi ise olayı kabullenip “Bundan nasıl ders çıkarabilirim?” Düşüncesi hâkimdir (akt: Yiğit ve Seferoğlu, 2017).

Ergenlik dönemde bireyin duyguları anlamasının (Dilmaç, 2009) siber zorbalığı olumsuz etkilemektedir. Teknolojiyle birlikte kurulan iletişimde duyguları anlamının zor olduğundan dolayı bireyin bu alanı geliştirememesine yol açtığı görülmektedir (Peker, Ada ve Eroğlu, 2012).

Arıcak (2009) ve Dilmaç (2009), araştırmalarına göre bireylerin suçluluk, üzüntü gibi negatif duyguların artmasıyla birlikte siber zorbalıkta da artış olacağı görülmektedir (Peker, 2015).

Araştırmamızı dolaylı yoldan etkileyen başka bir araştırma cinsiyete ilişkin bulgulardır. Dilmaç (2009) erkek öğrencilerin kız öğrencilerine oranla daha fazla siber zorbalık yaptığı bulunmuştur. Bu araştırmayı Arıcak (2009), Hansen, Cochran ve Lindsey (2005), Smith ve arkadaşları (2008) araştırmalarıyla desteklenmektedir.

Suçluluk ve utanç konusunun cinsiyet araştırmalarında kadınların suçluluk duygusu puanlarının erkeklere oranla daha fazla görülmüştür. Bu durumun kadınların üzerinde hissettikleri toplum baskısından olduğu düşünülmektedir. Benetti-McQuoid ve Bursik (2005) araştırması bu araştırmayı desteklemektedir (Dağkurs, 2015).

Araştırmamızı dolaylı yoldan etkileyen başka bir araştırmada, öğrenciler disiplin cezası alma durumlarında suçluluk ve utanç duygusunun da değişimler görülmektedir. Disiplin cezası alan öğrencilerden psikolojik gerginlik kişinin suçluluk duymasına neden olmaktadır. Bu da suçluluk duygu seviyesini artırmaktadır (Karataş, 2008). Brown (1982), Hull (1990), Rich (1991) araştırmalarında bu sonucu destekleyen sonuçlara ulaşmışlardır.

Araştırmamızda siber zorbalık ve öznel mutluluk ilişki araştırıldığında negatif korelasyon olduğu görülmektedir. Siber zorbalık artıka öznel mutluluk düzeyi azalmaktadır. Araştırma sonuçlarını destekleyen başka bir araştırma ise Padır, Eroğlu, Çalışkan (2015)' nin yaptığı araştırmadır. Araştırma da siber zorbalık ve öznel mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Siber zorbalık öznel mutluluğu negatif yönde etkilemektedir. Öznel mutluluk düzeyi artıka bireyde olumlu duygulanım (Diener ve Seligman,2002; Akın ve Akın,2015), kendilerini pozitif şekilde değerlendirdiklerini (Suh, Diener, Oishi ve Triandis, 1998; Doğan, Sapmaz ve Çötök, 2013) ve kendini kontrol etme düzeyinin (Larson, 1989) daha yüksek olduğu görülmektedir. Öznel iyi oluş düzeyinin artışı siber mağduriyet ve zorbalığı azaltabilmektedir (Padır, Eroğlu ve Çalışkan, 2015).

Öznel mutluluk düzeyi yüksek kişilerin pozitif olaylar yaşadıklarında daha olumlu şekilde yorumladıkları ve negatif duygular yaşadıklarında üstesinden daha hızlı geldikleri görülmektedir (Seidlitz, Wyer ve Diener, 1997). Araştırmamızı dolaylı yoldan ilgilendiren başka bir araştırma da ise Çevrimiçi oyun bağımlılık ile yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişkinin araştırmasıdır. Araştırma sonuçlarına göre oyun bağımlılıklarıyla, kendilerini mutsuz ve depresif hissetmeleri arasında anlamlı yönde ilişki bulunmuştur (Yılmaz ve Karaoğlan-Yılmaz, 2018). Odabaş (2016) araştırmasına göre çevrimiçi oyun bağımlılığının öznel mutluluk düzeyiyle negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur (Odabaş, 2016).

Siber mağduriyet yaşayan öğrencilerin yaşadıkları duygular gözlemlendiğinde ise korku, endişe ve utanma duydukları görülmektedir (Monks, Robinson ve Worlidge, 2012). Siber zorbalığa uğrayan kişilerde üzüntüyle ilişkili duygular gelişmektedir. Üzüntüden sonra ise öfkeyle ilişkili duygulardan utanç duygusu gelişmektedir. Siber zorbalığa uğrayan ve siber zorbalık yapan bireyler araştırıldığında siber zorbalığa uğrayan kişilerde diğerlerine oranla daha fazla utanç duygusu görülmektedir (İnselöz ve Uçanok, 2013). Ortaöğretim öğrencilerinin siber zorbalık mağduriyetinin ve siber zorba davranışlarına bakış açılarını araştırmak üzere yapılan incelemede yalnız kaldıklarında, canları sıkıldığında, kin tuttuğu için siber zorbalık yaptıkları tespit edildi. Siber zorbalığı güzel zaman geçirmek, kendilerini iyi hissetmek için yaptıkları bulunmuştur. Siber mağdur olanlar ise kendilerine yapılan bu davranışı kabul etmedikleri için yapan kişiye karşı kızgınlık, intikam duygularını yoğun olarak yaşadıkları görülmüştür (Yaman ve Peker, 2012).

