



Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programının Akran Zorbalığı ile Baş Etmeye Etkisinin İncelenmesi

*Banu GÜNGÖRDÜ**
*Ümre KAYNAK***

Öz

Akran zorbalığı son yıllarda okulların en önemli sorunlarından biridir. Gittikçe yaygınlığı artan zorbalık için önleme ya da baş etme çalışmaları önemlidir. Bu çalışmada Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programı'nın ortaokul öğrencilerinde akran zorbalığını fark etme ve akran zorbalığı ile baş etme düzeyleri üzerindeki etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Çalışma tek grup ön-test son-test desen deneysel model olarak tasarlanmıştır. Verilerin toplanmasında Arkadaş İlişkileri Geliştirme Programı Kazanım Kontrol Listesi kullanılmıştır. Deney grubuna her bir oturum 45 dakika olmak üzere, 6 oturum Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programı uygulanmıştır. Verilerin analizi için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. Sonuçlara göre, deney grubundaki katılımcıların program sonunda akran zorbalığını fark etme ve akran zorbalığı ile baş etme puanları artmıştır.

Anahtar Kelimeler: Akran zorbalığı, psikoeğitim programı, ortaokul öğrencileri

Investigation Of The Effect Of Friend Relationship Development Psychoeducation Programme On Dealing With Peer Bullying

Abstract

Peer bullying has been one of the most important problems of schools in recent years. Prevention or coping studies are important for bullying, which is becoming more and more prevalent. This study investigates the effect of the Friend Relationship Development Psychoeducation Programme on secondary school students' levels of recognizing peer bullying and coping with peer bullying. The study was designed as a single-group pretest and posttest design experimental model. In the collection of data, the Friend Relationship Development Programme Outcome Checklist was used. The experimental group received 6 sessions of the Friend Relationships Development Psychoeducation Programme, each session lasting 45 minutes. The Wilcoxon Signed Ranks Test was used for data analysis. According to the results, at the end of the program, the participants in the experimental group increased their scores in recognizing and coping with peer bullying.

Keywords: Peer bullying, psychoeducation program, secondary school students

*Bilim Uzmanı, Milli Eğitim Bakanlığı, Amasya, ORCID: orcid.org/0009-0007-0377-9741

** Dr. Öğretim Üyesi, Amasya Üniversitesi, Amasya, umre.kaynak@amasya.edu.tr, ORCID: orcid.org/0000-0002-4999-9594

Giriş

Çocukların birbirleri ile iletişime geçmesi ve birbirleriyle arkadaşlık kurmaları gelişimleri açısından çok önemlidir. Özellikle ergenlik dönemindeki çocuklar için iletişime geçmek ve arkadaşlık kurmak çocuğun kimliğini oluşturabilmesi ve psikolojik gelişimini sağlıklı bir şekilde tamamlaması için gereklidir (Santrock, 2015). Ancak çocuklar her zaman birbirleriyle sağlıklı bir iletişim kuramamakta ve birbirlerine zarar verici davranışlarda bulunmaktadırlar (Ayas ve Pişkin, 2011). Çankaya (2011), yaptığı çalışmada öğrencilerin birbirlerini itme, isim takma ve birbirlerini şikâyet etme gibi arkadaşlık ilişkilerine zarar veren davranışlarının oldukça fazla olduğunu göstermektedir. Bu zarar verici davranışlardan birisi de akran zorbalığıdır. Bir bireyin ya da grubun güç dengesizliğinin bulunduğu başka bir bireye ya da gruba karşı sürekli, tekrarlayıcı ve kasıtlı olarak rahatsız edici ve zarar verici davranışlarda bulunma durumu akran zorbalığı olarak tanımlanmaktadır (Olweus, 1993). Bir davranışın akran zorbalığı olması için davranışın sürekli olarak tekrar etmesi, kasıtlı olarak yapılması ve davranışı yapan ve davranışa maruz kalan arasında bir güç dengesizliğinin bulunması gerekmektedir (Olweus, 1999). Literatür incelendiğinde akran zorbalığının farklı şekillerde sınıflandırıldığı görülmektedir (Doğan, 2010; Mynard ve Joseph, 2000; Topçu, 2008). Günümüzde kullanılan en yaygın sınıflama Olweus (1993) tarafından yapılmıştır. Olweus (1993), akran zorbalığını fiziksel, sözel ve sosyal zorbalık olmak üzere üç başlıkta sınıflandırmıştır. Fiziksel zorbalık bir kişiye vurma, itme, tekme atma gibi fiziksel olarak gözlenebilen zarar vermeyi, sözel zorbalık isim takma, hakaret etme gibi sözcüklerle kişiye zorbalık yapmayı ve sosyal zorbalık ise birbirini dışlama, görmezden gelme, dedikodu yayma gibi durumları ifade etmektedir (Olweus, 1993). Günümüzde teknolojinin öneminin artması ile başka bir zorbalık türü olan siber zorbalık da akran zorbalığı sınıflandırmasında yerini almıştır. Bir gruba ya da birine karşı dijital yollardan yapılan zorbalığı ifade eden siber zorbalık kavramı Willard (2005) tarafından ortaya çıkan bir kavramdır.

Akran zorbalığı türlerinde olduğu gibi zorbalık olaylarında yer alan öğrencilerin de farklı rolleri bulunmaktadır. Olweus (1994), akran zorbalığı rollerini zorbalık davranışını gerçekleştiren kişi olan zorba ve zorbalık davranışına maruz kalan kişi olan kurban olarak ikiye ayırmıştır. Zorbalık olaylarında yer alan öğrencilerin hepsinin zorbalığı başlatan zorba rolünde olmadıklarını fark eden Olweus (2004), bazı öğrencilerin zorbalığı sadece izlediklerini ve bazılarının ise zorbalık yapmasa bile zorbalığı desteklediğini fark etmiş ve bu rolü benimseyen öğrencilere pasif zorba, izleyici zorba ve yardımcı zorba isimlerini vermiştir. Bu kavram alanyazında izleyici olarak genel bir ifade ile yer almaktadır (Çayırdağ, 2006). İzleyiciler zorbalığa şahit olmalarına rağmen bazen kendilerinin aynı durumu yaşayacağından korkup zorbalık olayı karşısında herhangi bir tepki vermezken, bazen ise izleyici rolündeki öğrenciler zorbalık karşısında güçlü bir şekilde durup zorbalığı durdurmaya çalışmaktadırlar (Salmivalli, 1999). Akran zorbalığında yer alan bir diğer rol ise bazı durumlarda zorbalık yapan zorba rolünü

benimserken bazı durumlarda ise zorbalığa uğrayan kurban rolünü benimseyen zorba-kurban rolündeki öğrencilerdir (Pişkin, 2002). Zorba-kurban rolünü benimseyen öğrenciler ise hem zorbalık davranışı gösterip zorba olan hem de çevresindekilere zorbalık yapıp kurban rolünde olmaktadır.