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu ise: Suçluluk ve utanç duygusu ile özel mutluluktur. Suçluluk ve utanç öznel mutluluğu negatif yönde yordadığı görülmektedir. Diğer bir ifadeyle suçluluk ve utanç arttıkça öznel mutluluk azalmaktadır. Öznel mutluluğu yüksek bireylerin daha pozitif duygular olan coşkulu, aktif, neşeli duyguları yaşarken, öznel mutluluğu düşük bireyler suçluluk, üzüntü gibi duyguları yaşadığı görülmektedir (Mürtezaoğlu, 2015). Çevresinde güçsüz olan bireylerin sanal ortamda kendisini gizleyerek insanlara zorbalık yapabilmektedir. Bu durum siber zorbaları güçlendirmektedir. Geleneksel zorbalığa maruz kalan bireyler, sosyal çevresi olmayan ve zorbalığa uğradığı halde fiziksel şekilde cesareti olmayan bireylerin tarafından gerçekleştirilmektedir (Hinduja ve Patchin, 2008). Üçüncü ve beşinci sınıf öğrencilerin temel duygulardan olan suçluluk, utanç, öfke, mutluluk duygularıyla birlikte kendilik bilinci duygularını sergileme durumları incelenmiştir. Demokrafik bilgilerden de yararlanıldığı bu çalışmada suçluluk ve utanç duygu değerlerinin cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey açısından farklılık gösterdiği görülmüştür. Duygularını ifade etme konusunda erkek öğrencilerin yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip ise ifadelendirmek de düşük sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilere göre daha iyi oldukları görülmüştür. Kız öğrenciler de ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Okur, 2010).

Suçluluk ve utanç duygusu, sürekli öfke konusu ile araştırılmıştır. Suçluluk duygusunun utanç duygusuyla ilişkili olduğu görülmüştür. Suçluluk duygusu arttıkça utanç duygusu da artmaktadır. Sürekli öfke arasındaki ilişki ise negatif yöndedir. Biri arttıkça diğeri azalmaktadır. Sürekli öfke hali içinde olan kişilerin kendilerini suçlu görme olasılığı daha düşüktür (Köksal, Gençdoğan, 2007).

Depresyon belirtileri, suçluluk, utanç duyguları, olayları yükleme biçimleri durumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan incelemeler sonucunda suçluluk, utanç duygularına yatkın oluşun depresyon belirtilerini ortaya çıkardığı görülmüştür ve bu durum belirtilerin ortaya çıkmasında temel sebeplerden biri olarak görülmektedir (İnandılar-Topaç, 2010).

Çalışmamızla dolaylı yoldan etkisi olan başka bir araştırmada ise beş faktör kişilik özelliklerinin öznel mutluluğa etkisinin araştırılmasıdır. Beş faktör kişilik özelliklerinden olan dışadönüklük ve nevrotilikle öznel mutlulukla ilişkisi olduğu görülmüştür. Sorumluluk, deneyime açıklık, yumuşak başlılığın öznel mutluluğa

etkisinin daha az ilişkili olduğu görülmüştür (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010; Lu ve Hu, 2005).

Sosyal ilişkiler incelendiğinde dışadönük kişilerin öznel mutluluğu olumlu yönde etkilediği görülmektedir (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010).

Sabit nokta kuramı kuramcılarına göre bireyin mutluluğunu belirleyici etkisinin genetik ve kişilik özellikleri olduğunu, bu düzeyi değiştirmenin mümkün olmadığını belirtirlerdir. Yaşanıla olaylar mutluluk düzeyini değiştirse bile tekrar eski haline dönebileceğini savunurlar (İlhan , 2009).

Suçluluk ve utanç ile intihar olasılığı incelendiğinde aralarında pozitif yönde bir ilişki görülmektedir. Suçluluk duygusun arttıkça intihar olasılığı da artmaktadır.

Utanç ile intihar ilişkisi araştırıldığında aralarında bir bağlantı bulunmamıştır (Elevli, 2012).

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma da çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin öznel mutluluk, siber zorbalık, suçluluk ve utanç değerleri açısından incelenmiştir. Çalışma sonuçları aşağıda açıklanmaktadır.

Sonuçlar:

1. Ergenlerin öznel mutluluğu etkileyen önemli bağımsız değişkenin suçluluk ve utanç değişkeni olduğu görülmektedir. Ergenlerin suçluluk ve utanç ile öznel mutlulukları arasındaki ilişkileri incelendiğinde, negatif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ergenlerin suçluluk ve utanç düzeyleri arttıkça öznel mutluluk düzeyinin azalacağını ortaya koymaktadır.
2. Ergenlerin öznel mutluluğu etkileyen ikinci önemli bağımsız değişkenin siber zorbalık değişkeni olduğu görülmektedir. Ergenlerin siber zorbalık düzeyleri ile öznel mutlulukları arasındaki ilişkileri incelendiğinde, negatif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ergenlerin siber zorbalık düzeyleri değerlerin artmasıyla, öznel mutluluk düzeylerinin de azalacağını ortaya koymaktadır.
3. Ergenlerin suçluluk ve utancı etkileyen önemli değişkenin siber zorbalık değişkeni olduğu görülmektedir. Ergenlerin siber zorbalıkları ile suçluluk ve utanç değişkenleri arasındaki ilişkileri incelendiğinde, pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ergenlerin siber zorbalık düzeylerinin artmasıyla, suçluluk ve utanç düzeylerinin de artacağını ortaya koymaktadır.

Öneriler:

Ulaşılan sonuçlar ışığında aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

1. İstanbul'un farklı ilçelerinde yer alan liselerde öğrenim gören öğrencilerle yapılmıştır. Bu araştırmayı genelleştirebilmek için farklı şehirlerde farklı üniversitelerdeki öğrencilere uygulanmasının katkısının olacağı düşünülmektedir.
2. Ülkemizde siber zorbalık, öznel mutluluk, suçluluk ve utanç konusunda araştırmaların gün geçtikçe yaygınlaştığı fakat bu konuların birbiri ile ilişkisini ortaya koyan çalışmanın sınırlı sayıda olduğu gözlenmiştir. Öznel mutluluk, siber zorbalık, suçluluk ve utanç ilişkisini konu alacak yeni çalışmaların, birçok bilime konu alan değerlerin, bireyin ve toplumun değişimdeki yönünü izlemeye katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
3. Elde edilen bulguları genelleştirebilmek için farklı yaş grupları ve bireyi çevreleyen, farklı sosyal ve kurumsal sistemlerde çalışmanın yapılması daha kapsamlı değerlendirmeler yapmaya katkı sağlayacaktır.
4. Bu çalışma öznel mutluluk, siber zorbalık, suçluluk ve utanç ilişkilerini ortaya koymuştur. Başka çalışmalarda benzer araştırmaların cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, ebeveyn eğitim durumu vb. değişkenler açısından incelenmesi alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
5. Yapılan benzer araştırmalar incelendiğinde okul ortamında siber zorbalıkla ilgili okul içi müdahalelerin artırılmasının hem alana hem de toplumun geleceğine katkısının olacağı düşünülmektedir.
6. Öznel mutluluk üzerinde siber zorbalık etkisi göz önünde bulundurularak psiko- eğitim programlarının hazırlanmasının siber zorbalıkla mücadelede önem niteliği taşıyacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Abbasi, L. (2008). *Differences in attribution style and self-conscious emotionsm between different categories of shyness*. (Unpublished doctoral dissertation).University of Johannesburg.
- Acaboğa, A. (2007). *Din-Mutluluk İlişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sütçü İmam Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü,Kahramanmaraş.
- Akbağ, M., Erden-İmamoğlu, S. (2010). Cinsiyet ve bağlanma stillerinin utanç, suçluluk ve yalnızlık duygularını yordama gücünün araştırılması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 10* (2), 651-682.
- Akın, A. (2012). The Relationships Between Internet Addiction, Subjective Vitality, and Subjective Happiness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking,15*(8), 404–410.
- Akın, A. (2015). *Psikolojik iyi olma*. Ankara: Nobel.
- Akın, A., Akın, Ü. (2015). Friendship quality and subjective happiness: The mediator role of subjective vitality. *Education and Science, 40*, 233-242.
- Akın, A., Satıcı, S. (2011). Öznel Mutluluk Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 21*, 65-77.
- Aksaray, S. (2011). Siber Zorbalık. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20*(2), 405-432.
- Alican, C., Saban , A. (2013). Ortaokul ve lisede öğrenim gören öğrencilerin sosyal medya kullanımına ilişkin tutumları: Ürgüp Örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 1*(35), 1–14.
- Annak, B. (2005). *Sosyal Destek, Sosyal Ağ, Yaşam Kalitesi ve Yaşam Doyumu: Duygu- Durum Ve Anksiyete Bozukluğu Tanısı Alan Kişiler ve Düzenli Hemodiyaliz Tedavisi Gören Hastalar Açısından Bir Karşılaştırma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

- Anolli, L., Pascucci, P. (2005). Guilt and guilt-proneness, shame and shame proneness in Indian and Italian young adults. *Journal of Personality and Individual Differences*, 39, 763-773.
- Arıcak, O., Siyahhan, S., Uzunhasanoğlu, A., Sarıbeyoğlu, S., Çıplak, S., Yılmaz, N., Memmedoy, C. (2008). Cyberbullying among Turkish Adolescents. *Cyberpsychology & Behavior*, 11(3).
- Arıcak, T. (2009). Psychiatric symptomatology as a predictor of cyberbullying among university students. *Eurasian Journal of Educational Research*, (34), 167-184.
- Ayas, T. (2011). Lise Öğrencilerinin Sanal Zorba ve Mağdur Olma Yaygınlığı. XI. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 3-5 Ekim.
- Ayas, T., Horzum, M. B. (2010). Sanal zorba/kurban ölçek geliştirme çalışması. *Akademik Bakış Dergisi*.
- Aydoğan, D., Dilmaç, B., Deniz, M. (2009). İlköğretim Öğrencilerinde Sosyal Destek ve Siber Zorbalığın İncelenmesi. 18. *Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, 1-3Ekim, İzmir.
- Balkaya, F. (2001). *Çok Boyutlu Öfke Envanterinin Geliştirilmesi ve Bazı Semptom Gruplarındaki Etkisi*. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Başören, M. (2016). *Lise öğrencilerinin duygu dışavurumunu bastırma, bilişsel yeniden değerlendirme ve öznel mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Bir model önerisi*. Sakarya Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Bauman, S. (2007). *Cyberbullying: a Virtual Menace*. University of Arizona, Australia.
- Benetti-McQuoid, J., Bursik, K. (2005). Individual differences in experiences of end response to guilt and shame: examining the lenses of gender and gender role. *Sex Roles*, 53(1/2), 133-142.
- Batmaz, M., Ayas, T. (2013). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerin psikolojik belirtilere göre sanal zorbalık düzeylerinin yordanması. *Sakarya University Journal of Education*, 3(1), 43-53.