Akran zorbalığının farklı rollerine sahip öğrencilerin farklı psikolojik sorunlarla karşılaştıkları ve bunlarla baş etmeye çalıştıkları görülmektedir. Van der Wal ve diğerleri (2003), yaptığı araştırmada yaşları 9 ila 13 yaş arasında olan ve zorbalığa maruz kalan kurban rolündeki öğrencilerin sıklıkla depresyona girdiğini ve bunun sonucunda intihar düşüncesinin çok fazla yaygınlaştığını ve zorbalık yapan zorba rolündeki öğrencilerin ise suç işleme potansiyellerinin fazla olduğunu tespit etmiştir. Atik ve Kemer'in (2008), yaptığı araştırma kurban rolünde olan öğrencilerin düşük öz yeterliğe, değersizlik duygusuna sahip oldukları ve öfkelerini kendi içlerine yönelttiklerini; zorba rolünde olan öğrencilerin ise yüksek öz yeterliliğe sahip oldukları ve öfkelerini dışarıya yönelttiklerini göstermektedir. Ayrıca kurban rolünde olan öğrencilerin bu özelliklere sahip olması depresyon, yeme bozuklukları, madde bağımlılığı riskini arttırmakta ve öfkelerini içe yönelttikleri için kendine zarar verme davranışlarının görülmesine neden olmaktadır (Atik ve Kemer, 2008). Kurban rolüne olan öğrencilerin okula gitmede isteksizlik yaşadıkları ve akademik başarılarında düşüş meydana geldiği görülmektedir (Atik, 2006). Olweus (2004), zorba rolünde olan öğrencilerin ise yaşamlarının ilerleyen zamanlarında meslek hayatlarında başarısız olma ve madde bağımlılığı riski ile karşılaştıklarını söylemektedir.

Akran zorbalığı kavramı son zamanlarda oldukça fazla karşımıza çıkan ve yaygınlığı artan bir kavramdır. Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) yaptığı araştırmaya göre diğer çocuklar tarafından zorbalığa maruz kalan 6-17 yaş aralığındaki çocukların oranı %13.8 olarak belirlenmiştir (TÜİK, 2023). Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü (OECD), Uluslararası Öğrenci Değerlendirme Programı (PISA) kapsamında hazırladığı rapora göre Türkiye'de öğrencilerin %24'ü ayda birkaç defa zorbalığa uğramaktadır (OECD, 2018). Dölek (2002), yaptığı araştırmada 5. sınıfa devam eden öğrencilerin %31'inin ve 7. sınıfa devam eden öğrencilerin %24'ünün akran zorbalığında kurban rolünde olduğunu ve %50.73'ünün ise diğer öğrencilere rahatsızlık vermeyi bir çeşit eğlence olarak algıladıklarını belirtmiştir. Ortaokul öğrencileri ile yapılan araştırmalar incelendiğinde Pişkin (2010), tarafından yapılan araştırma sonucunda öğrencilerin %35.1'inin kurban rolünde ve %30.2'sinin zorba rolünde olduğu görülürken, Siyez ve Kaya (2011) tarafından yapılan araştırma sonucunda ise çalışmaya katılan 340 öğrenciden %3.7'sinin zorba ve %26.9'unun kurban rolünde olduğu bulunmuştur. Akran zorbalığı ile ilgili yapılan araştırmalar oranlar farklı olsa akran zorbalığının Türkiye'de ne kadar yaygın olduğunu ve kurban rolünde olan öğrencilerin oldukça fazla olduğunu göstermektedir.

Okullarda gittikçe yaygın olarak karşımıza çıkan akran zorbalığını önlemek ve azaltmak için çeşitli çalışmalar yapılmaktadır. Yapılan çalışmaların büyük çoğunluğu akran zorbalığı oranını ve akran zorbalığı ile ilişkili değişkenleri incelese de (Kapıcı, 2004; Koç, 2006) deneysel yöntem kullanılarak yapılan çalışmalar da bulunmaktadır. Bu çalışmalardan biri Özbek ve Taneri (2021) tarafından ilkökul

öğrencilerine yönelik olarak hazırlanan bibliyoterapi ve yaratıcı drama temelli akran zorbalığına müdahale programıdır. Bu program ile ilkokul öğrencileri bibliyoterapi yöntemi ile akran zorbalığına karşı farkındalık kazanmışlardır. Kantar (2019) tarafından 6. sınıf öğrencileri ile yapılan çalışmada yaratıcı drama ile akran zorbalığı algısını değiştirmek amaçlanmış ve çalışmanın sonucunda katılımcıların akran zorbalığı algılarında değişiklik olduğu gözlemlenmiştir. Erkiral (2021) tarafından yapılan çalışmada ise 7. sınıfa devam eden akran zorbalığında mağdur rolünde olan öğrencilerin psikodrama yöntemi ile zorbalıkla başa çıkma stratejileri kazandığı görülmektedir. Akran zorbalığını önlemek ve azaltmak için etkili yöntemlerden biri de psikoeğitim programlarıdır. Psikoeğitim programlarının amacı ve odaklandığı nokta önleyici ve gelişimsel temelli olmasıdır (Villalba, 2003). Psikoeğitim programları, bir problem veya konu ile ilgili bilgi edinmeyi, önleyici olmayı, iyileştirmeyi ve geliştirmeyi ve tüm bunları yaparken yeni yaşam becerileri kazandırmayı da amaçlayan yapılandırılmış süreç ile ilerleyen programlardır (DeLucia-Waack, 2006; Steen vd., 2024). Hastane, klinik, sosyal hizmet kurumları, emniyet teşkilatı, silahlı kuvvetler, cezaevleri gibi birçok farklı kurumda uygulanabilen psikoeğitim programlarının önleyici ve iyileştirici çalışmaları en etkili gerçekleştirebileceği yer okullar olarak görülmektedir (Işık ve Kaynak, 2024). Okullar yalnızca akademik başarıyı değil, sosyal ve duygusal gelişimlere de önem vererek öğrenciyi bir bütün olarak geliştirmeyi hedeflemektedir. Bu nedenle psikoeğitim programları, çocuk ve ergenlerin sosyal ve duygusal açıdan gelişmesi için çalışmalar yaparak öğrencilerin karşılaşılabilecekleri çeşitli sorunları önleyici bir rol üstlenmektedir (Baker, 2011). Bunlara ek olarak okullarda uygulanan psikoeğitim programları, aynı anda birden fazla öğrenciye ulaştığı ve destek sağladığı için okul psikolojik danışmanları için işlevsel bir müdahale olmaktadır (Işık ve Kaynak, 2024). Bu nedenle, genel olarak psikoeğitim programları önleyici nitelikte, çocuklar ve ergenler için oluşturulmakta ve okullarda uygulanmaktadır (Güçray vd., 2009). Örneğin, akran zorbalığı ile baş etmek için Günay ve Can (2018) tarafından yapılan akran destek programı ile ortaokul öğrencilerinin zorbalıkla baş etme becerileri incelenmiş ve uygulanan program sonucunda öğrencilerin akran zorbalığı ile baş etme becerilerinde gelişme olduğu ve programın faydalı olduğu görülmüştür. Sır (2022) tarafından yapılan çalışmada ortaokul öğrencilerine uygulanan benlik saygısı geliştirme programının akran zorbalığı üzerindeki etkisi incelenmiş ve uygulanan programın öğrencilerin benlik saygısını arttırdığı ve akran zorbalığı mağduriyetini azalttığı görülmüştür. Yapılan çalışmalar incelendiğinde psikoeğitim programlarının akran zorbalığını önleme ve azaltmada etkili olduğu görülmektedir (Günay ve Can, 2018; Sır, 2022). Ancak Türkiye’de akran zorbalığını önleme ve azaltmaya yönelik psikoeğitim programları ile ilgili çalışmalar sınırlıdır. Milli Eğitim Bakanlığı (MEB), Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü (ORGM), psikoeğitim programlarının etkililiğinin görülmesi ile Türkiye’deki bu sınırlılığı ortadan kaldırmak amacıyla özellikle her yıl rehberlik çalışmaları için ORGM tarafından belirlenen genel hedefler (psikolojik sağlık, akran zorbalığı, sosyal-duygusal beceriler gibi) için her kademe için ayrı ayrı planlanmış örnek psikoeğitim programları sunulmuştur.