- Beale, Andrew, V., Ve Hall, Kimberly, R. (2007). Cyberbullying: What school administrators (and Parents) can do. *The Clearing House* 81, 8-12.
- Bhat, C. (2008). Cyber bullying: Overview and strategies for school counsellors, guidance officers, and all school personnel. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 18(1), 53-66.
- Bollen, K.A. (1989). A new incremental fit index for general structural equation models. *Sociological Methods and Research*, 17 (3), 303-316.
- Browne, M. W., Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *Sage Focus Editions*, 154, 136-136.
- Budak, S. (2000). *Psikoloji Sözlüğü*. İstanbul:Bilim ve Sanat Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., Demirel , F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara:Pegem.
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming (2nd ed.)*. New York: Taylor and Francis.
- Ceylan, B. (2007). *Şizofreni ve kronik böbrek yetmezliği hastalarına evde bakım veren aile üyeleri ve bakım rolü olmayan bireylerde suçluluk ve utanç düzeylerinin karşılaştırılması*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Cirhinlioğlu, F., Güvenç, G. (2011). Utanç eğilimi, suçluluk eğilimi ve psikopatoloji. *Uluslararası İnsan Bilim Dergisi*, 8(1), 248-267.
- Cook, C., Williams, K., Guerra, N., Kim, T., Sadek, S. (2010). Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *School Psychology Quarterly*, 25(2), 65-83.
- Cüceloğlu, D. (1991). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi.
- Çakır-Balta, Ö., Horzum, B. (2008). The Factors that Affect Internet Addiction of Students in a Web Based Learning Environment. *Journal of Faculty of Educational Sciences*, 41(1), 187-205.
- Çalışgan, H. (2013). *İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Ve Siber Zorbalık* . (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.

- Çelen, F., Çelik, A., Seferoğlu, S. (2011). Çocukların İnternet Kullanımları ve Onları Bekleyen Çevrim-İçi Riskler. *Akademik Bilişim'11*.
- Çelik, S., Atak, H., Erguzen, A. (2012). The effect of personality on cyberbullying among university students in Turkey. *Eğitim Araştırmaları-Eurasian Journal of Educational Research*, 129-150.
- Çetin, B., Eroğlu, Y., Peker, A., Akbaba, S., Pepsoy, S. (2016). Ergenlerde ilişkisel-karşılıklı bağımlı benlik kurgusu, siber zorbalık ve psikolojik uyumsuzluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 637- 653.
- Çetin, B., Peker, A., Eroğlu, Y., Çitemel, N. (2011). Interpersonal Cognitive Distortions as a Predictor of Cyber Victimization and Bullying: A Preliminary Report in Adolescents. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(3), 1064–1080.
- Çetin, B., Yaman, E., Peker, A. (2011). Cyber victim and bullying scale: A study of validity and reliability. *Computers and Education*, 57(4), 2261–2271.
- Çetinkaya, H. (2004). *Beden İmgesi, Beden Organlarından Memnuniyet, Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ve Sosyal Karşılaştırma Düzeyinin Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Çiftci, H. (2015). *Lise Öğrencilerinin Siber Zorbalık Eğilimlerinin Facebook Tutumu İle İlişkisinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi/ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Çivilidağ, A., Cooper, H. (2013). Ergenlerde Siber Zorba ve Öfkenin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma: Niğde İli Örneği. *International Journal of Social Science*, 6(1), 497-511.
- Dağkurs, A. (2015). *Türkiye'de suçluluk ve utanç üzerine yapılan araştırmaların sistematik değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Damka, Z. (2009). *Sığınma evinde kalan şiddet mağduru kadınlar: Anksiyete duyarlılığı, travmaya bağlı suçluluk, travma sonrası stres bozukluğu ve*

psikolojik belirtiler (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.

Deniz, M. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk- utanç arasındaki ilişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22, 89-99.

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.

Diener, E., Seligman, M. (2002). Very Happy People. *American Psychological Society*, 81-84.

Diener, E., Scollon, C., Oishi, S., Dzokoto, V., Suh, E. (2000). Positivity and the construction of life satisfaction judgments: Global happiness is not the sum of its parts. *Journal of Happiness Studies*, 159-176.

Diener, E., Suh, E., Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well-Being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41.

Diener, E., Suh, E., Lucas, R., Smith, H. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276.

Dikmen, M., Çağlar, A. (2015). Bilgisayar Ve Öğretim Teknolojileri Öğretmen Adaylarının Bilgisayar Öz-Yeterlilik Algıları ile Siber Zorbalık Duyarlılıkları

Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 31, 261-277.

Dilber, Y. (2013). *Ergenlerde Görülen Siber Zorba/Mağdur Yaşantılarının Utanç/Suçluluk ve İntikam Duyguları Çerçevesinde incelenmesi.*(Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi. İstanbul.

Dilmaç, B. (2009). Psychological Needs as A Predictor of Cyber bullying: A Preliminary Report on College Students. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, Educational Sciences: Theory & Practice*, 9(3), 1307-1325.

Dilmaç, B. (2009). Sanal zorbalığı yordayan psikolojik ihtiyaçlar: Lisans öğrencileri için bir ön çalışma. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(3), 1291-1325.

- Dilmaç, B., Deniz, M. E., Aydoğan, D. (2009). İlköğretim öğrencilerinde sosyal destek ve siber zorbalığın incelenmesi. *18. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, 1-3 Ekim, İzmir.
- Dilmaç, B., Arıca, O.T., Cesur, S. (2014). A Validity and Reliability Study on the Development of the Values Scale in Turkey. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(5), 1661-1671.
- Dilmaç, B. , Ekşi, F., Şimşir Z. (2016). Psikolojik danışma deneyimi yaşayanların dini başa çıkma, psikolojik iyi olma ve affetme düzeyleri arasındaki yordayıcı ilişkiler. Bir model önerisi. *I. Uluslararası Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi*.
- Dinçer, D. (2013). *Kendilik bilinci duygularının özgün yaklaşımla incelenmesi*. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Dinçer, D. (2013). *Üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç kavramlarının incelenmesi*. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Doğan, T. (2013). Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ve Öznel İyi Oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Doğan, T., Sapmaz, F., Çötök, N. A. (2013). Öz-eleştiri ve mutluluk. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21 (1), 391-400.
- Dost, M. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Dost, M. (2005). Ruh Sağlığı ve Öznel İyi Oluş. *Eurasian Journal of Educational Research*, 20, 223-231.
- Durak Batıgün, A., Kılıç, N. (2011). İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 1-10.
- Durmuş, B., ve Kılıç, B. (2010). *Facebook'ta Sosyal Paylaşım Ağlarının Bireylere ve İşletmelere Yönelik İncelenmesi*. İstanbul: Beta.

- Eken, A. (2010). *Ergenlerin anne-babaya bağlanma biçimleri öznel iyi oluş durumlarının sosyal yetkinlik beklentileriyle ilişkileri.*(Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Elevli, S.(2012) *Ergenlerde intihar olasılığının yordayıcıları: Yalnızlık, öfke ifade biçimleri,suçluluk ve utanç duyguları.* Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi/ Eğitim bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Erdur-Baker, Ö., Kavşut, F. (2007). Akran zorbalığının yeni yüzü: Siber zorbalık (Cyber bullying: A new face of peer bullying). *Eurasian Journal of Educational Research*, 27, 31-42.
- Eroğlu, Y., Güler, N. (2015). Koşullu Öz-Değer, Riskli İnternet Davranışları ve Siber Zorbalık/ Mağduriyet İlişkinin İncelenmesi. *Sakarya University Journal of education*, 5(3), 118-129.
- Eroğlu, Y., Peker, A. (2011). Aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek ve siber mağduriyet: yapısal eşitlik modeliyle bir inceleme. *Akademik Bakış Dergisi* 27(11), 1-15.
- Eryılmaz, A. (2009). *Başa çıkma stratejilerinin kişilik özellikleriyle ergen öznel iyi oluşu arasındaki aracı rolü.* Ankara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eryılmaz, A. (2011). Relationship of High School Student's Subjective Well-Being and School Burnout. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(1), 181-199.
- Eryılmaz, A., Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte Öznel İyi Oluş Ve Beş Faktörlü Kişilik Modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 189–203.
- Furukawa, E. (2005). Cross-cultural differences in self-conscious emotions. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 65(9-B), 4869.
- Gencer, H. (2017). *Ortaokul öğrencilerinde internet bağımlılığı ve siber zorbalık davranışları ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.

- Gençer, S. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinin internet bağımlılık durumlarının internet kullanım profilleri ve demografik özelliklere göre farklılıklarının incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi/Fen Bilimleri Enstitüsü, Isparta.
- Gökberk, M. (1996). *Felsefe Tarihi*. İstanbul: Remzi.
- Gökler, R. (2009). Okullarda akran zorbalığı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 512-537.
- Güleç, N. (2005). *Depresyonda utanç, suçluluk, öfke ve kendilik değeri*, (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Günüç, S., Kayri, M. (2010). Türkiye'deki internet bağımlılığı profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-Güvenilirlik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 220-232.
- Heaven, P., Ciarrochi, J., Leeson, P. (2009). The longitudinal links between shame and increasing hostility during adolescence. *Journal of Personality and Individual Differences*, 47, 841-844.
- Hinduja, S., Patchin, J. (2008). Cyberbullying: An Exploratory Analysis of Factors Related to Offending and Victimization. *Deviant Behavior*, 29, 129-156.
- Horzum, M., Ayas, T. (2012). Ortaöğretim Öğrencilerinin Sanal Zorba Ve Mağdur Olma Düzeylerinin Okul Türü Ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 10 (20), 139-159.
- Hu, L. T., Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6 (1), 1-55.
- İlhan, A. Ü. (2016). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Siber Zorbalık Ve İnternet Saldırganlık Düzeyleri İle Sosyal Medyaya İlişkin Tutumlarının İncelenmesi*. Yeditepe Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- İlhan , T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin benlik uyumu modeli: yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş*. (Yayımlanmamış doktora tezi).Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

İnandılar-Topaç, H. (2010). *Shame-pronenes vs guilt pronenes and their relationship to attributional styles, coping strategies ans depressive symptom levels of university students*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik

Üniversitesi,Ankara.