Buna ek olarak, ORGM öğretmen ve veliler için de daha kısa oturumlardan oluşan farkındalık temelli psikoeğitim programları, sunumlar ve bilgilendirici broşürler sunmaktadır (ORGM, 2024). Arkadaşlık İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programı da akran zorbalığı kapsamında ORGM tarafından uygulayıcılara sunulan bir psikoeğitim programıdır. Bu program öğrencilere yönelik, akran zorbalığını önlemeye ve öğrencilerin akran zorbalığı ile baş etmede yeni stratejiler kazanmasını sağlamayı amaçlayan 10 oturumdan oluşan bir programdır. Program tüm oturumları, çalışma yaprakları ve etkinlikleri ile uygulayıcıların kullanımına sunulmuştur (ORGM, 2024). Alanyazında yer alan mevcut programların içerikleri incelendiğinde Milli Eğitim Bakanlığı tarafından hazırlanan Arkadaşlık İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programının deneysel olarak uygulanıp test edildiğine dair herhangi bir uygulamaya rastlanmamıştır. Açık erişim ile tüm Türkiye için hazırlanan bu programların, uygulanmasının test edilmesinin kanıta dayalılığa da hizmet etmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Ek olarak akran zorbalığı konusunun okullarda öncelikli olarak yer alan sorunlardan biri olması ve mevcut çalışmanın bu soruna çözüm oluşturması önemlidir. Bu nedenle mevcut çalışmanın MEB tarafından hazırlanan bir programın revize edilip deneysel olarak uygulanması açısından alanyazına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada 6 oturumluk zorbalık psikoeğitim programının ortaokul öğrencilerin zorbalık ile ilgili farkındalık ve zorbalıkla baş etme düzeylerine etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Araştırmada zayıf deneysel desenlerden tek grup ön-test son-test desen kullanılmıştır. Bu desende deneysel işlemin etkisi tek bir grup üzerinde yapılan çalışmayla test edilmektedir. (Büyüköztürk vd., 2009). Bu kapsamda bu araştırmanın bağımsız değişkeni, deney grubuna ön-test son-test arasında uygulanan psikoeğitim programı iken, bağımlı değişkeni katılımcıların zorbalık ve zorbalıkla baş etme ile ilgili farkındalık düzeyleridir. Araştırmanın deseni Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1

Araştırma Deseni

Grup	Ön-Test	İşlem	Son-Test
Deney	Ölçüm I Zorbalık ve Zorbalıkla Baş Etme Farkındalığı Kontrol Listesi	6 hafta Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programı	Ölçüm II Zorbalık ve Zorbalıkla Baş Etme Farkındalığı Kontrol Listesi

Tablo 1’de görüldüğü üzere deney grubuna 6 haftalık, her bir oturum 45 dakika süren uygulanmıştır. Araştırma kapsamında deney grubuna deneysel işlemde önce ön-test ve deneysel işlemde sonra son-test ölçümleri yapılmıştır.

Araştırma grubu

Bu araştırmanın çalışma grubu 2023-2024 eğitim öğretim yılının bahar yarısında Amasya’da bir ortaokulda öğrenim gören gönüllü ve akran zorbalığına uğramış ya da şahit olmuş 6. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Yaşları 11-12 arasında değişen ve ortaokula devam eden toplam 34 kişiden oluşan 6. sınıf öğrencilerine “Kimdir Bu?” ölçeği uygulanmıştır. Ölçeğin sonucunda akran zorbalığına uğrayan ya da izleyici olan öğrenciler belirlenmiştir. Ölçek ile beraber öğrencilerin dersine giren öğretmen görüşlerinden ve rehberlik servisi görüşmelerinden de yararlanılarak grubun amacına uygun olarak gönüllü 8 öğrenci belirlenmiştir. Tablo 2’de araştırma grubunu oluşturan ortaokul öğrencilerinin cinsiyet, sınıf ve akran zorbalığı rol bilgilerini içeren betimsel istatistikler yer almaktadır.

Tablo 2

Katılımcılara İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken		<i>n</i>	%
Cinsiyet	Kadın	5	62.5
	Erkek	3	37.5
Roller	Mağdur	5	62.5
	Seyirci	3	37.5

Tablo 2’de görüldüğü gibi grup örneklemini oluşturan ortaokul öğrencilerinin %62.5’i kadın ($n = 5$) ve %37.5 ($n = 3$) erkektir. Katılımcıların %62.5’i akran zorbalığında mağdur ($n = 5$) rolünde iken %37.5’i seyirci ($n = 3$) rolündedir.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada kullanılan veri toplama programın genel kazanımları için kontrol listesi ve araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formudur.

Arkadaş İlişkileri Geliştirme Programı Kazanım Kontrol Listesi: Araştırmacı tarafından MEB tarafından hazırlanmış olan 10 oturumlu Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim programının kazanım kontrol listesi kısaltılan 6 oturumlu psikoeğitim programına göre revize edilmiştir. Kullanılan kontrol listesi psikoeğitimin amaçları ile ilgili ifadelerin yer aldığı 15 maddeden oluşan ve 4’lü Likert tipi bir ölçektir. Öğrenciler maddeleri okuyup “Hiçbir Zaman”, “Bazen”, “Çoğunlukla” ve “Her Zaman” seçeneklerinden kendilerine en uygun olanı seçecektir. Ölçekte “Hiçbir Zaman” 1, “Bazen” 2, “Çoğunlukla” 3 ve “Her

Zaman” 4 puan olarak değerlendirilmektedir. Öğrencilerin verdikleri yanıtların karşılığı olan puanlar toplanarak toplam puan belirlenmektedir. Ölçekten alınacak en yüksek puan 60 ve en düşük puan 15 olmaktadır. Kontrol listesi Ek-1’de sunulmuştur.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından oluşturulan bu formda katılımcıların cinsiyet, yaş ve şube bilgilerini belirlemeye yönelik sorular yer almıştır.

İşlem

Bu bölümde araştırma kapsamında uygulanan 6 oturumdan oluşan arkadaşlık ilişkileri geliştirme psikoeğitim programı detaylı olarak açıklanmıştır.

Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programı: Araştırmacı tarafından ORGM tarafından hazırlanmış olan 10 oturumluk Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim programı grubun ihtiyaçları doğrultusunda kısaltılmış ve 6 oturumluk bir program haline getirilmiştir. ORGM tarafından hazırlanmış olan programın 1. oturum teması “Tanışma ve Bireysel Farklılıklarımız” ve 2. oturumun teması ile “Haklarımız ve Sorumluluklarımız” şeklindedir. Grubun ihtiyaçları doğrultusunda kısaltılmış yeni programda bu temalar yer almamıştır. Bu nedenle ORGM tarafından hazırlanmış olan programın 1. ve 2. oturumundan herhangi bir etkinlik uyarlanan programda yer almamaktadır. Uyarlanan yeni programın 1. oturumunda tanışma çalışması, kuralların belirlenmesi, kişisel amaç oluşturma etkinlikleri farklı kaynaklardan yararlanılarak hazırlanırken; ORGM tarafından hazırlanmış olan programın 3. oturumunda yer alan “Form-7 Akran Zorbalığı”, “Form-8 Senaryolar-Lider Formu” ve akran zorbalığının anlatıldığı etkinlik uyarlanarak kullanılmıştır. Uyarlanan yeni programın 2. oturumunda akran zorbalığı rollerini anlatmak için farklı kaynaklardan yararlanılarak bir etkinlik kullanılırken; orijinal programın 3. oturumunda yer alan ısınma oyunu ve “Zorbalığın Etkilerini Öğreniyorum” isimli etkinlik ve etkinliğin formu olan “Form-9 Yaşadığım/Şahit Olduğum Zorbalık Olayı Formu” değiştirilmeden, “Form-7 Akran Zorbalığı” formu ise uyarlanarak kullanılmıştır. Uyarlanan yeni programın 3. oturumunda düşünce, duygu ve davranışların arasındaki ilişkiyi anlatmak için ısınma oyunu ve “Düşünce, Duygu, Davranış” etkinliği farklı kaynaklardan yararlanılarak kullanılırken; orijinal programın 4. oturumunda yer alan “Duygularım ve Davranışlarım etkinliği”, “Form-10 Duygu Listesi”, “Form-11 Yaşadığım Olaylar” ve “Form-12 Gerçekçi Olan-Gerçekçi Olmayan Düşünce Örnekleri” formları değiştirilmeden kullanılmıştır. Uyarlanan yeni programın 4. oturumunda iletişim tarzlarının anlatılması için ısınma etkinliği, iletişim tarzlarının örneklerinin yer aldığı etkinlik ve “Güvenli Yanıt Veriyorum” etkinliği farklı kaynaklardan yararlanılarak kullanılırken; orijinal programın 5. oturumunda yer alan “Form-14 İletişim Türleri” formu ve bu form ile ilgili etkinlik uyarlanarak ve “Form-15 İletişim Tarzımı Fark Ediyorum” formu ise değiştirilmeden kullanılmıştır. ORGM tarafından hazırlanan programın 5. oturumunda yer alan iletişim

Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programının Akran Zorbalığı İle Baş Etmeye Etkisinin İncelenmesi

rolleri ile ilgili etkinliklerden herhangi biri uyarlanan yeni programda yer almamaktadır. Uyarlanan yeni programın 5. oturumunda öfke duygusunun anlatılması için ısınma oyunu farklı kaynaklardan yararlanılarak hazırlanırken; orijinal programın 7. oturumunda yer alan “Öfkeyi Bir Hayvana Benzet” etkinliği uyarlanarak, “Form-20 Trafik Lambası” ve “Form- 21 Ben Olsam Ne Yapardım?” formları ve etkinlikleri değiştirilmeden kullanılmıştır. Orijinal programın 8. “Çatışma Çözüyorum” ve 9. “Güçlü Yanlarım” oturumlarının konularından herhangi bir etkinlik kullanılmamıştır. Uyarlanan yeni programın 6. ve son oturumunda sonlandırma için ısınma oyunu farklı kaynaklardan yararlanılarak hazırlanırken; ORGM tarafından hazırlanan programın 10. oturumunda yer alan “Sonlandırma” etkinliği değiştirilmeden, “EK B” ve “Katılım Belgesi” formu uyarlanarak programda kullanılmıştır. Aşağıda yer alan Tablo 3’te her bir oturumun teması, kazanımları ve içerikleri hakkında bilgiler sunulmuştur.

Tablo 3

Arkadaşlık İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programı

Oturum	Tema	Amaç
1. Oturum	Tanışma	Grup üyeleri birbirlerini tanımasını ve kişisel amaçlarını oluşturmasını sağlamak, grup kurallarını fark etmek, akran zorbalığı kavramı ve akran zorbalığı türlerini tanımlarını sağlamak.
2.Oturum	Zorbalık rolleri ve hissedilen duygular	Grup üyelerinin zorbalık yapan, zorbalığa maruz kalan ve izleyici rollerinin farkına varmasını ve bu rollerdeki bireylerin ne hissettiklerini açıklamasını sağlamak.
3. Oturum	Duygu-Düşünce-Davranış bağı	Grup üyelerinin duyguları tanımasını ve akran zorbalığı ile ilgili akılcı olmayan düşüncelerini fark etmesini sağlamak.
4. Oturum	İletişim tarzları	Grup üyelerinin iletişim tarzlarını anlamasını sağlamak ve güvengen iletişim tarzı ile iletişim kurmanın önemini fark etmesini sağlamak.
5. Oturum	Öfke duygusu	Grup üyelerinin öfkenin sağlıklı bir duygu olduğunu anlamasını ve öfkelenildiği durumları fark etmesini, öfkesini nasıl yöneteceğini bilmesini sağlamak.
6. Oturum	Sonlandırma	Grup üyelerinin grup oturumlarını gözden geçirerek kendisi hakkında genel bir değerlendirme yapmasını ve diğer üyelerle vedalaşmasını sağlamak.

Psikoeğitim programının 1. oturumunda ısınma oyunu ile birlikte tanışma çalışması gerçekleştirilmiştir. Grup kuralları gizlilik, devamlılık ve saygı çerçevesinde belirlenmiştir. Her öğrencinin psikoeğitim boyunca gerçekleştirmek istedikleri kişisel amaçlarını belirlemeleri sağlanmıştır. Bu amaçlar son oturumda konuşulmak üzere not alınmıştır. Akran zorbalığı kavramı öğrencilere

tanıtılmış ve zorbalığın türleri de anlatılarak ve bu konularla ilgili etkinlikler yapılarak oturum tamamlanmıştır.

Psikoeğitimin 2. oturumunun amacı öğrencilerin zorbalık rollerini tanımalarını ve bu rolde olan kişilerin neler hissettiklerini anlamalarını sağlamaktır. Oturuma ısınma oyunu ile başlanmış ve devamında akran zorbalığı rolleri ve neler hissettikleri ile ilgili bilgilendirme ve küçük grup çalışması ile etkinlik yapılmıştır. Oturum sonlandırılmadan önce akran zorbalığına uğrayan kişilerin neler hissettiği üzerinde durulan bir etkinlik daha yapılmış ve oturum sonlandırılmıştır.

Psikoeğitimin 3. oturumunda öğrencilerin duyguları tanınması ve akran zorbalığı ile ilgili akılcı olmayan inançları fark etmeleri amaçlanmıştır. Oturuma duygular ile ilgili bir ısınma oyunu ile başlanmış ve ardından öğrenciler tarafından bilinmeyen duygular tartışılmıştır. Akran zorbalığı ile ilgili akılcı olmayan inançların fark edilmesi için düşünce-duygu-davranış bağı öğrencilere bir karikatür üzerinden anlatılmış ve bununla ilgili etkinlik yapılarak oturum sonlandırılmıştır.

Psikoeğitimin 4. oturumunda öğrencilerin iletişim tarzları hakkında bilgi sahibi olması ve güvengen iletişim tarzı kullanmanın önemini fark etmeleri amaçlanmıştır. Öğrenciler, iletişim ile ilgili bir ısınma oyunu ile oturum başlamış ve iletişim tarzları ile ilgili bir bilgilendirme ve etkinlik yapılmıştır.

Psikoeğitimin 5. oturumunda öğrencilerin öfke duygusunu tanınması, öfkelenildiği durumları fark etmesi ve öfkeyi nasıl yöneteceğini bilmesi amaçlanmıştır. Bir ısınma oyunu ile oturuma başlanmış ve öfkeyi bir hayvana benzeterek resim çizme etkinliği ile öfke duygusunun tanınması sağlanmıştır. Öfke anında uygulamak için trafik lambası tekniği paylaşılmış ve örnek olaylarla etkinlik tamamlanmıştır.

Psikoeğitimin son oturumunda tüm öğrencilerin grup yaşantısını gözden geçirmesi, kendini ve süreci değerlendirmesi, gruptan güzel duygularla ayrılması amaçlanmıştır. Öğrencilerin ilk oturumdan başlayarak son oturuma kadar grup sürecinde yaşadıklarını hatırlaması istenmiş ve ardından değerlendirmeleri alınmıştır. Öğrencilerin her biri kişisel amaçlarına ne kadar ulaşıp ulaşamadıkları ile ilgili düşüncelerini paylaşmışlardır.