İnselöz, N., Uçanok, Z. (2013). Ergenlerde Sanal Zorbalık: Nedenler, Duygular ve Başı Etme Yollarının Niteliksel Analizi. *Türk Psikoloji Yazıları*,16 (32), 20-44.

Kalyoncu, Ö., Mirsal, H., Pektaş, Ö., Gümüş, Ö., Tan, D., Beyazyürek, M. (2002). Alkol Bağımlılarında Suçluluk Ve Utanç Duyguları. *Bağımlılık Dergisi*, 3(3), 160-164.

Kangal, A. (2013). Mutluluk Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme Ve Türk Hanehalkı İçin Bazı Sonuçlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 12(44), 214-233.

Karataş, Z. (2008). Lise Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Puanlarının Disiplin Cezası Alıp Almama ve Cinsiyetleri Açısından İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(2), 103-114.

Keltner, D., Buswell, B. (1997). Embarrassment: Its distinct form and appeasement functions. *Psychological Bulletin*, 122 (3), 250-270.

Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: The GuilfordPress.

Kınay, H. (2012). *Lise Öğrencilerinin Siber Zorbalık Duyarlılığının Riskli Davranış, Korumacı Davranış, Suça Maruziyet Ve Tehlike Algısı İle İlişkisi Ve Çeşitli*

Değişkenler Açısından İncelenmesi. Sakarya Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Kocaşahan, N. (2012). *Lise ve Üniversite öğrencilerinde Akran Zorbalığı Ve Sanal Zorbalık*. Balıkesir Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.

Köksal, F., Gençdoğan, B. (2007). Depresif olanlar ile olmayanların suçluluk, utanç ve öfke tarzlarının incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler*

Enstitüsü

Dergisi, 9(1),163-175.

Kula, T. (2012). *Ergenlerde Öfke Duygusu; Benlik Algısı, Tanrı Algısı, Suçluluk Ve Utanç Duyguları Açısından Bir Değerlendirme (Diyarbakır Örnelemi)*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kurtaran, G. T. (2008). *İnternet bağımlılığını yordayan değişkenlerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Larson, R. (1989). Is feeling "in control" related to happiness in daily life? *Psychological Reports*, 775-784.

Lenhart, A. (2007). *Cyberbullying*. Washington, DC: Pew Internet & American Life Project.

Li, Q. (2006). Cyberbullying in schools: A research of gender differences. *School Psychology International* 27(2), 157-170.

Lu, L., Hu, C. (2005). Personality, leisure experiences and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6, 325–342.

Lykken, D., Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *American Psychological Society*, 186-189.

Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56(3),239–249.

Lyubomirsky, S., King, L., Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.

Metli, G. (2017). *Ortaokul Öğrencilerinin Siber Zorbalık, Siber Mağduriyet Ve İnsani Değerleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Fakültesi, İstanbul.

- Monks, C., Robinson, S., Worlidge, P. (2012). The emergence of cyberbullying: A survey of primary school pupils perceptions and experiences. *School Psychology International*, 33(5), 477–491.
- Motan, İ. (2007). *Recognition of self-conscious emotions in relation to psychopathology*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Mürtezaoğlu, S. (2015). *Pozitif-Negatif Duyguların, Otomatik Düşüncelerin ve Bazı Kişisel Değişkenlerin Okul Yöneticilerinin Yenilik Yönetimi Yeterlik İnanç Düzeyleri Üzerindeki Etkisi*. Yüksek Lisans tezi .İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Myers, D., Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Odabaş, Ş. (2016). *Üniversite öğrencilerinin online oyun bağımlılığı düzeylerinin öznel mutluluk düzeyleriyle ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Okur, Z. (2010). *Expression and display rules of basic and self-conscious emotions among Turkish children: Role of age, gender, socio-economic status and context*.(Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school – What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Online, E. K. (2010). *Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi*.
- Orth, U., Robins, R., Soto, C. (2010). Tracking the trajectory of shame, guilt, and pride across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(6), 1061-1071.
- Otrar, M., Argın, F. (2014). Öğrencilerin Sosyal Medyaya İlişkin Tutumlarının Kullanım Alışkanlıkları Bağlamında İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 1-13.
- Öz, F. (2014). *Sağlık Alanında Temel Kavramlar*. Ankara:Nadir.
- Özbay, A. (2013). *Ergenlerde Siber zorbalık, Siber mağduriyet, aleksitimi ve öfke ifade etme biçimleri arasındaki ilişki*.(Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Üniversitesi /Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Özbyrak, C. (2006). *Türkiye örnekleminde duygular ve bilişsel-duygu değerlendirme süreci*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Özdemir, M., Akar, F. (2011). Lise Öğrencilerinin Siber-Zorbalığa İlişkin Görüşlerinin Bazı Değişkenler Bakımından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 17(4), 605– 626.
- Özdemir, S. (2015). *Ergenlerde Siber Zorbalık Ve Mağduriyetin, Anne-Baba Ve Akran İlişkilerine Göre İncelenmesi*. Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özgen, M. K. (2005). *Farabinin mutluluk anlayışı*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Padır, M. A., Eroğlu, Y., Çalışkan, M. (2015). Ergenlerde Öznel Mutluluk ile Siber zorbalık ve Mağduriyet Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying* 2(1), 32-51.
- Patchin, J., Hinduja, S. (2006). Bullies Move Beyond the Schoolyard A Preliminary Look at Cyberbullying. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 4(2), 148-169.
- Peker, A. (2015). Ergenlerin Saldırganlık Ve Siber Zorbalık Davranışları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *EKEV Akademi Dergisi*, 61.
- Peker, A. (2015). Negatif Duygunun Siber Zorbalık ve Mağduriyete İlişkin Yordayıcı Rolünün İncelenmesi. *K. Ü. Kastamonu Eğitim Dergisi* 23 (4), 1633-1646.
- Peker, A., İskender, M. (2015). *İnsani Değerler Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Siber Zorbalık Üzerine Etkisi*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Peker, A., Yaman, E. (2012). Ergenlerin siber zorbalık ve siber mağduriyete ilişkin algıları. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 819-833.
- Peker, A., Ada, Ş., Eroğlu, Y. (2012). Ergenlerde Siber Zorbalığın Ve Mağduriyetin Yordayıcılarının İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2),185–206.

- Peker, A., Eroğlu, Y., Çitemel, N. (2012). Boyun eğici davranışlar ile siber zorbalık ve siber mağduriyet arasındaki ilişkide cinsiyet aracılığının incelenmesi. *Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi*, 205-220.
- Popovic-Citic, B., Djuric, S., Cvetkovic, V. (2011). The prevalence of cyberbullying among adolescents: A case study of middle schools in Serbia. *School Psychology International*, 32(4), 412-424.
- Rodriguez Mosquera, P., Manstead, A., Fischer, A. (2000). The role of honor-related values in the elicitation, experience, and communication of pride, shame, and anger: Spain and Netherlands compared. *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 833-844.
- Sağır , A., Sırğı , Ü., Tabak , A. (2010). Çalışanlarda Suçluluk Ve Utanç Duygusunun Cinsiyet-Yaş Durumuna Göre Mukayese Ve Örgütlerde Utanç Yönetiminin Kullanılması. *C.Ü İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 11(1), 71-85.
- Satan, A., Kulaksızoğlu, A. (2008). *Zorbalık Davranış Eğilimi ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. Eğitim Bilimler Dergisi*, 28, 115-126.
- Schumacker, R., Lomax, R. (2004). *A Beginner's Guide to Structural Equation Modelling*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Seki, T. (2014). *Ergenlerin sosyal görünüş kaygısı ve öznel iyi oluşlarının sahip oldukları değerler açısından incelenmesi*. Necmettin Erbakan Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Seligman, M. (2007). Gerçek Mutluluk. S. Kunt Akbaş (Çev.). Ankara: HYB.
- Serin, H. (2012). *Ergenlerde Siber Zorbalık / Siber Mağduriyet Yaşantıları ve Bu Davranışlara İlişkin Öğretmen ve Eğitim Yöneticilerinin Görüşleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Schumacker, R. E., Lomax, R. G. (2004). *A Beginner's Guide to Structural Equation Modelling*. London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Shariff, S., Hoff, D. (2007). Cyber bullying: Clarifying Legal Boundaries for School Supervision in Cyberspace. *International Journal*, 1, 76-118.

- Silfver, M. (2007). Coping with Guilt and Shame: A Narrative Approach. *Journal of Moral Education Vol, 36(2)*, 169–183.
- Slonje, R., Smith, P. (2008). Cyberbullying: Another Main Type of Bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*, 147-154.
- Slonje, R., Smith, P. (2008). Cyberbullying: Another Main Type of Bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*, 147-154.
- Smith, P., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., Tippet, N. (2008). Cyberbullying: Its Nature and Impact in Secondary School Pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 376-385.
- Smith, R., Webster, J., Parrott, W., Eyre, H. (2002). The role of public exposure in oral and nonmoral shame and guilt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (1), 138–159.
- Songar, A. (1980). *Psikiyatri, Psikobiyoloji ve Ruh Hastalıkları*. İstanbul: Geçit.
- Stys, Y. (2004). *Beyond The Schoolyard: Examining Electronic Bullying among Canadian Youth*. Carleton University, Ottawa, Ontario.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., Triandis H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 482–493.
- Şahin, M., Sarı, S., Özer, Ö., Er, S. (2010). Lise Öğrencilerinin Siber Zorba Davranışlarda Bulunma ve Maruz Kalma Durumlarına İlişkin Görüşleri. *SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(5), 257-270.
- Şahin, Z. (2007). *Çocuk yetiştirme tarzları ve benlik düzenleme farklılıklarının kendilikbilinci-bilinci duygusal eğilimleriyle ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Tagney, J., Niedenthal, P., Covert, M., Barlow, D. (1998). Are shame and guilt related to distinct self-discrepancies? A test of Higgins's (1987) hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (1), 256-268.
- Tanaka, J. S. ve Huba, G. J. (1985). A fit index for covariance structure models under arbitrary GLS estimation. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 38(2), 197-201.