Verilerin Analizi

Ön-test ve son-test ölçümlerinin karşılaştırılmasına geçilmeden önce ön analiz işlemleri gerçekleştirilerek karşılaştırma için uygun test ve analiz yöntemine karar verilmiştir. Verilerin normallik sayıltısı için Kurtosis (basıklık) ve Skewness (çarpıklık) değerleri, Q-Q Plot testi ve Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri yapılmıştır. Kurtosis (basıklık) ve Skewness (çarpıklık) değerlerinin ön-test ve son-testte .752 ve 1.481 arasında değiştiği görülmüş ve bu değerlerin -2 ve +2 aralığında (HahsVaughn ve Lomax, 2020) olması sebebiyle ön-test ve son-test verilerinin normal dağılım gösterdiği saptanmıştır. Verilerin normalliği test edilirken uygulanan Q-Q Plot testi sonucunda verilerin normallik varsayımını karşıladığı saptanmıştır. Son olarak normalliği test etmek için Kolmogorov-smirnov ve Shapiro-wilk testleri yapılmıştır. Kolmogorov-smirnov ön-testte .200, son-testte .161 ve Shapiro-wilk değeri ön-

testte .436, son-testte .103 olarak bulunmuş, verilerin dağılımının normal olduğu görülmüştür ($p > .05$). Varyansların homojen olduğu varsayımı Levene test ile incelenmiştir ve varyansların eşit olduğu ve varyans homojenliği varsayımı sağlanmıştır ($p > .05$). Verilerin normal dağılması parametrik testlerin kullanılması için varsayımların sağlandığını göstermektedir. Fakat Erkuş'a (2005) göre $n < 30$ olduğu durumlarda parametrik olmayan testler kullanılması uygun olduğu için deney grubunun kendi içinde ön-test ve son-test ölçümleri arasında anlamlı farklılık olup olmadığını test etmek için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. Verilerin analizi sürecinde SPSS 22 paket programından yararlanılmıştır.

Bulgular

Bu bölümde katılımcıların arkadaşlık ilişkileri geliştirme psiko eğitim programı genel kazanımları için kontrol listesinden aldıkları ön-test ve son-test puanlarının analizinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların ön-test ve son-testte aldıkları puanlar, puanların ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 4

Katılımcıların Ön-Test ve Son-Test Sonuçları

K	Ön-Test Toplam	Son-Test Toplam
K1	35	50
K2	40	49
K3	40	55
K4	37	51
K5	34	50
K6	45	60
K7	46	55
K8	49	50
Ort	40.75	52.50
Ss	5.4	3.8

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların ön-test ve son-test puanları arasında, son-test puanları lehine fark olduğu görülmektedir. Katılımcıların arkadaşlık ilişkileri geliştirme psiko eğitim programı genel kazanımları için kontrol listesinden aldıkları ön-test ve son-test puanları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını anlamak için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi uygulanmıştır. Bu karşılaştırmadan elde edilen bulgular Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5

Deney Grubu Akran Zorbalığını Fark Etme ve Akran Zorbalığı İle Baş Etme Becerileri Ön-test ve Son-test Ölçümlerine İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

Ölçek	İkili Karşılaştırmalar		n	Sıra	Sıra	z
				Ortalaması	Toplamı	
Akran Zorbalığı ile Baş Etme Becerileri	Ön-Test	Negatif Sıra	0	.00	.,00	-2.53*
	Son-Test	Pozitif Sıra	8	4.50	36.00	
		Eşit	0			

* $p < .05$, $n=8$

Tablo 5'te görüldüğü üzere analiz sonuçlarına göre deney grubunun akran zorbalığını fark etme ve akran zorbalığı ile baş etme becerileri ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu bulunmuştur ($z=-2.53$, $p < .05$). Dolayısıyla deney grubuna katılan öğrencilerin akran zorbalığını fark etme ve akran zorbalığı ile baş etme becerilerinde deneysel süreçte anlamlı bir değişimin olduğu görülmüştür.

Tartışma

Bu çalışmada 6 oturumluk arkadaşlık ilişkileri geliştirme psikoeğitim programının ortaokul öğrencilerinin akran zorbalığını fark etme ve zorbalık ile baş etme düzeylerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda deney grubundaki öğrencilerin akran zorbalığını fark etme ve baş etme puanlarının arttığı görülmektedir. Bu sonuca göre, düzenlenen Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programının öğrencilerin akran zorbalığını fark etme ve akran zorbalığı ile baş etme düzeylerini geliştirmede önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir. Araştırmanın psikoeğitim programının öğrencilerin akran zorbalığını fark etme ve baş etme düzeylerini arttırdığı yönündeki bulgusunun alanyazında yer alan psikoeğitim çalışmalarının akran zorbalığı ile baş etme becerilerini arttırdığı yönündeki bulgular ile tutarlı olduğu görülmektedir (Akcan vd., 2016; Olweus, 1997; Sır, 2022; Şahin ve Akbaba, 2010). Kurt-Demirbaş ve Öztemel (2022), tarafından ortaokul öğrencileri ile yapılan çalışmada zorbalığa seyirci müdahale psikoeğitim programının öğrencilerin zorbalıkla baş etme becerilerine etkisi incelenmiş ve psikoeğitim programının zorbalıkla baş etmede etkili olduğu görülmüştür. Zorbalıkla baş etmeye yönelik akran destek programının ortaokul öğrencilerinin zorbalıkla baş etme becerilerini incelemek amacıyla Günay ve Can (2018) tarafından yapılan çalışmada, akran destek programının zorbalıkla baş etmede etkili olduğu bulunmuştur. Beşel (2023) tarafından ortaokul öğrencileri ile yapılan çalışmada sosyal beceri temelli psikoeğitim programının öğrencilerin zorba veya kurban olma düzeylerine etkisi incelenmiş ve uygulanan psikoeğitim programı sonucunda öğrencilerin kurban veya zorba olma düzeylerinde azalma olduğu bulunmuştur. Psikoeğitim programlarının etkisini inceleyen bu çalışmalardan elde edilen bulgular mevcut çalışmanın bulgularını desteklemektedir. Alanyazında akran zorbalığına yönelik uygulanan programlarda beklenen etkinin gerçekleşmemesi az da olsa karşılaşılan bir durumdur. Bunlardan biri olan ortaokul öğrencileri ile Türktan (2013) tarafından yapılan çalışma da zorbalıkla baş etmeye yönelik akran destek programının öğrencilerin zorbalıkla baş etme düzeyine etkisi incelenmiştir. Bu program bittiğinde ve yapılan izleme ölçümleri sonrasında programa katılan ve

katılmayan öğrencilerin zorbalıkla baş etme düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Dölek (2002) tarafından ortaokul öğrencileri ile yapılan akran zorbalığını önlemeye yönelik farklı bir çalışmada ise öğrencilerin mağdurlara yönelik duyarlılıklarının artması, zorbalık ile ilgili baş etme becerilerinin geliştirilmesi amaçlanmış ancak uygulanan programın sonunda öğrencilerin zorbalıkla baş etme becerilerinde bir değişiklik olmadığı gözlemlenmiştir. Dölek (2002) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın alanyazında akran zorbalığına yönelik ilk müdahale amaçlı çalışma olması nedeniyle program içeriği ve uygulama konusunda yaşanan sıkıntıların programın etkili olmasını engellemiş olduğu düşünülmektedir. Mevcut çalışmanın akran zorbalığı ile baş etmede etkili olmasının sebebi programda yer alan akran zorbalığı ile baş etme becerilerinin öğrencilere anlatılmasının sadece sözel yollarla değil etkinlikler ve ev ödevleri ile desteklenmiş olması ve program içeriğinin öğrencilerin ihtiyaçları doğrultusunda oluşturulması ve uygulamanın düzenli bir şekilde gerçekleştirilmesi olarak düşünülmektedir.

Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde uygulanan programların bazılarının bulguları mevcut çalışmanın bulgularını desteklemese de (Dölek, 2002; Türktan, 2013) büyük bir kısmının ulaşılan bulguları desteklediği (Beşel, 2023; Günay ve Can, 2018; Kurt-Demirbaş, 2020) ve öğrencilerin akran zorbalığı ile baş etme düzeylerinde artış sağladığı görülmektedir. Bu nedenle akran zorbalığı ile baş etme programlarının öğrencilere uygulanması, öğrencilerin zorbalığı fark etme ve zorbalıkla baş etme becerilerini arttırmaya katkı sunacaktır. Bu kapsamda ortaokul öğrencilerine uygulanmış olan arkadaşlık ilişkileri geliştirme psikoeğitim programının öğrencilerin akran zorbalığını fark etmesine ve zorbalıkla baş etme becerileri geliştirmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Sonuç ve Öneriler

Arkadaşlık ilişkileri geliştirme psikoeğitim programının amacı ortaokul öğrencilerinin akran zorbalığını fark etmesini ve zorbalık ile baş etme becerilerinin gelişmesini sağlamaktır. Bu çalışma sonucunda deney grubundaki öğrencilerin akran zorbalığını fark etme ve zorbalık ile baş etme puanlarının arttığı görülmektedir. Bu sonuca göre, mevcut çalışmanın akran zorbalığını fark etme ve zorbalıkla baş etme becerilerini geliştirmede etkili olduğu görülmektedir. Araştırmada ön-test ve son-test ölçümleri alınarak bir çalışma yürütülmüş, izleme çalışması yapılmamıştır. Bu nedenle mevcut çalışmanın uzun süreli etkililiği ile ilgili herhangi bir yorum yapılamamaktadır.

Bu program, ORGM tarafından hazırlanan 10 oturumdan oluşan Arkadaşlık İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programının öğrencilerin ihtiyaçlarına uygun olarak revize edilmiş 6 oturumdan oluşan bir programdır. Çalışma 6. sınıf öğrencileri ile gerçekleştirildiği için öğrencilerin gelişim özelliklerine uygun olarak süre kısaltılmış ve program yeniden yapılandırılmıştır. Orijinal 10 oturumluk Arkadaşlık İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programındaki bazı oturumlar ve temalar bu programda kullanılmamıştır. Bu temaların da akran zorbalığı ile ilişkili olması ve uygulanmasının faydalı olması sebebiyle programın

tamamının uygulanması önerilmektedir. Ek olarak uygulanan program ortaokul 6. sınıf öğrencilerinin gelişim özelliklerine göre uyarlanmış olduğu için farklı kademelerde ve sınıflarda yapılacak çalışmalarda programın yeniden öğrencilerin gelişim özelliklerine göre revize edilmesi önerilmektedir.

Arkadaşlık İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programı'nda ön-test ve son-test ölçümlerinin gerçekleştirilmesi için MEB'in programında yer alan arkadaşlık ilişkileri geliştirme psikoeğitim programı genel kazanımlarım kontrol listesi programın kazanımlarına uygun olarak revize edilip kullanılmıştır. Kullanılan kontrol listesinin geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu nedenle geçerlik ve güvenilirliği kanıtlanmış ölçme araçları kullanılarak akran zorbalığını fark etme ve zorbalıkla baş etme becerilerinin ölçülmesi araştırmanın da iç ve dış geçerlik ve güvenilirliğini artırmak için önemlidir. Ek olarak gerçekleştirilecek yeni araştırmalarda izleme ölçümlerinin yapılması değişiklik ya da gelişimin uzun süreli etkililiğini de ölçülmesi açısından faydalı olacaktır.

Mevcut çalışmanın çalışma grubunu mağdur ve izleyici rolünde olan öğrenciler oluşturmaktadır. Programın etkililiğinin test edilmesi için çalışma grubu zorba rolünde olan öğrencilerle de çalışması önemli olarak görülmektedir. Ayrıca çalışma bir okulda öğrenim gören 6. sınıf öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Ortaokul kademesindeki diğer sınıf düzeyleri ile de yürütülerek test edilmesi genellenebilirliği için katkı sağlayacaktır.

Uygulanan psikoeğitim programı zaman sınırlılıkları sebebiyle öğrencilere yönelik hazırlanan kısa süreli bir çalışmadır. Bu programın daha etkili hale gelmesi için ve davranış değişikliğinin gözlemlenebilmesi için daha uzun süre gerekmektedir. Ayrıca akran zorbalığı konusunun tüm okulu etkilediği göz önüne alınırsa programın uygulama sürecine iş birliğinin sağlanması için okul idaresinin, öğretmenlerin ve velilerin de katılması önemli olarak görülmektedir. Bu kapsamda zorbalığın fark edilmesi ve baş etme becerilerinin geliştirilmesi için öğrencilere destek olmak amacıyla okul idaresi, öğretmenler ve velilere de ayrı psikoeğitim programları uygulanması önerilmektedir.

Sonuç olarak mevcut çalışmanın, MEB desteği ile ORGM tarafından hazırlanan Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim programının deneysel olarak uygulanıp test edildiğine dair gerçekleştirilen ilk çalışma olması ve programın test edilmesinin kanıta dayalılığa hizmet etmesi, uygulanan program ile psikoeğitimlerin akran zorbalığı ile baş etme becerilerinin gelişimine katkı sağlaması ve okullardaki en önemli sorunlardan biri olan akran zorbalığı konusu ile ilgili alanyazına sağladığı katkı açısından önemli olduğu görülmektedir.

Araştırma ve Yayın Etiği

Bu çalışmada "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan "Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler" başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik kurul izin bilgileri

Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psiko eğitim Programının Akran Zorbalığı İle Baş Etmeye Etkisinin İncelenmesi

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı: Amasya Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulu

Etik değerlendirme kararının tarihi: 12.03.24

Etik değerlendirme belgesi sayı numarası: E-30640013-100-215195

Yazarların Katkı Oranı

1. yazar %60, 2. yazar %40 oranında katkı sağlamıştır.

Çıkar Çatışması

Herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek ve Teşekkür

Psiko eğitim uygulamasına katılan öğrencilere teşekkür ederiz.

Kaynaklar

- Akcan, A., Akcan, F., ve Sarvan, S. (2016). Ortaokul öğrencilerinde zorba davranışların önlenmesine yönelik bir girişim programı. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5, 259-265.
- Atik, G. (2006). *İlköğretim ikinci kademe öğrencileri arasındaki zorbalık davranışını yordamada denetim odağı, benlik saygısı, aile stili, yalnızlık ve akademik başarının rolü*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Ankara.
- Atik, G. ve Kemer, G. (2008). İlköğretim ikinci kademe öğrencileri arasındaki zorbalığı yordamada problem çözme becerisi, sürekli öfke-öfke ifade tarzları ve fiziksel öz yeterliğin rolü. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 198-206.
- Ayas, T. ve Pişkin, M. (2011). Lise öğrencileri arasındaki zorbalık olaylarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve okul türü bakımından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(2), 550-568.
- Baker, S. B. (2011). The state of primary prevention in the American school counseling profession: Past, present, and future. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(36), 105-113.
- Beşel, M. C. (2023). *Akran zorbalığıyla başa çıkmada sosyal beceri temelli psiko eğitim programının etkisinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Ordu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ordu.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Çankaya, İ. (2011). İlköğretimde akran zorbalığı. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(1), 81-92.
- Çayırdağ, N. (2006). *İlköğretim 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin okul kültürünü algılayışları ile zorbalık eğilimleri ve zorbalıkla baş etme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- DeLucia-Waack, J. L. (2006). *Leading psychoeducational groups: For children and adolescents*. Sage Publications, Inc.
- Doğan, A. (2010). Ekolojik sistemler kuramı çerçevesinde akran zorbalığının incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(3), 149-162.
- Dölek, N. (2002). *İlk ve orta öğretim okullarındaki öğrenciler arasında zorba davranışların incelenmesi ve "zorbalığı önleme tutumu geliştirilmesi programının etkisinin araştırılması*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Erkiral, E. (2021). *7. sınıf öğrencilerinde psikodrama eğitiminin akran zorbalığı ile başa çıkma düzeyleri üzerindeki etkisi*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Erkuş, A. (2005). *Bilimsel Araştırma Sarmalı*. Seçkin Yayınevi.
- Gökler, R. (2009). Okullarda akran zorbalığı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 511-537.

- Güçray, S. S., Çekici, F. ve Çolakkadioğlu, O. (2009). Psiko-eğitim gruplarının yapılandırılması ve genel ilkeleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 134-153.
- Günay, Ş. ve Can, G. (2018). Zorbalıkla baş etmeye yönelik bir akran destek programının etkililiği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(51), 266-294.
- Hahs-Vaughn, D. L., & Lomax, R. G. (2020). *An introduction to statistical concepts*. Routledge.
- Işık, Ş. ve Kaynak, Ü. (2024). *Psikoeğitim Uygulayıcılar İçin Bir Kılavuz*. Pegem Akademi.
- Kantar, E. (2019). *Metin türlerine dayalı yaratıcı drama etkinliklerinin akran zorbalığı algısına etkisi* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kapıcı, E. G. (2004). İlköğretim öğrencilerinin zorbalığa maruz kalma türünün ve sıklığının depresyon, kaygı ve benlik saygısıyla ilişkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(1), 1-13.
- Koç, Z. (2006). *Lise öğrencilerinin zorbalık düzeylerinin yordanması*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kurt Demirbaş, N. (2020). *Zorbalığa seyirci müdahale psiko-eğitim programının ortaokul öğrencilerinin zorbalığa müdahale becerilerine etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kurt Demirbaş, N. ve Öztemel, K. (2022). Zorbalığa seyirci müdahale psiko-eğitim programının ortaokul öğrencilerinin zorbalığa müdahale becerilerine etkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42(2), 1573-1604.
- Mynard, H. ve Joseph, S. (2000). Development of the multidimensional peer-victimization scale. *Aggressive Behavior*, 26, 169-178.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Blackwell.
- Olweus, D. (1994). Annotation: bullying at school: basic facts and effects of a school based Intervention program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35(7), 1171-1190.
- Olweus, D. (1997). Bully/victim problems in school: Facts and interventions. *European Journal of Psychology of Education*, 12(4), 495-510.
- Olweus, D. (1999). *Bullying Prevention Program*. Center for the Study and Prevention of Violence, Institute of Behavioral Science, University of Colorado at Boulder.
- Olweus, D. (2004). *Bullying at school* (9. bs.). Blackwell.
- Organisation for Economic Co-operation and Development [OECD]. (2018). PISA 2018 Veritabanı. <https://www.oecd.org/en/data/datasets/pisa-2018-database.html> adresinden elde edildi.
- Özbek, Ö. Y. ve Taneri, P. O. (2021). İlkokullar için akran zorbalığı önleme modülünün tanıtımı. *ÇAKÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(1), 55-87.
- Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü [ORGM]. (2024). Akran Zorbalığı 2024. <https://orgm.meb.gov.tr/www/akran-zorbaligi/icerik/2085> adresinden elde edildi.
- Pişkin, M. (2010). Ankara'daki ilköğretim öğrencileri arasında akran zorbalığının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35(156), 175-189.
- Salmivalli, C. (1999). Participant role approach to school bullying – implications for interventions. *Journal of Adolescence*, 22, 453-459.
- Santrock, J.W. (2015). *Yaşam Boyu Gelişim*. Nobel yayınevi.

Arkadaş İlişkileri Geliştirme Psikoeğitim Programının Akran Zorbalığı İle Baş Etmeye Etkisinin İncelenmesi

- Sır, E. (2022). Ortaokul öğrencilerine uygulanan "Benlik Saygısı Geliştirme Programı'nın" benlik saygısı ve akran zorbalığı mağduriyetine etkisi. (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Siyez, D. ve Kaya, A. (2011). Akran zorbalığı gruplarında empatik eğilim. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 23-43.
- Steen, S., Bryan, J. & Day-Vines, N. L. (2024). Psychoeducational groups in schools. (ed. Bradley T. Erford) In *Group Work In School* (pp. 204-219). Third Edition. Routledge.
- Şahin, M. ve Akbaba, S. (2010). İlköğretim okullarında zorbacı davranışların azaltılmasına yönelik empati eğitim programının etkisinin araştırılması. *Kastamonu Education Journal*, 18(1), 331-342.
- Topçu, Ç. (2008). *Siber zorbalığın empati, toplumsal cinsiyet, geleneksel zorbalık, internet kullanımı ve yetişkin denetimiyle ilişkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK]. (2023, Mart). *Türkiye Çocuk Araştırması, 2022*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Cocuk-Arastirmasi-2022-49744#:~:text=%C3%87ocuklar%C4%B1n%20ya%C5%9Flar%C4%B1%20ilerledik%C3%A7e%2C%20ebeveynleri%20ile,oran%C4%B1%20%47%2C8%20oldu> adresinden elde edildi.
- Türkkan, Ş. (2013). *Zorbalıkla baş etmeye yönelik akran destek programının ortaokul 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin zorbalıkla baş etme becerilerine etkileri*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Van der Wal, M. F., de Wit, C. A. M. ve Hirasing, R. A. (2003). Psychosocial health among young victims and offenders of direct and indirect bullying. *Pediatrics*, 111(6), 1312-1317.
- Villalba, J. A. (2003). A psychoeducational group for limited-English proficient Latino/Latina children. *Journal for Specialists in Group Work*, 28, 261-276.
- Willard, N. E. (2005). *Educator's Guide to Cyberbullying Addressing the Harm Caused by Outline Social Cruelty*.

Extended Abstract

Introduction

Peer bullying is defined as disturbing behaviors of a person or a group that are exhibited permanently, deliberately, and repeatedly against another person or a group with a power imbalance. Peer bullying is classified into four groups as physical, verbal, social, and cyber bullying. Physical bullying refers to bullying that involves physical actions such as hitting or pushing; verbal bullying includes actions like mocking or making fun of someone; social bullying affects a person socially by excluding them from a group, and cyberbullying refers to a type of bullying carried out through the use of technology. In peer bullying, the person who bullies is called "bully", the bullied person is called "victim" or "aggrieved", whereas the person who witnesses the bullying is called "bystander". In some cases, it is seen that not only do the students become a bully by bullying, but they also become a victim by getting bullied. All the children exposed to bullying, exhibiting bullying, and taking a bystander role are seen to be affected negatively. While there is more risk of depression and suicide among the students exposed to bullying, problems like failure in profession and substance abuse are seen among the students in a bullying role. Nowadays peer bullying occurring especially at schools, is seen as an important problem. Research on peer bullying shows that peer bullying is widespread in Türkiye, and

there is a significant number of students in the role of victims. Various studies are done to prevent and reduce peer bullying which is increasing more and more at schools. While most studies focus on examining the prevalence of peer bullying and its associated variables, there are also studies conducted using experimental designs. Psychoeducational studies are one of the most effective studies among them. However, studies on psychoeducational programs to prevent and reduce peer bullying in Türkiye are limited. When the present programs' contents were observed in the literature, there wasn't found to be any application for the experimental practicing and testing of the Friend Relationship Development Psychoeducation Programme that was prepared by the Ministry of Education. That's why, the testing of the practice of this program prepared for the whole of Türkiye with open access and the observation of the effect of the Friend Relationship Development Psychoeducation Programme on the awareness of bullying and the level of coping with bullying among the secondary school students were aimed in this study.

Method

The Psychoeducation Programme used in the research is the shortened and revised form of the 10-session Friend Relationship Psychoeducation Programme prepared by the Ministry of Education to a 6-session according to the needs of the group by researcher. In the research, single-group pretest and posttest design was used among the weak experimental designs. The Friend Relationship Development Psychoeducation Programme was applied to the experimental group for 6 sessions in which each session is 45 minutes. In the scope of the research, a pretest of the experimental group was done before the experimental process, and a posttest evaluation was done after the process. The experimental group is composed of 8 sixth-grade voluntary students aged between 11 to 12 who study at a secondary school in Amasya and got bullied or witnessed bullying in the spring semester of the 2023-2024 academic year. Guess-who technique was applied to all the 6th-grade students to identify the working group; the bullied students or bystanders were defined by the help of the scale results, the teachers' views attending the students' classes and guidance service meetings. Personal Information Form was used to identify the gender, age, and grade of the participant students. Moreover, Friend Relationship Development Programme Acquisition Checklist and Friend Relationship Development Psychoeducation Programme with 6 sessions were used to do pretest and posttest evaluation. The Friend Relationship Development Programme Acquisition Checklist was revised from a 10-session Friend Relationship Development Programme prepared by the Ministry of Education to a 6-session Psychoeducational Programme with a shortened Acquisition Checklist by the researcher. The checklist used is a 15-item, 4-point Likert-type scale containing statements related to the objectives of the psychoeducation program. The total score for each student was determined by summing the points corresponding to their responses.

In the six-session Psychoeducation Program for Developing Peer Relationships, different themes were addressed in each session according to the students' needs. In the first session, the theme of introduction was covered, where students set their personal goals, and an introduction to peer bullying was provided. In the second session, the theme of bullying roles and associated emotions was addressed, to increase participants' awareness of the roles of the bully, the victim, and the bystander, as well as fostering an understanding of the emotions experienced by individuals in these roles. In the third session, the theme of the connection between emotions, thoughts, and behaviors was addressed, to enable group members to recognize their emotions and become aware of their irrational beliefs related to peer bullying. The fourth session focused on communication styles, aiming to help group members understand their communication styles and recognize the importance of assertive communication in their interactions. The fifth session explored the theme of anger, to help members understand that anger is a natural and healthy emotion, identify situations that trigger their anger, and learn strategies for managing it effectively. In the final session, the sixth session, the themes of termination and farewell were discussed. The objective of this session is to enable group members to conduct a comprehensive self-assessment by reviewing all the previous sessions and to facilitate their farewell to other members. Activities were implemented in collaboration with the students following the themes and objectives established for each session. Upon the completion of the psychoeducational program, it was observed that the students had successfully achieved their personal goals.

SPSS 22 software was used during the data analysis process. Kurtosis and Skewness values, Q-Q Plot test, Kolmogorov-Smirnov, and Shapiro-Wilk tests were performed to test the normal assumption. According to the results, it is obvious that the data were distributed; however when $n < 30$, it is more applicable to use non-parametric tests. Therefore, the Wilcoxon Signed Rank Test was used to test whether there was a significant difference between the pre-test and post-test measurements within the experimental group. According to the results, a significant difference was found between the pretest and post-test scores of the experimental group in terms of recognizing peer bullying and coping with it ($z = -2.53$, $p < .05$). Thus, it is observed that there is a significant difference in the abilities of students in the experimental group to recognize and cope with peer bullying. According to this result, it is obvious that the Friend Relationships Development Psychoeducation Program had a significant effect on improving students' abilities to recognize and cope with peer bullying. This is also consistent with the findings in the literature that psychoeducational programs improve coping skills for peer bullying.

Result and Discussion

It can be said that the Friend Relationship Development Psychoeducation Program is effective in recognizing and coping with peer bullying. Although pre and post-test measurements were taken,

follow-up activities weren't applied, so there is no information about the continuity of the program. Since the implemented program was a six-session version revised to meet the needs of the students from the Ministry of National Education's ten-session Friend Relationships Development Psychoeducation Program, the fact that some themes from the original program were not used may have reduced its effectiveness. Therefore, it is recommended to implement the full program. If this program, which was revised according to the developmental characteristics of 6th-grade students, is to be applied to students in different age groups, it should be revised again based on the characteristics of those age groups. Since the general objectives checklist of the Friend Relationships Development Psychoeducation Program from the Ministry of National Education's program was revised and used to carry out pre-test and post-test measurements in this program, no study on the validity and reliability of the checklist used exists. Proving the validity and reliability of the measurement tools used is essential for increasing the internal and external validity and reliability of the research on recognizing and coping with peer bullying. Since the implemented program was prepared for students in the victim and bystander roles in peer bullying, working with students in the bully role is also important for testing the program's effectiveness. Additionally, testing the study across different grade levels within the middle school context would contribute to its generalizability. Lastly, the Friend Relationships Development Psychoeducation Program was conducted in a short period due to time constraints. A longer duration is required to make the program more effective and observe behavioral changes that will occur as a result of the program. Additionally, applying separate programs to the school administration, teachers, and parents, in addition to students, when dealing with bullying will make the coping process more effective.

In conclusion, the current study is significant as it is the first to experimentally implement and test the Friend Relationships Development Psychoeducation program prepared by the Ministry of National Education. It contributes to the literature on one of the most important issues in schools, peer bullying, by demonstrating the program's contribution to the development of coping skills for peer bullying and supporting the evidence-based effectiveness of psychoeducational programs in this area.

Ekler

Ek-1. Arkadaşlık İlişkileri Geliştirme Programı Kazanım Kontrol Listesi †

Öğrencinin Adı Soyadı:

Tarih:

ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ GELİŞTİRME PROGRAMI KAZANIM KONTROL LİSTESİ				
	Hiçbir Zaman	Bazen	Çoğunlukla	Her Zaman
Yönerge: Aşağıdaki ifadelerin her birini dikkatlice okuyunuz ve size uygun seçeneğe X işareti koyunuz.				
Arkadaş ilişkilerinde akran zorbalığını tanırım.				
Akran zorbalığı türlerini tanırım.				
Akran zorbalığındaki rolleri tanırım.				
Arkadaş ilişkilerinde olayların olumlu ve olumsuz yönlerine tarafsız bakmanın öneminin farkındayım. (Örn: Bazen kötü olaylar oluyor ama hayatımda güzel şeyler de var.)				
Arkadaş ilişkilerinde olayların olumlu ve olumsuz yönlerine tarafsız bir şekilde bakabilirim.				
İletişim tarzlarını (çekingen, saldırgan ve güvengen) bilirim.				
Arkadaş ilişkilerinde kendimi açık ve kibar bir şekilde ifade ederim.				
Arkadaş ilişkilerinde akran zorbalığı ile başa çıkma stratejilerini bilirim.				
Akran zorbalığına maruz kaldığımda hangi başa çıkma stratejisini kullanacağıma karar verebilirim.				
Arkadaşlık ilişkilerinde rahatsızlık veren durumlarda nasıl "dur" diyeceğimi bilirim.				
Güvenli bir tepki ile saldırgan bir tepkiyi ayırt edebilirim.				
Akran zorbalığı durumunda kimlerden yardım alabileceğimi bilirim.				
Duygularım, düşüncelerim ve davranışlarımın nasıl birbirini etkilediğini bilirim.				
Öfke duygusunu tanırım.				
Öfkemi nasıl kontrol edeceğimi bilirim.				

† Bu form MEB Akran Zorbalığı Yapan Öğrencilere Yönelik Arkadaşlık İlişkileri Geliştirme Psiko eğitim Programı 10. Oturum EK-B'den uyarlanmıştır.