- Tamer, N. (2014). *Ergenlerin teknolojik zorbalık algıları ve buna yönelik teknolojik zorbalık fardındalığı: Pilot uygulama*. Bahçeşehir Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Tangney, J. (1995). *Shame and Guilt in interpersonal relationship*. In J.P. Tangney ve K.W. Fischer (Eds), *Self-Conscious Emotions: The psychology of shame, guilt, embrassment, and pride*. New York: The Guildford Press.
- Tangney, J., Dearing, R. (2003). *Shame and guilt*. Newyork: Guilford Press.
- Tangney, J., Wagner, P., Fletcher, C., Gramzow, R. (1992). Shamed into anger: The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62 (4), 669-675.
- Tangney, J., Wagner, P., Fletcher, C., Hill-Barlow, D., Marschall, D., Gramzow, R. (1996). The relation of shame and guilt to constructive versus destructive responses to anger across to lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (4), 797-809.
- Tanrıkulu, T., Kınay, H., Arıca, T. (2013). Siber zorbalığa ilişkin duyarlılık ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 38-47.
- Tanrıkulu, T. (2013). *Siber Zorbalıkla İlgili Değişkenlerin İncelenmesi ve Gerçeklik Terapisi Yönelimli Bir Müdahale Programının Siber Zorbaca Davranışlar Üzerindeki Etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- TDK. (2006). *Büyük Sözlük*.
- Teo, S. (2010). *Exploring Factors Influencing Cyberbullying in Secondary Schools*. Nanyang Technological University: Thesis (M.A.) (Applied Psychology) National Institute of Education.
- Topçu, Ç., Erdur-Baker, Ö., Çapa-Aydın, Y. (2008). Examination of Cyberbullying Experiences among Turkish Students from Different School Types. *CyberPsychology & Behavior*, 11(6), 643-648.
- Turan, L. (2003). *Korunmaya muhtaç çocukların umutsuzluk, suçluluk duyguları, benlik kavramları ve geçmişe ilişkin tutumlarının incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.

Turan, S. G. (2013). Siber Akran Zorbalığı Üzerine Bir Araştırma: İstanbul Örnekleme. *XV. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri*, 37-44.

TÜİK.(2016).*Haber*

bültenleri.Tuik:<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779>

TÜİK.(2017).*Haber*

bültenleri.Tuik:<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779>

Türe, H., Taşkın, E. (2011). *Bir grup üniversite öğrencisinde sosyal kaygı düzeyini etkileyen faktörler*. Mustafa Kemal Üniversitesi, Antakya.

Türegün, C. A. (2017). *Yetişkinlerde cinsel doyum ile suçluluk ve utanç arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç

Üniversitesi,

İstanbul.

Türkdoğan, T. (2010). *Üniversite Öğrencilerinde Temel İhtiyaçların Karşılama*

Düzeyinin Öznel İyi Oluş Düzeyini Yordamadaki Rolü. (Yayımlanmamış

yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü,

Denizli.

Türkoğlu, S. (2013). *Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımları ile Siber Zorbalık*

Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans

tezi).Marmara Üniversitesi/ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Uçan, A., Kıran Esen, B. (2015). Ergenlerin Öznel İyi Oluşlarının Toplumsal

Konum İle İlgili Risk Alma Değişkenine Göre İncelenmesi. *Mersin*

Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(2), 288-299.

Vural, B., Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: ege

üniversitesi iletişim fakültesine yönelik bir araştırma. *Journal of Yasar*

University 20(5), 3348-3382.

Wilson, J. (2001). Shame, Guilt and Moral Education. *Journal of Moral Education*,

30 (1), 185-206.

Yalın, Ö. (1998). *Türkçe 'de yakın ve karşıt anlamlılar sözlüğü*. İstanbul: İmge.

Yaman, E. (2012). Ergenlerin Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyete İlişkin Algıları.

Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 11(3), 819-833.

- Yaman, E., Eroğlu, Y., Peker, A. (2011). *Başaçıkma Stratejileriyle Okul Zorbalığı ve Siber Zorbalık*. İstanbul: Kaknüs Psikoloji.
- Yaman, E., Eroğlu, Y., Peker, A. (2011). *Başaçıkma stratejileriyle Okul Zorbalığı ve Siber Zorbalık*. İstanbul: Kaknüs Psikoloji.
- Yaşa, Z. (2012). *Üniversite Öğrencilerinde Ana Baba Tutumlarının Suçluluk Ve Utanç Duyguları Üzerine Etkisi*. Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Yavuz, Ç. (2006). *Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlı Öğrencilerinde İyi Olma Hali, Psikiyatrik Belirtiler Ve Bazı Kişilik Özellikleri: Karşılaştırmalı Bir Çalışma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yavuzer, Y., Gündoğdu, R. (2012). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş ve Psikolojik İhtiyaçlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 115-131.
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel Projelerin Organizasyonu Ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*. İstanbul:Bağlam.
- Yiğit, M., Seferoğlu, S. (2017). Siber Zorbalıkla İlişkili Faktörler ve Olası Çözüm Önerileri Üzerine Bir İnceleme. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 4(2), 13-49.
- Zander, A., Fuller, R., Armstrong, W. (1972). Attributed pride and shame in group and self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 23 (3), 346-352.
- Zorbaz, O. (2013). *Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı Ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

ÖZGEÇMİŞ

1.Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı: Ceylan ÖZKAN

Doğum Tarihi : 04.09.1992

Doğum Yeri : İSTANBUL

2.Eğitim Bilgileri

2016- 2019 Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

2014-2016 Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul Çift Anadal Programı, Psikoloji

2012 - 2016 Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

2008 - 2011 Yunus Emre Ticaret Meslek Lisesi Bilişim Teknolojileri (Web Programcılığı) Bölümü, İstanbul

3.İş Deneyimi

Kurum: Beylikdüzü Birikim Koleji, İstanbul Pozisyon:Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Kurum: Bağcılar Birikim Koleji, İstanbul Pozisyon:Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

2016- Psikoloji Alanındaki Bitirme Tez Konusu

Üniversite Öğrencilerinin Siber Zorbalık Ve Öfke Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi