



**T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK
LİSANS
TEZİ**

**OKUL ÇAĞI ÇOCUKLARINA VERİLEN
ATILGANLIK EĞİTİMİNİN AKRAN ZORBALIĞI VE
ATILGANLIK ÜZERİNE ETKİSİ**

FATMA AVŞAR

HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

OCAK 2016



**OKUL ÇAĞI ÇOCUKLARINA VERİLEN ATILGANLIK EĞİTİMİNİN
AKRAN ZORBALIĞI VE ATILGANLIK ÜZERİNE ETKİSİ**

Fatma AVŞAR

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

OCAK 2016

Fatma AVŞAR tarafından hazırlanan ‘Okul Çağı Çocuklarına Verilen Atılgnlık Eğitiminin Akran Zorbalığı ve Atılgnlık Üzerine Etkisi’ adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ / OY ÇOKLUĞU ile Gazi Üniversitesi Hemşirelik Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Doç. Dr. Sultan AYAZ

Hemşirelik Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum



Başkan : Doç. Dr. Hatice BEBİŞ

Dahili Hemşirelik Anabilim Dalı, Gülhane Askeri Tıp Akademisi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum



Üye : Doç. Dr. Ebru KILIÇARSLAN TÖRÜNER

Hemşirelik Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum



Tez Savunma Tarihi: 28 / 01/ 2016

Jüri tarafından kabul edilen bu tezin Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

.....
Doç. Dr. Ufuk KOCA ÇALIŞKAN

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

ETİK BEYAN

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Fatma AVŞAR

17.02.2016

OKUL ÇAĞI ÇOCUKLARINA VERİLEN ATILGANLIK EĞİTİMİNİN AKRAN ZORBALIĞI VE ATILGANLIK ÜZERİNE ETKİSİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Fatma AVŞAR

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Ocak 2016

ÖZET

Araştırma, okul çağı çocuklarına verilen atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisini belirlemek amacıyla kontrol gruplu ön test, son test araştırma tasarımı ile yarı deneysel olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemine, 5. ve 6. sınıfta öğrenim gören öğrenciler alınmıştır. Müdahale grubunda 47, kontrol grubunda 72 öğrenci olmak üzere toplam 119 öğrenci araştırmaya dahil edilmiştir. Verilerin toplanmasında “Kişisel Bilgi Formu”, “Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği” ve “Atılganlık Envanteri” kullanılmıştır. Müdahale grubuna sekiz oturumdan oluşan “Atılganlık Eğitimi” verilmiştir. Öğrencilerin yaş ortalaması $11,4 \pm 0,7$ ’dir. Her iki okulda öğrenim gören öğrenciler arasında yaş, cinsiyet, aile yapısı, ekonomik durum ve okul başarısı gibi sosyo-demografik özellikler açısından istatistiksel olarak fark bulunmamıştır ($p > 0.05$). Müdahale ve kontrol grubunda Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği Kurban boyutu ön test/son test ortalamaları karşılaştırıldığında; müdahale grubu öğrencilerinin son test ortalama puanının anlamlı derecede azaldığı, fakat kontrol grubu öğrencilerinin son test ortalama puanının değişmediği saptanmıştır. Müdahale ve kontrol grubunda Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği Zorba boyutu ön test/son test ortalamaları karşılaştırıldığında, müdahale grubu ve kontrol grubu öğrencilerinin son test puanlarının azaldığı, fakat gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > 0.05$). Müdahale ve kontrol grubunda Atılganlık Envanteri ön test/son test ortalamaları karşılaştırıldığında, müdahale grubunda son test puanının anlamlı derecede arttığı saptanmıştır ($p < 0.05$). Araştırma bulgularına göre, atılganlık eğitiminin öğrencilerin akran kurbanı olma ve atılganlık üzerine etkili olduğu ancak zorba olma durumunu etkilemediği sonucuna varılmıştır.

Bilim Kodu : 1032.5

Anahtar Kelimeler :Okul Sağlığı, Atılganlık, Akran Zorbalığı, Hemşire

Sayfa Adedi :112

Danışman : Doç. Dr. Sultan AYAZ

THE EFFECT OF ASSERTIVENESS TRAINING FOR ELEMENTARY SCHOOL
STUDENTS ON BULLYING AND ASSERTIVENESS LEVEL

(M. Sc. Thesis Staff)

Fatma AVŞAR

GAZI UNIVERSITY
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

January 2016

ABSTRACT

This study was a quasi-experimental design with pre and post-tests. The sample of the study consisted of students studying 5th and 6th grades in each school. Intervention group consisted of 47 students and control group consisted of 72 students. Data were collected by means of “Personal Knowledge Form”, “Assertiveness Scale” and “Multidimensional Peer-Victimization Scale”. Training program comprised of eight session was given to intervention group. The average age of the students participating in the study was $11,4 \pm 0,7$. Descriptive characteristics, such as age, gender, family structure, economic status, and school success were not statistically different between the schools ($p < .05$). A comparison of the mean pre-test/post-test scores of Multidimensional Peer-Victimization Victim Scale of the students intervention and control groups revealed that the mean post-test scores of the students in the intervention group have been significantly decrease ($p < .05$), however post-test scores of the students at control group were same ($p > .05$). A comparison of the mean pre-test/post-test scores of Multidimensional Peer-Victimization Bully Scale of the students intervention and control groups revealed that the mean post-test scores of the students in the intervention group and control group have been decrease ($p > .05$). A comparison of the mean pre-test / post-test scores of Assertiveness Scale of the students intervention and control groups revealed that the mean post-test scores of the students in the intervention group have been significantly increased ($p < .05$). As a result, assertiveness training program increased the level of assertiveness and reduced the state of being victims but the did not affect state of being bullis.

ScienceCode : 1032.5
KeyWords : School Health, Assertiveness, Bullying, Training, Nursing
PageNumber : 112
Supervisor : Assoc. Prof. Dr. Sultan AYZAZ

TEŞEKKÜR

Çalışma sürecimde her zaman destek olan, değerli yardım ve katkılarıyla beni yönlendiren, tecrübelerinden yararlanırken göstermiş olduğu hoşgörü ve sabırdan dolayı tez danışmanım Sayın Doç. Dr. Sultan AYAZ'a

Manevi destekleriyle beni yalnız bırakmayan çok değerli annem GülümserAVŞAR'a, babam Metin AVŞAR'a ve süreçte bana katlanmak zorunda kalan sevgili kardeşlerim Hilalcan ve F.Feyza'ya

Tezimi okuyarak değerli katkılarda bulunan jüri üyeleri Doç.Dr. Ebru KILIÇARSLAN TÖRÜNER ve Doç. Dr. Hatice BEBİŞ'e

Araştırmanın uygulama aşamasında her türlü desteği sağlayan başta okul müdürü Güner ŞERBERT ve rehberlik öğretmenleri Sueda ÇELİK ve Yeşim KESKİ olmak üzere tüm okul yöneticilerine, öğretmenlere, araştırmada yer alan sevgili öğrencilere teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
ÇİZELGELERİN LİSTESİ.....	x
ŞEKİLLERİN LİSTESİ	xi
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	xii
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	7
2.1. Akran Zorbalığı.....	7
2.2. Zorba, Kurban, ve Gözlemcinin Özellikleri	8
2.2.1. Zorba bireylerin özellikleri	9
2.2.2. Kurban bireylerin özellikleri.....	9
2.2.3. Gözlemci bireylerin özellikleri	10
2.3. Akran Zorbalığının Türleri	11
2.3.1. Direkt zorbalık	11
2.3.2. Direkt olmayan zorbalık	12
2.4. Akran Zorbalığının Nedenleri	13
2.5. Akran Zorbalığının Sonuçları.....	14
2.6. Akran Zorbalığının Önlenmesi.....	15
2.7. Atılgnalık.....	17
2.7.1. Atılgnlığın önemi	20
2.7.2. Atılgn davranışların öğeleri	21
2.7.3. Atılgnlık türleri	23

	Sayfa
2.8. Atılgnlık Eğitimi	23
2.9. Akran Zorbalığının Önlenmesinde Okul Sağlığı Hemşiresinin Rolü.....	25
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	29
3.1. Araştırmanın Şekli	29
3.2. Araştırmanın Yeri ve Özellikleri	29
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	30
3.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	31
3.5. Veri Toplama Araçları	31
3.6. Araştırmanın Ön Uygulaması	33
3.7. Araştırmanın Uygulama Basamakları.....	33
3.7.1. Atılgnlık eğitimi rehberi	34
3.8. Verilerin Değerlendirilmesi	35
3.9. Araştırmanın Etik Yönü.....	36
3.10. Araştırmanın Uygulama Şeması	37
4. BULGULAR.....	39
4.1. Öğrencilerin Sosyo-demografik ve Sosyal İlişkileri ile İlgili Özelliklerine İlişkin Bulgular	39
4.2. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Kurban Olma Durumlarına İlişkin Bulgular.....	42
4.3. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Zorba Olma Durumlarına İlişkin Bulgular	43
4.4. Öğrencilerin Atılgnlık Düzeylerine İlişkin Bulgular	44
5. TARTIŞMA	47
5.1. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Kurban Olma Durumlarına İlişkin Bulgular	47
5.2. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Zorba Olma Durumlarına İlişkin Bulgular	47
5.3. Öğrencilerin Atılgnlık Düzeylerine İlişkin Bulgular	49
	Sayfa

6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	51
6.1. Sonuçlar	51
6.2. Öneriler	52
KAYNAKLAR	53
EKLER	65
Ek-1.Kişisel Bilgi Formu	66
Ek-2. Akran Zorbalığını Belirleme Ölçeği	68
Ek-3. Atılganlık Envanteri	70
Ek-4. 6-12 Yaş Çocuk Psikolojisi Eğitimi Sertifikası	72
Ek-5. Eğitiminin Eğitimi Sertifikası.....	73
Ek-6. Atılganlık Eğitimi Sunumları	74
Ek-7. Gazi Üniversitesi Etik Komisyon Yazısı	106
Ek-8. İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü izni	108
Ek-9. Veliler İçin Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu	110
Ek-10. Ölçek İzinleri.....	111
ÖZGEÇMİŞ	112

ÇİZELGELERİN LİSTESİ

Çizelge	Sayfa
Çizelge 4.1. Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri	37
Çizelge 4.2. Öğrencilerin sosyal ilişkileri ile ilgili özelliklerinin dağılımı.....	38
Çizelge 4.3.Öğrencilerin akran zorbalığını belirleme ölçeği kurban boyutu ortalama puanlarının dağılımı	39
Çizelge 4.4. Öğrencilerin akran zorbalığını belirleme ölçeği zorba boyutu ortalama puanlarının dağılımı	42
Çizelge 4.5. Öğrencilerin atılganlık envanteri ortalama puanlarının dağılımı.....	44

ŞEKİLLERİN LİSTESİ

Şekil	Sayfa
Şekil 3.1. Atılğanlık eğitim programı.....	35
Şekil 3.2. Araştırmanın uygulama şeması.....	36
Şekil 4.1. Müdahale ve kontrol grubu öğrencilerin eğitim öncesi ve sonrası AZBÖ kurban boyutu ortalama puanlarının değişimi	41
Şekil 4.2. Müdahale ve kontrol grubu öğrencilerin eğitim öncesi ve eğitim sonrası AZBÖ zorba boyutu ortalama puanlarının değişimi.....	42
Şekil 4.3. Müdahale ve kontrol grubu öğrencilerin eğitim öncesi ve eğitim sonrası atılğanlık envanteri ortalama puanlarının değişimi.....	45

SİMGELER VE KISALTMALAR

Bu çalışmada kullanılmış bazı simge ve kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur.

Simgeler	Açıklama
%	Yüzde
$\bar{X}$	Ortalama Değer
F	Anova Testi
n	Örneklem Sayısı
N	Evren Sayısı
p	Anlamlılık Düzeyi
SS	Standart Sapma

Kısaltmalar	Açıklama
ANOVA	Analysis of Variance
AZBÖ	Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences

1.GİRİŞ

Problem Durumu

Saldırganlık genel olarak bir bireyin ya da bireylerin diğerleri üzerinde fiziksel, psikolojik veya sosyal zarar oluşturabilen eylemlerde bulunmasıdır [1]. Saldırganlık sosyalleşme ile ortaya çıkmakta ve 8-12 yaş döneminde anlamlandırılıp davranış haline getirilmektedir [2]. Saldırganlığın fiziksel boyutu olan şiddet, fiziksel güç ya da kuvvetin amaçlı bir şekilde kendine, başkasına, bir gruba ya da topluluğa karşı fiziksel ya da psikolojik zarara, ölüme, gelişim sorunlarına ya da yoksunluğa neden olacak şekilde kullanılmasıdır [3]. Ülkemizde her dört öğrenciden biri şiddete maruz kalmakta ve en fazla sözel şiddet görülmektedir [4]. Yekeler ve Pehlivan (2014) öğrencilerin %41,9'nun fiziksel şiddete maruz kaldıklarını; Gençoğlu ve diğerleri (2014) tarafından yapılan bir çalışmada anne-babadan şiddet görmüş ergenlerin şiddet eğilimlerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğunu saptamışlardır [5,6]. Okullarda son dönemlerde sık görülen ve fiziksel zararlar sonucunda şiddet olaylarının en temel sebeplerinden biri akran zorbalığıdır [7,8].

Akran zorbalığı, saldırganlığın planlanmış, kasıtlı, niyete odaklı ve proaktif türü olarak ortaya çıkmaktadır [9,10,11]. Akran zorbalığı bir ya da daha fazla öğrencinin bir başka öğrenciye sürekli olarak olumsuz eylemlerde bulunması şeklinde tanımlanmaktadır [7,12]. Bir eylemin akran zorbalığı olması için; kasıtlı olarak zarar verme amacı gütmesi, süreklilik göstermesi ve zorba ile kurban arasında fiziksel ya da psikolojik güç dengesizliğinin olması gerekmektedir. Akran zorbalığı hem doğrudan fiziksel, hem de dolaylı sözel ve psikolojik olarak oluşmaktadır [13,19].

Akran zorbalığı görülme sıklığı kültürlerden etkilendiği için ülkeler arası farklılık göstermekte ve ülkelerin gelişmişlik düzeyi ile ters orantılı olarak değişmektedir [14,15]. Aynı yaş grubu çocuklar üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde; Meksika'da akran zorbalığı oranı %3.5, İngiltere'de %62.5 olarak belirlenmiştir [17,18]. Beş ülkeyi kapsayan bir araştırmada; Mısır'da zorba oranı %60.3; Libya'da % 34.5, Moroko'da % 31.9 ve Tunus'da % 30.6 olarak bulunmuştur [20]. Dünya Sağlık Örgütü 2001-2002 yıllarında 35 ülkeyi kapsayan araştırmasında zorba ve kurban oranını %11 olarak belirlemiştir [21].

Ülkemizde Pişkin (2010)'ın yaptığı araştırmada; zorba oranı %30.2 olarak bulunmuştur [7]. 2007- 2010 yılları arasında Ankara 1. Çocuk Ağır Ceza Mahkemesi'nde 188 çocuğun akran zorbalığı suçlusu olduğu kayıtlarda yer almaktadır [22]. Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) tarafından 2006 yılında gerçekleştirilen "Okullarda Şiddetin Önlenmesi ve Şiddetle Mücadele İçin Yerel Ortaklıklar" adlı toplantıda; okulda şiddet ve zorbalığın ulusal bir problem olduğu, kamuoyu ve ilgili araştırmalarda okulda akran zorbalığı olgusunun farkına varıldığı ve ortaya çıkan sorunlarla uygun biçimde ilgilenilmesi gerektiği belirtilmiştir [23].

Akran zorbalığı saldırgan bir davranıştır ve her düzeyde öğrenim gören öğrencide görülebilmektedir [3]. Ergenlik döneminde ebeveyn denetiminin azalması ile birlikte akran etkisinin arttığı, bu artışın saldırgan davranışları arttırdığı ve akran zorbalığının oluşmasına neden olduğu gözlenmiştir [24]. Akran zorbalığı kurbanlarla birlikte, okuldaki tüm öğrencileri, öğretmenleri ve oluşturulmak istenen pozitif okul çevresini etkilemektedir. Akran zorbalığı, sadece kurbanlarda değil, aynı zamanda süreç içinde yer alan zorba, kurban ve izleyicilerde; depresyon, düşük özsaygı ve problemli davranışlar gibi yaşam boyu süren psikososyal olumsuzluklara neden olmaktadır [1,25]. Bu olumsuz etkiler, akran zorbalığı türüne ve öğrencilerin zorbalığa maruz kalma sıklığındaki artışa bağlı olarak değişiklik göstermektedir [26].

Okuldaki şiddet toplum tarafından normal bir davranış olarak karşılanmakta ve uygun önlemler alınmazsa alışkanlık halini alabilmektedir [27]. Bu nedenle, öğrencilerin sağlığını korumak ve geliştirmek, güvenli bir ortamda eğitim alabilmelerini sağlamak ve okul başarılarını artırabilmek için koruyucu ve önleyici çalışmaların önemi artmaktadır. Zorbalığın önlenmesinde problemleri şiddet kullanmadan çözmeye dayalı, iletişim becerilerini geliştirici, öfke kontrolü ve benlik saygısını geliştirici eğitimler etkili olabilmektedir [28]. Okullarda ders dışı zamanlarda yürütülen akran zorbalığı karşıtı programlar, öğrencileri güçlendirerek %80 oranında zorbalığı azalabilmektedir [29]. Zorbalığı azaltmak için oluşturulan okul temelli bütüncül programla akran zorbalığının %20-23'den %17-20'ye düştüğü kanıtlanmıştır [30]. Çocuklara temel çocuk hakları öğretildiği zaman sorumluluk almaya istekli oldukları, farklılıkları daha kolay benimsedikleri, benlik saygısının arttığı, güçlü ve zayıf yönlerini öğrendikleri, okulda olumlu ilişkiler geliştirdikleri, hak ve sorumluluk duygularında artma olduğu, sosyal sorumluluk alma isteklerinin arttığı ortaya çıkmıştır [31].

Okullarda zorbalığı ortadan kaldırmanın yolu, hak ve sorumluluklarının farkında olan, haklarını kullanan, kendine güvenen aynı zamanda başkalarının haklarını da gözeten, atılgan bireyler yetiştirmekten geçmektedir. Atılganlık dürüst, başkalarının haklarını ihlal etmeyen bir şekilde, aşırı kaygı olmadan, görüş, duygu, tutum ve hakları ifade etme yeteneğidir [32]. Atılganlık bireyin ilişkilerinde eşitlik sağlamasını kolaylaştırmakta, özgüvenini ve başkalarına saygı duymayı geliştirmektedir. Atılganlık bireyin kendini savunabilmesine, duygularını dürüstçe ve rahatlıkla ifade edebilmesine, başkalarının haklarını gözeterek kendi haklarını kullanabilmesine olanak sağlamaktadır [33].

Atılganlık eğitimi bireyin benlik kavramını kazanmasında etkilidir. Benlik çevre ile etkileşim sonucu oluşmaktadır. Bir ergen benlik saygısına sahip ise, sosyal ve duygusal uyumluluğunun olduğu belirtilmektedir. Ergenliğin erken evresi, 11-14 yaş aralığını kapsamakta ve davranışların şekillenmesinde önemli olan benlik kavramının gelişmesini içermektedir [34]. Bu döneme denk gelen ilkokuldan ortaokula geçişle beraber akran zorbalığı artmaktadır [35]. Ergenlik döneminin başında bireye atılgan davranış özellikleri kazandırılırsa, birey ergenlik döneminin artan sorunlarıyla daha rahat başa çıkabilmektedir [34].

Okullarda zorba davranışlar sergileyen çocukların tespit edilmesi ve gerekli müdahalelerin uygulanması okul yöneticileri, okul rehberlik servisi, öğretmenler, okul hemşiresi ve gerektiğinde hekimden oluşan çok disiplinli bir ekip yaklaşımı gerektirmektedir [35,36]. Atılgan öğrenciler yetiştirilmesine yönelik girişimlerin uygulanabilmesinde ekibin önemli bir üyesi olan hemşirelerin rolü ön plana çıkmaktadır. Okul sağlığı alanında çalışan hemşire çocukların sağlığını ve öğrenmeyi olumsuz etkileyen durumları belirlemede, çocukların okul çağında ve yetişkinlik dönemlerinde sağlıklı olabilmeleri için onlara yardım etme çok önemli bir konuma sahiptir. Okul hemşiresi kurban ve zorba olmayı değerlendirebilir, zorbaya ve kurbanı yardım edebilir, bu duruma yönelik girişim planlayabilir, şiddet karşıtı programları geliştirmeye ve yaymaya liderlik edebilir [31]. İngiltere’de de okul hemşirelerinden; okul değiştirmek istediğini ifade eden, eve gittiğinde kayıp veya hasarlı eşyalarının olduğu tespit edilen, kekemelik gibi konuşma bozuklukları görülen, sebepsiz ağlayan, vücudunda açıklamadığı morluklar kızarıklıklar ve kesikler bulunan, sosyal faaliyetlerden çekinen, özgüvenini kademeli kaybeden, kendine zarar veren öğrencilere akran zorbalığı yönünden müdahale etmeleri beklenmektedir [29].

Okul sağlığı hemşiresinin akran zorbalığını tanımlama, çözüm için gereken bilgiye ulaşma, sorunun kişiselleştirmeden uzaklaştırılarak toplumsal ve işbirlikçi yolla çözümünü sağlama ve zorbalığı önleyici programlar düzenleme gibi görevleri bulunmaktadır [37]. Bu bağlamda, okullarda atılgan özelliklerinin kazandırılmasına yönelik eğitim programının hazırlanmasında ve uygulanmasında hemşirelere önemli rol ve sorumluluklar düşmektedir. Hemşirenin eğitici, danışman, savunucu, değişim ajanı olma gibi rollerini kullanarak çocuklara atılgan davranış özelliklerinin kazandırılmasında yol gösterici olabileceği düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde, bu alanda yapılan çalışmaların farklı disiplinler (öğretmenler, sosyal hizmet uzmanları, psikologlar) tarafından yapıldığı dikkati çekmektedir. Hemşirelik alanında akran zorbalığının önlenmesinde atılganlık eğitiminin etkisini belirlemeye yönelik çalışmaya ulaşılammıştır. Atılganlık eğitiminin öğrencilerin saldırganlık ve çekingenlik gibi olumsuz davranışların yerine atılgan davranış özelliklerini öğrenmelerine ve etkili sosyal iletişim kurmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın amacı

Araştırma okul çağı çocuklarına verilen atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırmanın Hipotezleri

H₀: Atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlığa etkisi yoktur.

H₁: Atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlığa etkisi vardır.

Araştırmanın Soruları

Öğrencilerin sosyo-demografik ve sosyal ilişkilerine ilişkin özellikleri nelerdir?

Öğrencilerin eğitim öncesi ve sonrası Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği Kurban boyutu ortalama puanları arasında fark var mıdır?

Öğrencilerin eğitim öncesi ve sonrası Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği Zorba boyutu ortalama puanları arasında fark var mıdır?

Öğrencilerin eğitim öncesi ve sonrası Atılganlık Envanteri ortalama puanları arasında fark var mıdır?

Öğrencilerin eğitim öncesi ve sonrası atılganlık ve akran zorbalığı ortalama puanları arasında ilişki var mıdır?

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Akran Zorbalığı

Akran zorbalığı, zorbalığın okul ortamında yapılan şeklidir. Akran zorbalığı evrensel değildir sadece okullarda gerçekleşmektedir [38]. Akran zorbalığı son yıllarda gündemde olan ve özellikle okul döneminde artan bir saldırganlık türüdür [39,40]. Zorbalığın tanımlarında grup şiddeti, bireysel şiddet, fiziksel saldırı, alay etme, dalga geçme, taciz etme ve grup dışına itip yalnızlaştırma gibi farklı boyutlar ön plana çıkarılmıştır [16].

Olweus akran zorbalığı kavramı çalışmalarına 1970’lerde İskandinavya ülkelerinde başlamıştır [38,41]. Olweus (2010:11) zorbalığı “bir birey ya da grup tarafından savunmasız olan bir kişiye karşı yapılan, fiziksel ve/veya psikolojik sonuçları olan ve süreklilik arz eden bir saldırganlık türü” olarak tanımlamaktadır [42,43].

Pişkin (2002:536) akran zorbalığını; “bir veya birden çok öğrencinin, kendilerinden daha güçsüz öğrencileri, kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türü” olarak tanımlamıştır [16].

Akran zorbalığı arkadaşlar arası basit bir kavga değil; güçlü bireyin sahip olduğu gücü daha güçsüz olarak algıladığı bireylere kasten, düşmanca, baskı uygulayarak, korkutarak, tehdit ederek, yalnızlaştırarak uygulamasıdır [38,44]. Bir davranışın akran zorbalığı olarak nitelendirilebilmesi için; kasıtlı olarak zarar verme amacı gütmesi, süreklilik özelliği göstermesi ve zorba, kurban arasında güç dengesizliğinin bulunması gerekmektedir [17,26,41,43,44].

Akran zorbalığının dört temel birleşeni bulunmaktadır. Bu bileşenler “stop” kelimesi ile akrostij edilerek aktarılabilmektedir. “S-Severe-Şiddet”; akran zorbalığında şiddet ve saldırganlık içeren davranışlara sık rastlanmaktadır. “T-Threating-Tehdit”; akran zorbalığında kurban tehdit edilerek korkutulmaktadır. “O-Out of balance-Güç dengesizliği”; zorbalık zorba tarafından güçsüz olarak algılanan bireylere uygulanmaktadır.”P-Persistent-Süreklilik”; bir davranışın akran zorbalığı olarak nitelendirilebilmesi için birden fazla sayıda uygulanması gerekmektedir [38].

Akran zorbalıktaki güç dengesizliği fiziksel, psikolojik, yaşsal, sosyal gruplaşmalardan (çeteleşme) kaynaklanabilmektedir. Bireyin yanında delici kesici alet taşıması güç üstünlüğüne neden olabilir. Sayıca üstün olmak gücün fazla olması anlamına gelebilir. Aile geçmişi güç algısında çok önemlidir. Çocukluğunda abi, abla, kuzen gibi kendinden büyük bireylerle yaşayanlar sosyal desteklerden uzaklaşınca kendilerini savunmasız hissedip kurban özellikleri gösterdikleri görülebilmektedir [38].

Akran zorbalığı kültürden etkilenmektedir. Davranışlar üzerindeki kültürün etkisi akran zorbalığının oluşumunda da kendisini göstermektedir. Akran zorbalığı ile yapılan çalışmalar aynı toplum içindeki çok kültürlülüğün akran zorbalığı üzerine etkisi veya kültürler arası etkileşimin akran zorbalığı üzerine etkisini belirlemek amacı ile yapılmaktadır [41].

Akran zorbalığı kurbanı zarar verme amacı ile bilinçli ve istekli olarak yapılmaktadır. Zorbalar veya kurbanlar bireysel ve grup halinde akran zorbalığında yer alabilir. Zorbalar, akran zorbalığından dolayı haz duymakta ve genellikle kendilerine menfaatler sağlamaktadır. Zorbalar, akran zorbalığının öğretmenlerden gizli yapılmasını istemektedirler. Okullarda akran zorbalığı zorbanın şartları uygun gördüğü her durumda uygulanabilir. Akran zorbalığına maruz kalan birey gününü korku içerisinde ve tetikte geçirmektedir. Kurbanların bir bölümü yaşadığı sorunu aile ve arkadaşlarına aktararak yardım isterken bazıları ölümle tehdit edildiğinden korkup kimseyle paylaşmamaktadırlar [38].

Akran zorbalığı eylemleri; dövme, tekme ya da tokat atma, itme, çekme, dürtme, korkutma, dalga geçme, alay etme, kızdırma, sözel sataşma, tacizde bulunma, kötü isimler takma, hakaret etme, küçük düşürme, yalan-yanlış söylentiler çıkarma ve yayma, çeşitli yerlere çirkin sözler yazma, kasıtlı olarak dışlama veya yalnızlaştırma, oyun veya diğer etkinliklere katmama, kasıtlı olarak eşyalarına zarar verme, tehdit ederek eşya ya da parasını alma, sürekli beceriksiz olduğunu söyleyerek kötü hissetmesine sebep olma...vb. davranış ve sözler şeklinde örneklendirilebilmektedir [16,45].

2.2. Zorba, Kurban ve Gözlemcinin Özellikleri

Akran zorbalığında bireyler; zorba, kurban ve gözlemci gibi roller üstlenmektedir [46]. Her bir gruptaki bireylerin kişisel özellikleri farklılık göstermektedir. Akran zorbalığının önlemesine yönelik programlar geliştirebilmek için akran zorbalığında yer alan grupların özelliklerini tanımak gerekmektedir [16].

2.2.1. Zorba bireylerin özellikleri

Kendilerinden daha güçsüz bireylere zorbalık yapan kişiler akran zorbalığında zorba rolünü üstlenmektedir [16,36,44].

- Özsaygı düzeyleri yüksektir [36]. Düşük benlik saygısına sahiptirler [17]
- Utangaçlık düzeyleri düşüktür [36].
- Genellikle tepkisel davranırlar, otokontrolleri düşük düzeydedir [47].
- Kendilerine bakışları olumludur [47].
- Sergiledikleri davranışlar saldırganlıkla benzerlik göstermektedir [17,48,49].
- Sorunlarla karşılaştıklarında genellikle fiziksel güç kullanarak çözmeye çalışırlar [16].
- Sosyal ilişkilerinde dışa dönüktürler. Akranları arasında genellikle popülerdirler ve kolay arkadaş edinirler. Küçük gruplar oluştururlar. Tam tersi olarak anti sosyal kişiliğe de sahip olabilirler [30,48,49-51].
- Diğer insanlar üzerinde hâkimiyet ve baskı kurmayı ihtiyaç olarak hissederler [38]. Akran zorbalığı yaparak statü kazandıklarını düşünürler [48,49].
- Kurbanlara karşı empati kurma yetenekleri çok düşüktür [38,51]
- Genellikle engellenmiş, daha önceden zorbaca davranışlara maruz kalmış olabilirler. Aile eğitimlerinde ceza ön planda olmuş olabilir [51].
- Zorbalar arasında bağımlılık yapan sigara ve alkol kullanma yaygındır [50].
- Kışkırtıcı kurban özelliklerine de sahip olabilirler [51]
- Hızlı ve aceleci hareket etmektedirler [51]
- Öfkeli, çabuk sinirlenen kişiler olarak bilinirler [51]
- Dikkat sorunları vardır [51]
- Akran ilişkileri sorunları yaşamaktadırlar [16,17].
- Anksiyete ve psikosomatik problemler yaşarlar [17]

2.2.2. Kurban bireylerin özellikleri

Kendilerinden daha güçlü bireylerin zorbalıklarına uğrayan kişiler akran zorbalığında kurban rolünü üstlenmektedir [16,36,44]. Pasif kurban ve kışkırtıcı kurban olmak üzere iki gruba ayrılmaktadır. Pasif kurbanların sayısı fazladır. Pasif kurbanlar akran zorbalığına maruz kaldıklarında öğretmenlerine söylemekten çekinmektedirler. Kendilerini fiziksel olarak daha zayıf, daha güvensiz hissetmektedirler. Kışkırtıcı kurbanlar akran zorbalığına maruz kaldıklarında bu durumu hemen öğretmenlerine anlatmaktadırlar. Öğretmen kurbanın zorbayı kışkırtıp kışkırtmadığını anlamakta zorlanmaktadır. Kendilerini fiziksel olarak güçlü, atılgan, özgüvenli hissetmektedirler [16].

- Kaygı düzeyleri yüksektir [16,38,47,52]
- Kendilerine güvenleri ve benlik saygıları düşüktür [16,17,38,47,52].
- Genellikler fiziksel olarak zayıf olabilirler [36,38]
- Psikolojik yardıma daha çok gereksinim duymaktadırlar [52]
- Çevrelerine karşı çok duyarlı ve alıngandırlar [36,38]
- Sosyal uyumları zayıftır, arkadaş edinmede zorlanırlar [16,20,50]. Yalnız hareket ederler yakın arkadaşları olmayabilir [50]
- Atılganlık yerine çekingen davranış özellikleri gösterme eğilimindedirler [16,28].
- Aileleri tarafından aşırı korunmuş olarak yetiştirilmiş olabilirler [16,38].
- Akran zorbalığına genellikle kendilerini geri çeker veya ağlayarak tepki verirler [38]

2.2.3. Gözlemci bireylerin özellikleri

Gözlemci bireylere, seyirci de denebilmektedir. Seyirciler; pekiştiriciler, pasif izleyiciler, asistan katılımcılar ve savunucular olmak üzere dört gruba ayrılmaktadır. Pekiştiriciler; zorbayı kışkırtırlar ve aktif seyirci rolünde yer almaktadır. Pasif izleyiciler; akran zorbalığını olmuyormuş gibi görmezden gelmektedir. Asistan katılımcılar; akran zorbalığını yaparken zorbaya yardım etmektedir. Savunucular; kurbanı yardım etmeye çalışıp zorbaya karşı gelmeye çalışmaktadır [44].

- Akran zorbalığının yetkili kişilerce öğrenilmesinde yaşamsal öneme sahiptirler [51].
- Genellikle kurbanla benzer özellikleri gösterebilmektedirler [51].
- Sayıları diğer gruplara göre çok fazladır [53].

- Akran zorbalığında kendilerinin de kurban olma ihtimalinin olduğunu düşünerek gizlenmektedirler [51].

2.3. Akran Zorbalığının Türleri

Akran zorbalığının birçok türü bulunmaktadır. Okullarda en çok rastlanan zorbalık türleri fiziksel (% 33,3), sözel (% 50.2), ilişkisel (% 37.4) ve siber (% 38.3) zorbalıktır [56]. Akran zorbalığı genelde, direk ve direk olmayan olmak üzere iki gruba ayrılmaktadır [38,41,57]. Direk zorbalık, fiziksel, sözel, mimiksel, gasp, ayrımcılık zorbalığı ve sanal zorbalık olmak üzere; direk olmayan zorbalık ise dışlama, ilişkilerde zorbalık ya da ilişkisel zorbalık, tepkisel zorbalık olmak üzere gruplandırılmıştır [38].

2.3.1. Direk zorbalık

Direk zorbalık ergenler ve gençler arasında sık başvurulan ve fark edilmesi kolay olan zorbalık türüdür [38].

Fiziksel zorbalık; şiddet içeren davranışlar sonucu olur ve eylem temellidir. Akran zorbalığının en kolay ayırt edilebilen türüdür. Vurmak, tekme atmak, itmek, yumruklamak, tırmalamak, çelmelemek, tükürmek, saç çekmenin tüm çeşitleri fiziksel zorbalık türü içinde yer almaktadır. Fiziksel zorbalık erkeklerde daha çok görülmektedir [38,47,52,58].

Sözel zorbalık; kurbanların sözel olarak incitilmesi, küçük düşürülmesidir [47,52,58]. Ergenlik döneminde en yaygın görülen zorbalık türüdür. Alay etme başta olmak üzere; isim takmak, onurunu zedelemek, küçük düşürmek, iğnelemek, hakaret etmek, tehdit etmek, sataşmak, telefonla korkutmak bu zorbalık türü altında tanımlanmaktadır [38].

Mimiksel zorbalık; sözel olmayan tüm davranışları içerir. Kötü bakışlar ile kurban sürekli rahatsız edilmektedir [38].

Gasp ve haraç isteme; başta para olmak üzere sahip olunan özel eşyaların alınması, sahip olunan şeylerin saklanması veya zarar verilmesidir [38].

Sanal zorbalık; bir bireyin diğer bir birey ya da gruplar tarafından hedef seçilerek, bilgisayar, cep telefonu ve diğer elektronik aletler yoluyla tekrarlayıcı biçimde rahatsız edilmesi olarak tanımlanmaktadır [59,60,62]. Sanal zorbalık yapılan ağların başında “Whatsapp, Facebook, Messenger, KakaoTalk” gelmektedir [62]. Günümüzde sosyal ağlar gençler tarafından çok yaygın kullanılmaktadır [53]. 11-16 yaş arası öğrencilerin uygunsuz ve zarar verici mesaj alma oranları 2010 yılında %8 iken, 2014 yılında %12 yükselmiştir. Sanal zorbalık diğer zorbalık türlerine göre daha zarar vericidir. Bunun sebebi sosyal ağlarla yapılan zorbalığın geniş kitlelere ulaşmasının kolay olmasıdır [62]. Kurban ve zorbaya oranla seyirciler daha büyük çoğunluğa ve öneme sahiptir. Sınıf ortamında zorbalığa seyirci 20 kişi olabilirken sanal zorbalıkta bu sayı 200'lere kadar çıkmaktadır. Bu durum sanal zorbalığın kontrolünün daha da zorlaşması anlamına gelmektedir [53]. Sanal zorbalıkta, zorba kendini gizliyorsa direk olmayan zorbalık grubunda da ele alınabilir [38].

Ayrımcılık zorbalığı; bireylerin sahip olduğu cinsiyet, yaş, cinsel yönelim, inanç, kültür, ırk, etnik köken gibi temel özelliklerden dolayı maruz kaldıkları zorbalık türüdür. Etnik farklılıkların, kültürlerin ve eğilimlerin çok olduğu ve göç alan ülkelerde yaygın olarak görülmektedir. Roma'da göçmen ailelerin üzerinde yapılan bir çalışmada, çocukların %40'ı ayrımcılık zorbalığına maruz kaldığı belirtilmektedir Ayrımcılık zorbalığı da sanal zorbalıkta olduğu gibi zorba kendini gizliyorsa direk olmayan zorbalık grubunda da ele alınabilir [41].

2.3.2.Direk olmayan zorbalık

Direk olmayan ya da indirek zorbalık daha gizli olan ve zorbanın kendini gizlediği zorbalık türüdür [38].

İlişkilerde zorbalık ya da ilişkisel zorbalık; sosyal ilişkiler kullanılarak uygulanan zorbalık türüdür. Kurban yalnızlaştırılır [38,58]. Zorbalar okul döneminde çok değerli olan arkadaşlık bağına kullanarak zorbalık yapabilirler. Temelde üç özellik öne çıkar; kıskançlık veya öfkeden kaynaklı arkadaşlıktan çıkarma, diğer arkadaşları tarafından da yalnızlaştırma, söylenti veya dedikodu çıkarmadır. Bu tür zorbalık kızlar arasında daha fazla görülmektedir [58]. Sosyal dışlama, dedikodu yaymak, arkadaşlığın bitirilmesi, kötü, argo ve saldırı içeren sözlerin duvarlara ve tahtalara yazılması, özel dolaba saldırı, tuvalet

veya gizli yerlerde rahatsız etme, görmezden gelme, yalnızlaştırma, dışlama, yanlış bilgi yayma gibi davranışlar ilişkisel zorbalık türünde yer almaktadır [38,52].

Tepkisel zorbalık; belirlenmesi en güç zorbalık türüdür [58]. Hem zorba hem kurban olabilen bireylerde görülen ve kurban olma eğiliminin daha fazla olduğu akran zorbalığı türüdür [63]. Amaçlı bir şekilde yapılmaz. Tepkisel zorbalığın temelinde bir engelleme vardır. Bireyler yaşamları boyunca engellemeler ile karşılaştıklarında birçok tepki vermektedirler. Akran zorbalığı verilen bu tepkilerden sadece biridir [64]. Bireylerin doğaları gereği akran zorbalığı olaylarına dürtüsel, kasıtlı veya kasıtsız tepkiler vermektedirler [63]. Saldırgan davranış örüntüsü benimseyen bazı bireyler önemsiz kışkırtmalara aşırı tepki gösterebilirler [64].

2.4. Akran Zorbalığının Nedenleri

Akran zorbalığının nedenleri fiziksel ve kişilik özelliklerinden, psikolojik sorunlardan, sosyal sorunlardan kaynaklı olabilmektedir.

Fiziksel ve kişilik özellikleri; kurbanların fiziksel özelliklerinin akranlarına göre yetersiz olması, akran zorbalığının fiziksel ve kişilik özelliklerinden kaynaklı nedeni olabilmektedir [67]. Gelişim psikologlarına göre; birey saldırgan davranışları en fazla 2 yaşında sergilemektedir. Yaş büyüdükçe karşıdakini incitme ve zarar verme amacı ile akran zorbalığı uygulanmaktadır [55]. Akran zorbalığının ilkokuldan ortaokula geçiş döneminde arttığı gözlemlenmektedir [33]. Okul çağında edinilen zorba ve kurban rolü ergenlik döneminde devam etmektedir. 11-14 yaş dönemine denk gelen ergenliğin erken evresi, psikolojik büyüme özellikle benlik kavramının oluştuğu dönemdir [34]. Okul çağı çocuklarının atılgan davranış özelliklerini kazanmaları, özellikle zorbalık davranışlarına ve olumsuz akran baskısına karşı koymaları için önemlidir [33].

Psikolojik sorunlar; öğrencilerin düşük benlik düzeyleri akran zorbalığının psikolojik nedeni olabilmektedir [56]. Çocuğun ahlaki gelişimi göz önüne alındığında; 4-9 yaş arası gelenek öncesi dönemde çocuğun egosunu tatmin eden davranış doğrudur. Bu dönemde akran zorbalığı olumlu bir davranış olarak algılanabilir. 10-18 yaş arası geleneksel dönemde doğru davranışın algılanmasında çevre ve kurallar da rol oynamaktadır. Olumsuz

örnekleri rol model alan ve akran zorbalığına karşı kurallar konulmayan bir çevrede yetişen çocuklar akran zorbalığını olumlu bir davranış olarak görmeye devam edebilir [55].

Sosyal Sorunlar; öğrenci sayısının ve rekabet ortamının akran zorbalığının sosyal nedenleri olabilmektedir [56]. Özellikle 8-11 yaş döneminde çocuklarda sosyalleşme başlar ve ailelerini rol model alırlar. Ebeveynler bu yaş döneminde çocuklarına ne kadar iyi örnek olurlarsa o kadar sağlıklı sosyal iletişim geliştirilir [54]. Olweus (1995) zorbaların, zorba davranışları; güç ve baskınlık kurmaya yönelik ihtiyaç hissettikleri; aile içinde yaşadıkları sorunlardan dolayı çevrelerine karşı nefret duygusu taşıdıkları; istediklerini, zorbalığı kullanarak elde ettikleri için sergilediklerini belirtmektedir [43,47]. Sosyal desteğin eksikliği akran zorbalığına neden olabilmektedir [65]. Bireyler izole olmaktan, alay edilmekten ve kurban olmaktan korktukları için akran zorbalığına katlandıklarını belirtmektedir [66]. Zorba, zorbalığı baskınlık kurma, kontrolü elinde tutma, dikkat çekme, statü kazanma ve korunmanın bir aracı olarak kullanabilmektedir [38,47]. Bireyin ailesi ile iletişimi atılgan ve zorba olma durumlarını olumlu yönde etkilemektedir [47,61,57]. Ergenler; akran grubu, aile, okul ve diğer toplumsal faktörleri etkilemekte hem de ondan etkilenmektedir. Arkadaşlık ve aile içi olumlu iletişim atılganlık becerileri ile sağlanmaktadır [32].

2.5.Akran Zorbalığının Sonuçları

Akran zorbalığından sadece kurbanlar değil, zorbalar, seyirciler, bireyler ve tüm toplum sosyal, psikolojik akademik ve fiziksel yönden etkilenmektedir [41,65,68].

Zorbalığın neden olduğu fiziksel sonuçlar; kronik olarak zorbalığa maruz kalan bireyler, kısa dönemde, fiziksel sorunlar yaşamaktadır [69]. Akran zorbalığının neden olduğu fiziksel sorunların başında şiddet sonucu oluşan yaralanmalar (incinme, morarma, kesik... vb) gelmektedir. Elbiselerin yırtılması, eşyaların zarar görmesi gibi sonuçlar ortaya çıkabilir. Kurbanlar, zorbaları yatıştırmak ve yaralanmaları önlemek için, ailelerinden fazla para isteyebilir, hatta bazen çalabilmektedir [51]. Akran zorbalığı, sigara ve alkol bağımlılıklarını tetiklemektedir [17].

Zorbalığın neden olduğu psikolojik sonuçlar; zorbalığa maruz kalan bireyler kısa dönemde psikolojik stres, konsantrasyon güçlüğü, yoğun korku ve endişe; uzun dönemde, depresyon

ve olumsuz bir benlik kavramı gelişimi oluşabilmektedir [39,68]. Kronik zorbalık sonucu fiziksel özgüven kaybı, duygusal ihtiyaçlarının karşılanmaması nedeniyle psikolojik sorunlar, ortaya çıkmakta ve intiharla sonuçlanabilmektedir [39,52,68]. Erkeklerde daha çok kaygı, depresyon, yeme bozuklukları ve psikosomatik semptomlar; kadınlar arasında yeme bozuklukları görülmektedir [70]. Akran zorbalığı yoğun uyku problemlerine neden olabilmektedir. Uyku problemleri intihara göre çok masum bir etki olmasına rağmen uzun dönemde depresyon ve akademik başarı düşüklüğüne neden olmaktadır [51,56,71,72].

Zorbalığın neden olduğu sosyal sonuçlar; zorbalığa maruz kalan bireylerde kronik yoksunluk, yalnızlık, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarının karşılanmaması, dışlanmış hissetme ve başarısızlık hissi görülmektedir [39]. Problem çözme becerileri güçlükleri oluşmakta, bireyin yaşam kalitesi doğrudan etkilenmektedir [47,68].

Okullarda meydana gelen ilişkisel zorbalıklarda kurbanlar arkadaşları tarafından dışlanmaktadır. Zorbanın isteği doğrultusunda yalnızlaştırılmaktadır. Kendilerine de zorbalık yapacağı korkusu ile izleyiciler zorbanın dediklerini yerine getirmektedir. Bunun sonucunda sosyal bir kırılma yaşanmaktadır [16]. Akran zorbalığı bireyleri, özel ve kamu mallarına zarar vermeye, kötü arkadaş gruplarına dahil olmaya, yetişkinlik döneminde de bu davranışları alışkanlık haline getirerek geleceğin potansiyel suçluları olmaya aday olmaktadır.

Zorbalığın neden olduğu akademik sonuçlar; akran zorbalığı sonucunda akademik başarı düşmekte ve okula devam azalmaktadır [39]. Kurbanlar zorbalığa uğrama korkusundan dolayı okula gitmekten korkabilirler, okula olan sevgileri azalabilir ve okulda kendilerini güvende hissetmeyebilirler. Bunların sonucunda psikolojik stres, konsantrasyon güçlüğü ve okul fobisi yaşanabilmektedir [44]. Akran zorbalığına maruz kalan öğrenciler yeteneklerinin veya zihinsel kapasitelerinin altına çalışma gösterirler [73].

2.6. Akran Zorbalığının Önlenmesi

Zorbalık, tedavi edilemez bir sosyal problem veya çözümlenemez bir karmaşa değil, önlenabilir bir sorun olarak değerlendirilmelidir [41]. Okullarda meydana gelen şiddet döngüsü kolaylıkla zorbalığa dönüşebileceğinden, akran zorbalığına erken müdahale önem kazanmaktadır [36].

Akran zorbalığının çözümü bütüncül ve çok disiplinli (psikologlar, sosyologlar, pediatristler, eğitimciler, hemşireler) ekip çalışması ile sağlanabilmektedir [36,41]. Bütüncül okul yaklaşımı zorbalığın önlenmesinde temeldir ve her gruptan katılım sağlanmalıdır [39].

Akran zorbalığının önlenmesi bireysel ve sosyal müdahale olmak üzere gruplandırılabilir. Bireysel olarak öğrencilerin ihtiyaçlarını karşılama ve zorbalığa karşı olumlu bir tutum sergileyen yetişkin desteğini sağlamak; sosyal olarak, zorbalığın olduğu çevredeki sosyal yapı incelenerek olumlu ilişkiler kurma yönünde yetişkin katılımlı programlar geliştirmektir [74].

Akran zorbalığının önlenmesi için, eğitim programlarının geliştirilmesi etkili olmaktadır. Oluşturulan eğitim programları risk faktörlerini azaltmaya yönelik hazırlanmalıdır [17]. Hazırlanan akran zorbalığını önleme eğitim programları sadece teorik değil öğrencilerin moral ve ahlaki değerlerini de desteklemelidir [49].

Öğrencilerin akran baskısıyla başa çıkma stratejisi olarak öğretmene, arkadaşına ve ebeveyne söyleme gibi yollara başvurdıkları görülmektedir [75]. Akran zorbalığını önleme programları, disiplin içerisinde tutum, oyun alanlarının gözlemlenmesi, öğretmenlerin eğitimi, sınıf kurallarının oluşturulması, okullarda eğitimlerin düzenlenmesi, aileleri bilgilendirme, grup çalışmaları gibi çok disiplinli çalışmaları içermelidir. Okulda pozitif, olumlu iklim oluşturulmalıdır. Zorbalığın farkında olan öğretmenler, cesaretli, kendini koruyabilen ve savunabilen atılgan öğrenciler, sürekli izlenen ve güvenli okul ortamları bu iklimin temelini oluşturur [38]. Ankara Çankaya ilçe milli eğitim müdürlüğü bünyesinde okullarda şiddeti önleme eylem planı içinde ihtiyaç analizi yapılmış ve zorbalığı önleme programı geliştirilmiştir. Kapsamlı olarak güvenli okul iklimi oluşturma yaklaşımının uygulandığı bir programdır ve uygulaması yapılmıştır [39].

Zorbalığı önleme çalışmaları ve tedbirlerinin yararlı olabilmesi için uygulama basamaklarının sistemli bir şekilde yapılması gerekmektedir. Öncelikle okullardaki zorbalık tanımlanmalı ve sorunlar net belirlenip ortaya konulduktan sonra, öğretmenler, veliler işbirliği içinde görüşmeler yaparak durum değerlendirilmelidir. Akran zorbalığı sorununun çözümüne yönelik mevcut durum stratejileri geliştirilmelidir. Stratejiler

somutlaştırılarak planlanmalı ve uygulama planı hazırlanmalıdır. Uygulama sürecinde denetlenmeli, süreç sonuna kadar izlenmeli, son olarak değerlendirmeleri yapılmalıdır [38].

Yapılan akran zorbalığını önleme programlarında daha çok 11 yaş grubu hedef alınmıştır. Bununla birlikte, daha alt yaş gruplar hedef alınarak hazırlanması sağlıklı bir ergenlik dönemi için yarar sağlayabileceği belirtilmiştir [65]. Akran zorbalığının önlenmesinde küçük çocuklar daha duyarlı oldukları için ilköğretim okulları için tasarlanmış girişimler ergenlere yönelik daha etkili sonuç vermektedir [36].

Bireye sosyal beceriler kazandırılması saldırgan davranışları olumlu yönde etkilemektedir [65]. Atılganlık becerilerinin öğrenilmesi zorbalığı azaltmada etkili olmaktadır [44]. Zorbalığın önlenmesine yönelik yapılan çalışmalar incelendiğinde iki temel sınırlılığın ön plana çıktığı görülmektedir. Birincisi; metodolojileri ile ilgilidir; evrene genellenemeyen küçük gruplar arasında yapılması, zorbalığın evrensel bir tanımının olmamasıdır. İkincisi gruplar arası karşılaştırmanın yapılmaması, sadece kurban oranlarının belirlenmesi zorbalık oranlarının göz ardı edilmesi ve farklı yaş gruplarında ele alınmış olmamasıdır [56].

2.7. Atılganlık

Atılganlık, bir davranış türüdür [77]. Davranışlar çekingenlik, atılganlık ve saldırganlık olmak üzere üç biçimde tanımlanır [78]. Davranış bireylerin çevreleriyle iletişim kurmak istemesi amacıyla yaptıkları kendilerini ifade ediş biçimidir [79]. Saldırgan ve çekingen davranışlar bireyde psikososyal problemler oluştururken; atılganlık uygun davranış biçimi olarak tanımlanmaktadır [57]. Sorunların çözümünde davranışlar etkili olabilir. Saldırganlar o an için ihtiyaçlarını karşılayabilirler fakat çevrelerine verdikleri zarardan dolayı istenmeyen kişi durumuna düşerler. Çekingenler ihtiyaçlarını karşılayamaz ve sosyal psikolojik sorunlar yaşarlar. Atılganlar hakları göz önünde tutarak, kendilerini olumlu bir şekilde ifade ederek sorunun çözümüne odaklanırlar [57]. Atılgan olmayan bireyler iletişimlerinde memnuniyetsizlikler yaşarlar [33].

Wolpe (1958) atılgan tepkilerin; sosyal anksiyetelere, fobilere karşı koymak için kullanıldığını; atılganlığın karşılıklı ketleme ilkesinin temeli olduğunu söyleyen ve atılganlık kavramını ilk kullanan kişidir [80,81]. Alberti ve Emnos (1973) atılganlığın

temelinde bireysel haklara karşı saygı olduğunu belirtmiştir[77]. Atılganlık 1980'lere kadar sosyal beceri olarak ele alınırken, sonrasında ağırlıklı olarak kişiler arası iletişim yeteneği olarak tanımlanmaktadır [82]. Sosyal beceriler çocukluk ve ergenlik dönemleri boyunca şekillenir ve yetişkin bireyin davranış örüntülerini oluşturur [83]. Kişilerarası ilişkiler, bireyler arasındaki etkileşimi ifade etmektedir [84]. Atılganlık, kişilerarası ve davranışsal becerilerin içinde en önemli beş temel sosyal beceriler arasında yer almaktadır [85].

Atılganlık yazında assertiveness, güvengencilik, kendini ortaya koyma, etkili davranma, güvenli davranış, girişkenlik, güvenli girişken sözcükleri ile ifade edilmektedir [15,84,86,87]. Birçok araştırmaya konu olan atılganlık sosyal, kültürel ve psikolojik olmak üzere farklı boyutlarda incelenmiştir. Atılganlığın birbirine benzer birçok tanımı yapılmıştır ve araştırmacılar arasında görüş birliği olduğu görülmektedir [18]. Atılganlık bireylerin ilişkilerinde eşitliği gözeten ve gereksiz endişelerden arınmış bir şekilde kendi çıkarları doğrultusunda hareket edebilmesini, kendini savunabilmesini, duygularını dürüstçe ve rahatlıkla ifade edebilmesini, başkalarının haklarını gözeterek kendi haklarını kullanabilmesine olanak sağlayan davranış biçimidir [33,82]. Bir başka tanıma göre atılganlık, başkalarını küçük görmeden, onların haklarını yadsımadan bireylerin kendi haklarını koruyabilmesi, özgüveni ile davranmasıdır. Atılganlık bireyin ihtiyaçlarını ve haklarını savunma isteği ile oluşan açık ve direkt olarak gerçekleştirdiği saldırgan ve çekingen davranışlar arasındaki dengeli davranış ve iletişim şeklidir [88]. Atılganlık başkalarına zarar vermeyecek şekilde kendi haklarından ödün vermeden yapılan davranış şeklidir. Atılganlığın temelinde başkalarının haklarına saygı ve bireylerin sahip olması gereken davranışların yer almaktadır[32].

Atılğan davranış, bir hedefe ulaşmak için gerekli en uygun davranışı geliştirmek için kullanılan sözel veya fiziksel güç ve stratejidir [39]. Atılganlık becerileri ve empati; bireyin kendi fikirlerini ifade etmesi ve başkalarının fikirlerini dinlemesi, çatışmaları barışçıl bir şekilde çözerken kendini ortaya koymasını sağlamaktadır [34]. Atılganlık; duygu, düşünce, kendini ortaya koyma yeteneği ve kendi yeteneklerini sınırlarını keşfetmek olarak tanımlanabilir. Atılganlıkta karşıdaki kişinin haklarına odaklanılır [77].

Lazarus atılğanlığın dört bileşenini; başkalarının istenmeyen taleplerini red edebilme; olumlu ve olumsuz duygularını ifade edebilme, konuşma başlatabilme, istediğinde bitirebilme şeklinde tanımlamıştır. Atılganlık zorbalık ve saldırganlığın yapıcı bir şekilde

yapılanmış halidir [89]. Atılganlık tanımlarının üç boyutu bulunmaktadır. Kişinin duygularını ve düşüncelerini ifade etmesi, kaygı yaşamaması ve kişisel haklarını savunmasıdır [90].

Alberti ve Emmons (2002)'a göre atılgan davranışın temelleri şunlardır:

- Kendini ifade etme,
- Başkalarının haklarına saygı gösterme,
- Dürüstlük,
- Doğruluk ve kesinlik,
- Bir ilişkide ilgili, tarafların eşitliğini ve yararını ön planda tutma,
- Duyguları, hakları, gerçekleri, görüşleri, ricaları ve sınırları ifade etme,
- İletişimde göz teması, ses, vücut duruşu, yüz ifadesi, el ve vücut hareketleri, mesafe, zamanlama, akıcılık, dinlenme gibi dil dışı öğelerden faydalanma,
- Duruma ve kişiye uygun davranma,
- Toplumsal sorumluluk üstlenme [33].

Atılgan bireyin özellikleri;

Atılganlık bireylerin sosyal ilişkilere uyumunu sağlar. Atılganlık bireylerin kendilerine karşı tutumlarını değiştirmelerine yardımcı olur. Atılgan bireyler haklarını göz önünde tutarak ve kendilerini olumlu bir şekilde ifade ederek sorunların çözümüne odaklanırlar [57].

- Atılgan bireyler, kendi haklarını korur ve saygılı davranırlar [88,91].
- Açık ve dürüst iletişim kurarlar [33]. Konuşmaktan korkmazlar ve düşündüklerini hemen ifade edebilirler [81,86]. Soru sorarlar ve açıklama isterler[86].
- Başkalarıyla her zaman aynı fikirde olmayabileceğini kabul eder, Görüşlerini olumlu fakat kestirip atmadan ifade edebilirler [33,92].
- Seçimlerini yaparken uygun şekilde “evet” ya da “hayır” demesini bilirler. Yapmak istemedikleri veya uygun olmayan teklifler karşısında hayır diyebilir ve sonucunda kendilerini huzursuz hissetmezler [32,85,86].
- Başkalarıyla aralarına sınır koyabilme becerisine sahiptirler.

- Duygu durumları olumsuz yönde etkilendiğinde, nedeni ile yüzleşerek çözüm üretmeye çalışırlar.
- Öfkelerini kontrol edebilirler. Stresörlerle etkili başedebilir, anksiyete duymadan duygu ve düşüncelerini açıklayabilirler [33,91].
- Bireyler istediklerini diledikleri gibi yapmayıp eşitliği gözetmeye çalışırlar [86].
- Başkalarının kendilerini kullanmasına izin vermezler. Başkalarının davranışları ile kendisini tehdit etmelerine ve korkutmalarına izin vermezler [33,85].
- İletişimde ben dilini kullanırlar [32,86].
- İletişimde dikkatli bir dinleyicidirler. Duyarlı ve hoşgörülüdürler [33,86].
- İletişimde göz teması kurabilirler. Uygun jestlerle doğal sözel ifadeler ve uygun yüz ifadesi kullanırlar [32,33].
- Özgüvenleri yüksektir [32,33].
- Başkalarını küçümsemez, etki altına almaya çalışmaz ve tehdit etmezler [33].
- Kendi yaşam kararlarını ve seçimlerini yapar ve hedeflerini gerçekleştirirler [33].
- Atılgan birey topluluk önünde veya ders sırasında konuşabilir ve gerektiğinde yardım isteyebilir veya yardımcı olabilir [85,92].
- Zorbalıklarla başa çıkabilmektedir. Zorbalığa karşı kendi stratejisini geliştirebilmeli veya çevresindekilerden yardım alabilirler [85].
- Yeni bilgi ve koşullar ışığında düşüncelerini değiştirir [32].
- Hata yapabileceğinin farkındadır ve hatalarını kabul ederler. Neye ihtiyacı olduğunu bilir ve kendi seçimini yapar [32].
- Amaçladıklarına ulaşmak için en iyi iletişim yolunu seçerek başarıları ile çevrelerindekiyle rol model olmayı hedeflerler [88].
- Ekip çalışmalarında ve lider rolünde olmayı tercih ederler.

2.7.1. Atılganlığın önemi

Atılganlık saldırganlık ve çekingenliğin doğru ifade ediliş şekli olarak tanımlandığından diğer davranış türlerinden daha üstün iletişim özelliklerine sahiptir [57,88]. Atılganlık, bireyin kendini ve duygularını ifade edebilmesi, başkalarının olumsuz isteklerine karşı koyabilmesi için çok gerekli bir davranış türüdür. Atılganlık becerisinden yoksun olan bireyler akran zorbalıklarına karşı koyamayabilir, stresli durumlarla başa çıkamayabilir ve benlik saygılarını kaybedebilirler [32,57]. Atılganlık kişiler arası ilişkilerde sınırları

koruyabilmek, açık ve net iletişim kurabilmek için vazgeçilmez bir davranıştır [112]. Yersiz kaygılar atılganlığı engeller, atılganlık bir yetenektir. Kişiler davranışlarının sonucunu düşünerek sonuca uygun davranışı seçerler [15,57].

Atılganlık olumlu ve başkaları ile başa çıkmayı sağlayan bir davranış türüdür. Utanma, görmezden gelme, sessiz kalmayı değil, açık ve net iletişimi içerir. İnsanların bir amaca ihtiyaçları vardır. Bu davranış biçimi kişiyi amaç edinmeye ve o amaç için girişimde bulunmaya güdüler. Eğer bir birey atılgan değilse özgüveni ile ilgili sorunları var demektir. Atılgan bireyler öz güvenleri ile birçok problemin üstesinden gelirler. Atılgan bireyler kolay arkadaşlık kurar ve sürdürürler [32]. Atılgan davranış özellikleri kullanıldığında hak ihlalleri daha az görülmekte ve sorunların çözümü daha kolay sağlanmaktadır [88].

Atılgan bireyler streslerini kontrol edebildikleri için strese bağlı sağlık sorunları az olur. Özgüven, öz saygı ve başkalarına karşı saygılıdırlar. İlişkileri çok kuvvetlidir. Dürüst ve açık iletişim kurdukları, gereksiz övgü ve yalandan uzak durup gerçeği söyleyip düşündükleri için arkadaşlıklarını sürdürürler. Başladıkları işi başarı ile sonlandırabilirler. Ekip çalışmasında başarılıdırlar [32].

Atılgan iletişim üç temele dayanır. Atılgan kişi karşısındakini dinlediğini ve anladığını belirtmelidir. Anlamadığı yerlerde bilgi edinmek için sorular sorar. Duygu ve düşüncelerini açık, sakın ve net bir şekilde ifade eder. Kararlarında yapıcıdır ve sonunu tahmin eder. Birini yüzleşmek ve memnuniyetsizliğini belirtmek, güçlü bir muhalefet karşısında kendi bakış açını ifade etmek, istediği bir şey sormak, bir talebi reddetmek atılganlığın özüdür. [32].

Atılgan olmayan bireyler yüksek anksiyete, zayıf öğrenme performansı, yetenek zayıflığı ve beceri eksikliği ile yaşamaktadır. Atılgan olmayan insanlar her durumda kendilerini kötü hissederler, bu da zaman içinde depresyona neden olur. Atılgan olmayan bireyler hayır derlerse insanların kendilerine sinirleneceğine, bir sonraki tarihte ondan intikam alacaklarına, red etmenin karşılığında haklarında söylenti ve dedikodu yayılacağına, hayır demenin karşıdaki kişiye önemsenmediği mesajını verebileceğini düşündükleri için hayır diyemezler [32].

2.7.2. Atılğan davranışların öğeleri

Atılğanlık davranışının sözel öğeleri; söylenenlerin içeriği, ses tonu, konuşma hızı gibi unsurlardan oluşurken; beden duruşu, zamanlama, konuşmayı başlatabilme ve bitirebilme vb. sözel olmayan unsurları oluşturur [33].

Sözel Öğeler

Heisler ve Shipley (1977), atılğanlığın sözel içerikleri için “ABC modeli” olarak adlandırılan üç aşamalı bir model tanımlamışlardır. A basamağında kişi, diğer kişinin problem davranışından dolayı ortaya çıkan duygularıyla ilgilenir. B basamağında, atılğan birey, alıcının duygularına ve alıcı-atılğan arasındaki ilişkiyi sürdürmeye dikkat eder. C basamağında ise karşısındaki kişiden (alıcıdan) davranışını uygun bir şekilde değiştirmesi ricasında bulunur [33].

Sözel Olmayan Öğeler

Sözel olmayan öğeler atılğan davranışlarda çok önemlidir. Verilen atılğanlık eğitimleri ile öğrencilerin sözel olmayan davranışlarına yönelik farkındalık geliştirmeleri istenmektedir [90].

Gözle iletişim: Konuşurken karşıdaki kişiyle göz teması kurulmalı ama sürekli bakılmamalıdır. Rahatsız edersine karşıdaki kişinin gözlerinin içine uzun süreli bakma rahatsız edebilir. Birey kişisel alanının tehdit edildiğini hissedebilir.

Beden duruşu: Atılğan bireyler konuşurken karşıdaki kişinin yüzüne bakarlar. Ayakta ve otururken dik dururlar. Omuzların düşük olması çekingenliğin; arkaya doğru olması karşıdakinin dikkate alınmadığı anlamını ifade eder.

Jestler: İletişimde aşırıya kaçmayacak şekilde uygun jestlerin kullanılması mesajın doğru iletilmesine yardımcı olur.

Mimikler: Bir davranışın atılğan olarak nitelendirilebilmesi için yüz ifadesinin yollanan mesajla uyuşması beklenir. Sözel ve sözel olmayan mesaj uyumlu olmalıdır.

Ses tonu: Açık, net ve normal bir ses tonuyla konuşulmalıdır. Bağırarak ya da fısıldar gibi konuşulmamalıdır. Kişinin kendine güveni sesine yansır.

Zamanlama: İletişimin tamamlanabilmesi için uygun zamanlama ve şartların iyi ayarlanması gerekir.

İçerik: Ne söylenildiği önemliyse de, nasıl söylenildiği, yani mesajın iletilme biçimi çok daha önemlidir.

Mesafe: Biriyle konuşurken mesafeye dikkat edilmeli çok yakın veya uzak olunmamalıdır.

Karşıdaki kişiyi dinleme: Kişi kendini ifade ettikten sonra karşıdakinin de kendisini ifade etmesine izin verilmelidir [33,93,94].

2.7.3. Atılgnlık türleri

Temel Atılgnlık: Duygu ve düşünce ifadesi temeline dayalıdır. Bireyin duygularını, düşüncelerini ve inançlarını doğrudan, dürüst bir şekilde ifade edebilmesidir [33].

Empatik Atılgnlık: Çevredekilere karşı duyarlılığın ön planda olması temeline dayanır. Bireyin kendi haklarını koruyarak diğer insanların içinde bulunduğu durumları ve duyguları anlayarak kendi isteklerini ifade etmesini kapsar [33].

Artan Atılgnlık: Temel atılgnlığın hakları korumaya yetmediği ve sorunların çözümünü sağlamadığı durumlarda bireyin atılgnlık düzeyi gitgide arttırmasıdır [33].

Ben Dili Atılgnlığı: Ben dili iletişimde suçlama ve yargılama içermeyen, duyguların ifadesi ile başlanarak sorunların çözümünün sağlandığı iletişim dilidir [93]. Ben dili ile: sorun yaratan davranış tanımlanır. Bireyin karşılaştığı olumsuz davranış karşısında, kişi hissettiği kesin, gerçek ve somut etki dile getirilir. Duygular ifade edilir [87]. Bu atılgnlık türü, özellikle olumsuz duyguların ifadesinde etkilidir [95].

2.8. Atılganlık Eğitimi

Atılganlık öğrenilebilen bir davranış türüdür. Alan yazında yer alan çalışmaların çoğu, atılgan davranış örüntüsünün eğitim ile geliştirilebileceğini göstermektedir. Birey çekingen ve saldırgan davranış özellikleri yerine atılgan davranışları öğrenmeyi isterse bunu başarabilir [88].

Atılganlık eğitimi diğerlerinin hakkına saygı ve memnuniyet oranını arttırmak, duygu ve düşünceleri, sosyal ve ilişkisel beceriler anksiyete azalma, iyileştirme belirterek, rasyonel benlik saygısında bir artışa neden olan bir yaşam ve mutluluk becerisidir [96].

Atılganlık eğitimi, bireylerin kendilerini ifade edebilirlerse, çevrelerindeki kendilerine nasıl davranmaları gerektiğini anlatabilirlerse, daha sağlıklı iletişim kurabilecekleri düşüncesinden doğmuştur [77]. Atılganlık eğitimi Lazarus (1971), Wolpe (1973) gibi kuramcı ve araştırmacılar tarafından çalışılmıştır [90]. Atılganlık eğitiminin temelinde bilişsel davranışçı yaklaşım vardır. Bu yaklaşımla bireylerin yeni beceriler öğrenmesi ve geliştirmesi vurgulanır [97]. Atılganlık eğitimi çalışmaları genellikle psiko-eğitim temelli oluşturulmuştur [57].

Atılganlık eğitimi bireye başkalarının haklarına saygı duyarak kendi haklarını nasıl savunacağını ve kendi yaşamını kendi kararları doğrultusunda nasıl kontrol altına alacağını öğretir [97]. Atılganlık eğitiminin amacı insanların makul olan davranış seçebilmesini, duygu ve düşüncelerini ifade edebilmesini sağlamak, özgüvenlerini geliştirerek, kendileri hakkında karar vermelerine yardımcı olmaktır [81].

Atılganlık Eğitimlerinde dört boyut vardır [97]. Eylemler bireye özgüdür. Eylemler sonuçları ile tanımlanır. Eylemlerde niyet önemlidir. Eylemlerde denge önemlidir.

Atılgan davranışlar bireye özgüdür. Davranışlar geçmişten ve şimdiden etkilenecek şekilde şekillenir ve yaşadıklarının sonucudur. Eylemler sonuçları ile tanımlanır: Sonucun iyi, kötü veya nötr olması davranışın değerini belirler. Eylemlerde niyet önemlidir: Sorunlar karşısında bireyin kendisine ve çevresindekilere zarar vermemesi için iletişimin esnek, ılımlı ve makul olması beklenendir. Atılganlık bireye fayda sağlayan ve bireyin refah içinde yaşamını sürdürmesinde yardımcı temel davranış şeklidir. Atılgan olmayan

davranışlar anksiyete, depresyon ve özgüven eksikliği gibi ciddi ruhsal problemlere neden olabilir [97].

Ülkemizde çocuk ve ergenlerde sınırlı sayıda atılganlık eğitimi çalışmaları yapılmıştır [98,99]. Okul çağı çocukları geleceğin yetişkinleri olarak eğitimlerde hedef grup olarak ele alınmaktadır. Gençlerin daha az kişiler arası çatışmalar yaşamaları ve daha sağlıklı iletişim kurmaları için atılganlık eğitimi verilmelidir. Atılganlık eğitimi, ergenlik döneminde karşılaşılan birçok problemin etkili bir şekilde çözümünü sağlar. Atılgan becerilerden yoksun olan bireyler akran zorbalığına karşı koyamayabilir ve bunun sonucunda benlik saygılarını kaybedebilirler [57]. Atılganlık eğitimi sosyal anksiyeteyi düşürmeye yardımcı olmaktadır [81]. Atılganlık eğitimi aile içinde ebeveynleri ile problem yaşayan çocukların nasıl iletişime geçmeleri gerektiğini öğretir [100].

Atılganlık eğitimi bireyin kişiliğini değiştirmek için düzenlenmez, gerçek benliği hakkında daha fazlasını keşfetmesini ve daha fazla güven duymasını, bu güveni başka insanların haklarını çiğnemeden ifade etmesini sağlar.

Atılganlık eğitim programlarının etki alanı çok geniştir [90]. Atılganlık becerileri eğitiminin bireylerin benlik saygılarını arttırdığı, karar verme becerilerini geliştirdiği ve olumsuz duygulanımlarını azalttığı belirtilmektedir. Atılganlık eğitimi atılganlığı ve özgüveni yükseltir [34].

2.9. Akran Zorbalığının Önlenmesinde Okul Sağlığı Hemşiresinin Rolü

Akran zorbalığı, bireyler üzerinde fiziksel, psikolojik ve sosyal birçok sağlık sorununa neden olmaktadır [56]. Okul çağı çocuklarının sağlıklı bir gelişim dönemi geçirerek geleceğin sağlıklı yetişkinleri olabilmeleri için olumlu iletişim kurmaları ve akran zorbalığı gibi olumsuz davranışlardan korunmaları gerekmektedir [36,57]. Akran zorbalığının önlenmesi okul yöneticileri, okul rehberlik servisi, öğretmenler, psikolog, okul hemşiresi ve okul hekiminden oluşan çok disiplinli bir ekip çalışması ile mümkündür [24,101]. Akran zorbalığına karşı güvenli okul ortamı oluşturmak, zorba, kurban ve zorba-kurbanlarda ortaya çıkabilecek belirtileri izleyebilmek, çözümüne yönelik kaliteli ve hızlı sağlık hizmeti almalarını sağlamak için okul sağlığı hemşirelerinin rollerini desteklemek önemlidir [102].

Akran zorbalığının önlenmesinde Okul Sağlığı Hemşirelerinin görev ve sorumlulukları Amerikan Ulusal Okul Hemşireleri Derneği tarafından belirlenmiştir [104].

1. Okul Sağlığı Hemşireleri akran zorbalığı hakkında yeterli bilgiye sahiptir.
2. Öğrencileri zorba, kurban diye etiketlemenin yanlış olduğunun farkındadır.
3. Akran zorbalığının zorba, kurban, zorba-kurban ve seyirci öğrenciler üzerindeki etkilerini bilir ve öğrencileri gözlemler.
4. Okul personeli, öğrenci ve velilerin katıldığı kapsamlı akran zorbalığını önleme programlarını koordine eder.
5. Okullarda, zorbalığına yönelik çalışmalar yapmak için kurulan ekibin önemli bir üyesidir.
6. Öğrencilerle kurdukları olumlu iletişim ve gözlemleri sayesinde risk altındaki öğrencileri tespit ederek ekibi haberdar eder.
7. Psikolojik yakınmaları olan öğrencilerin okul sağlığı hizmetlerine erişimini kolaylaştırır.
8. Akran zorbalığına uğradığı bilinen, stres yaşayan öğrencileri değerlendirir.
9. Okul ekibi ile işbirliği doğrultusunda öğrencilerin endişelerini ifade etmelerini sağlar ve müdahale eder.
10. Öğrencilerin akran zorbalığı ve tüm sağlık sorunları ile ilgili endişelerini gidermek için okulda güvenli bölge oluşturmaya çalışır.
11. Sağlık eğitimleri süresince öğrencilerle kişisel iletişim sağlayarak, okula bağlılıklarını artırır.
12. Akran zorbalığını önlemek için toplum, öğrenci velileri ile iletişimi artıran okul faaliyetlerin sayısını artırır.
13. Okullarda akran zorbalığı, saldırganlık ve şiddet konularında velilere, okul personeline ve toplum üyelerine eğitimler verir.
14. Yerel ve ulusal düzeyde öğrencilerin savunuculuğunu yapar.

Akran zorbalığı durumunda okul sağlığı hemşiresinin rolleri aşağıda yer almaktadır [103, 105]:

1. Okul personeli ve öğrencilere akran zorbalığı hakkında eğitim verir.
2. Okulda akran zorbalığı ile ilgili araştırmalar yapar.
3. Akran zorbalığı ile ilgili riskli grupta yer alan öğrencileri değerlendirir.
4. Öğrencilerin fiziksel, psiko-sosyal sağlık sorunlarında tedaviyi yönetir ve yardım eder.

5. Zorbalığa maruz kalan öğrencilerin duygularını aileleri ile paylaşmaları konusunda onları cesaretlendirir.
6. Zorbalığa maruz kalan öğrenciler arkadaş grupları içinde daha az bulunduklarından sosyal becerilerini geliştirmelerine, benlik saygılarını yükseltmelerine ve yeni arkadaşlar kazanmalarına yönelik girişimlerde bulunur.
7. Öğrencilerin benlik saygısını yükseltici eğitim programları hazırlar, çekingenlik veya saldırganlık yerine atılgan davranışlar sergilemelerine yardım eder.
8. Öğrencilerden akran zorbalığı ile ilgili bilgi toplar.
9. Zorbalığa karışmayan, güvendiği öğrencilerle işbirliği yaparak, sorunun çözümünde işbirliği sağlar.
10. Güvenli okul çevrenin oluşturulmasını destekler.
11. Okulda zorbalığın azaltılması ile ilgili politikaların oluşturulmasına ve olumsuz etkilerinin azaltılmasına yardım eder.

Okul sağlığı hemşireleri ile yapılan bir araştırmaya göre hemşirelerin sadece %15 akran zorbalığına müdahale için hiçbir engelin olmadığını rahatlıkla müdahale edebileceklerini belirtmiştir [106]. Okul sağlığı hemşirelerinin mevcut durumundan yola çıkarak bu sorunların çözümüne öneriler geliştirilmiştir. Bunlar; okul hemşireleri akran zorbalığının kolayca değerlendirilmesi için özel eğitim almalıdır. Okul sağlığı hemşireleri revirlerde akran zorbalığına yönelik kaliteli ve kolay bir şekilde nasıl müdahale edebileceği konusunda desteklenmelidir. Öğrencilerin akran zorbalığı konusunda ilk başvuracakları kişinin okul sağlığı hemşiresi olduğunu öğrenmeleri sağlanmalıdır [102]. Öğrencilerin akran zorbalığı için Okul Sağlığı Hemşiresini çözüme en yakın kişi olarak görme nedeni olarak disiplin kurulunda görev almaması ve öğrencilerin oluşabilecek yaralanma, kanama, incinme gibi nedenlerle okul revirlerine sık başvurması olabilmektedir [101]. Okul Sağlığı Hemşireleri akran zorbalığı ile ilgili başvuruları okul sistemi içinde oluşturulan bir sisteme kayıt edilerek belgelemeli ve doğru bir kayıt sistemi geliştirmek için idari ve okul dışı hibe ve destek sağlamalıdır. Okul Sağlığı Hemşireleri örgütlenerek rol ve görevlerini genişletmek için iş birliği içerisinde olmalı ve okul dışı kaynakların kullanımı konusunda iş birliği yapmalıdırlar. Okullarda akran zorbalarını, kurbanlarını, zorba kurbanları ve seyircileri belirlemeye yönelik tarama programları yapmalıdırlar [102].

Ülkemizde Hemşirelik Yönetmeliği (2010)'da Okul Sağlığı Hemşiresinin görev ve sorumlulukları tanımlanmıştır [107]. Yönetmelikte yer alan; okullarda okul

sağlığı hizmetleri ile ilgili sorunları, gereksinimleri saptamak, sağlık risklerini erken tanınmak, uygun girişimleri planlanmak ve gereken önlemlerin alınması konusunda okul idaresiyle koordinasyonu sağlamak, okulda yapılan ruh sağlığı çalışmaları sonucunda sorun saptanan öğrenci, öğretmen ve ailesi arasında işbirliğini sağlamak ve ilgili durumda sağlık danışmanlığını yürütmek gibi görev yetki ve sorumluluklar Okul sağlığı hemşiresinin akran zorbalığına müdahale etmesinin gerekliliğini desteklemektedir [107]. Milli Eğitim Şura Toplantısı (1962)'nda Okul Sağlığı çalışmalarını yürütmek üzere okul hekimi, okul spor hekimi ve okul hemşiresi yetiştirilmesine karar verilmiştir [108]. Üçüncü Okul Sağlığı Sempozyumu (2014)'nda riskli bölgelerden başlanarak, okullarda sağlık birimlerinin oluşturulmasına ve Okul Sağlığı Hemşiresi görevlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir. MEB'nin mevzuatlarında konu ile ilgili büyük eksiklikler bulunmaktadır. Millî Eğitim Bakanlığına Bağlı Okul Pansiyonları Yönetmeliği'nde okul sağlığı hemşireliği yerine doktor dışındaki sağlık personeli tanımlanmıştır ve görevleri sadece fiziksel sağlığa müdahale ile sınırlı kalmaktadır. Eğitim Kurumlarının Açılma Esasları yönetmeliğinin tanımladığı Hizmet İçi Eğitim Enstitülerinde bir doktor, iki hemşire, iki hasta bakıcı kadrosu oluşturulabilecek kapasitede revir bulunması gerektiği belirtilmektedir [136,137]. Dünya genelinde yapılan uygulama ve çalışmalar doğrultusunda, okullarda akran zorbalığının önlenmesinde okul sağlığı hemşirelerine aktif görev ve sorumluluklar düşmektedir. Bu da ülkemizde çok etkin olmayan okul sağlığı hemşireliğinin yaygınlaştırılması ve güçlendirilmesini zorunlu kılmaktadır. Okul sağlığı hemşiresi diğer disiplinlerle işbirliğinin yanı sıra birincil, ikincil ve üçüncül düzey önlemler olarak akran zorbalığının önlenmesinde önemli bir role sahiptir. Bu nedenle okullarda okul hemşirelerine her düzeyde zorbalıkla ilgili çalışmalarına gereksinim vardır. Okul hemşireleri tarafından zorbalığın erken dönemde tanınmasının yanı sıra çocukların zorbalık nedeniyle yaşadıkları sorunların belirlenmesi, bütüncül veya bireysel özellikte programların yapılandırılmasında rehberlik edeceği düşünülmektedir. Akran zorbalığının önlenmesinde okul sağlığı hemşireleri tarafından okul çocuğuna sağlıklı bir öğrenme ortamı sağlayacak, öğrenci, aile, öğretmen ve okul çevresini içine alacak bütüncül özellikte programların hazırlanması gerekmektedir [19].

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Şekli

Araştırma okul çağı çocuklarına verilen atılganlık eğitiminin, akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisini belirlemek amacıyla kontrol gruplu ön test-son test araştırma tasarımı ile yarı deneysel olarak yapılmıştır.

3.2. Araştırmanın Yeri ve Özellikleri

Araştırma Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı Hacı Mustafa Tarman Ortaokulu ve İbn-i Sina Ortaokulunda yapılmıştır. Hacı Mustafa Tarman Ortaokulunda 2014-2015 Eğitim-Öğretim yılı kayıtlarına göre; öğrenci sayısı 1256'dır. Okulda 22 derslik, bir bilgisayar laboratuvarı ve bir konferans salonu bulunmaktadır. Beşinci sınıflarda on bir şube, 6. sınıflarda on şube, 7. sınıflarda on bir şube ve 8. sınıflarda on şube bulunmaktadır. Okulda sabah ve öğleden sonra olmak üzere ikili eğitim yapılmaktadır. Okulda revir ve hemşire bulunmamaktadır. Okulda öğrencilerle ilgili herhangi bir sağlık sorunu yaşandığında öğrencilere okuldaki öğretmenler tarafından yardım edilmekte ve öğretmenlerin araçlarıyla en yakın hastaneye götürülmektedir.

Atılganlık eğitimi Otizim Sınıfı'nda yapılmıştır. Bu sınıfta projeksiyon ve bilgisayar bulunmaktadır. Eğitimden önce öğrencilerin oturdukları sandalyeler daire şeklinde hazırlanmıştır.

İbn-i Sina Ortaokulunda 2014-2015 Eğitim-Öğretim yılı kayıtlarına göre; öğrenci sayısı 806'dır. Okulda 23 derslik, bir bilgisayar laboratuvarı ve bir konferans salonu bulunmaktadır. Beşinci sınıflarda altı, 6. sınıflarda yedi şube, 7. sınıflarda altı şube ve 8. sınıflarda yedi şube bulunmaktadır. Okulda sabah ve öğleden sonra olmak üzere ikili eğitim yapılmaktadır. Okulda revir ve hemşire bulunmamaktadır. Okulda öğrencilerle ilgili herhangi bir sağlık sorunu yaşandığında öğrencilere okuldaki öğretmenler tarafından yardım edilmekte ve kendi araçlarıyla en yakın hastaneye götürülmektedir.

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Ankara Büyükşehir Belediyesi sınırları içerisinde yer alan okulların sosyoekonomik düzeylerine göre bir ayırım Türkiye İstatistik Kurumu'na göre yapılamamaktadır. Bu nedenle araştırmanın evrenini Ankara İli içinde yer alan resmi okullar arasından seçilen Hacı Mustafa Tarman ve İbn-i Sina Ortaokullarında öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur. 2014-2015 Eğitim-Öğretim yılı kayıtlarına göre; bu okullarda öğrenim gören öğrenci sayısı sırasıyla 1256 ve 806'dır. Araştırmanın örneklemine, her iki okulda 5. ve 6. sınıflarda okuyan 836 öğrenci dahil edilmiştir.

Araştırmaya 5. ve 6. sınıfların dahil edilme nedenleri; öğrencilerin ilkokuldan ortaokula geçiş yaptığı erken ergenlik döneminde saldırganlık eğilimlerinin artması ve bunun okul çağı boyunca devam etmesi, atılganlık davranışının edinilmesi ve akran zorbalığına müdahale edilmesi için en etkili dönemin 5. ve 6. sınıflar olarak belirtilmesidir [109]. 11-14 yaşı kapsayan bu evre psikolojik büyüme ve benlik kavramı gelişimini içermektedir. Çevre ile etkileşim sonucu oluşan benlik saygısı, davranışların şekillenmesi için önemlidir [34]. 8-12 yaş aralığında akran zorbalığı oranının daha yüksek olduğu ve okul döneminin ilk yıllarında zorba veya mağdur olan çocuklarda 15 yaşına geldiğinde psikolojik belirtilerin daha sık görüldüğü ortaya çıkmıştır [110].

Müdahale ve kontrol grubu rastgele yöntemle belirlenmiştir. Buna göre Hacı Mustafa Tarman Ortaokulu müdahale okulu, İbn-i Sina Ortaokulu kontrol okulu olarak alınmıştır. Araştırmaya başlamadan önce gruplarda (müdahale ve kontrol) yer alacak birey sayısını belirlemek amacıyla power analizi yapılmıştır. Bu amaçla daha önce yapılmış olan benzer çalışmalardan [11,15,34,60,111-118] elde edilen atılganlık ve zorbalık ölçek puanları referans olarak kullanılmıştır. Alfa (α)=0.05 ve güç ($1-\beta$)=0.90 alınarak yapılan analiz sonucunda her grupta en az 36 bireyin olması gerektiği hesaplanmıştır.

5. ve 6. sınıflarda öğrenim gören öğrencilere Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği uygulanarak akran zorbası ve kurbanı olma durumları incelenmiştir. Uygulama sonrası kurban ve/veya zorba puanları yüksek olan 80 öğrenci (zorba olarak belirlenen 40 ve kurban olarak belirlenen 40 öğrenci) müdahale grubuna ve 80 öğrenci kontrol grubuna (40 zorba ve 40 kurban) seçilmiştir. Sadece akran zorbası ya da kurbanı öğrencilerin seçilmesi, çocukların psikolojik durumunu olumsuz yönde etkileyebileceği ve akran grubu tarafından

dikkat çekebileceği düşünülerek, müdahale ve kontrol gruplarına akran zorbası ve kurbanı öğrenciler karma olarak seçilmiştir. Öğrencilerin araştırmaya dahil edilme kriterleri; öğrencinin ailesi ve okul yöneticisi tarafından onay verilmesi, herhangi bir fiziksel ya da mental hastalığının veya engelinin olmaması, öğrencilerin araştırmaya katılmaya gönüllü olmasıdır.

Müdahale grubundaki sekiz öğrenci kendi isteği; altı öğrenci derslerinden geri kalma gerekçesi ile velisinin isteği; üç öğrenci başka bir okula nakil olduğu, dört öğrenci devamsız olduğu; oniki öğrenci ön ve son testi doldururken gerekli özeni göstermedikleri için araştırma dışı bırakılmıştır. Deney grubu 47 öğrenciden oluşmuştur.

Kontrol grubunda dört öğrenci kendi isteği ile dört öğrenci ön ve son testi doldururken gerekli özeni göstermedikleri için araştırma dışı bırakılmıştır. Kontrol grubu 72 öğrenciden oluşmuştur.

3.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın bulguları yalnızca çalışmanın yapıldığı evrene genellenebilmiştir. Araştırmada sadece kurban ve zorbalar belirlenebilmiştir.

3.5. Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu (EK-1), Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği (AZBÖ) (EK-2) ve Atılganlık Envanteri (EK-3) kullanılmıştır. Anket formunun ilk bölümünde katılımcıları bilgilendirmeye ve onamlarını almaya yönelik yönerge bulunmaktadır.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde öğrencilerin sosyo-demografik, ikinci bölümde sosyal ilişkilerine ilişkin özellikleri belirlemeye yönelik 17 tane kapalı uçlu sorudan oluşmaktadır. Sosyo demografik özellikler; sınıf, yaş, cinsiyet, anne babanın öğrenim ve çalışma durumları, aile gelir durumu, anne babanın birliktelik durumu, aile tipi, kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu, boş zaman aktiviteleri, okul

başarısıdır. Sosyal ilişkilerine ilişkin özellikler; arkadaş, anne-baba ve kardeşleri ile ilişkileri, anne ve babanın çocuğa karşı tutumları olarak belirlenmiştir.

Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği

Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği 11-16 yaş öğrencilerin zorbalığa uğrama durumlarını belirleyebilmek amacıyla Mynard ve Joseph (1998) tarafından geliştirilmiştir [112]. Üçlü likert tipte oluşturulan ölçekte öğrencilerden her bir madde için kendine en uygun olan ‘hiç bir zaman’, ‘bir kere’ ve ‘birden fazla’ seçeneklerinden birini işaretlemeleri istenmektedir. Ölçeğin madde puanlaması; birden fazla = 2 puan, bir kere = 1 puan, hiç bir zaman = 0 puan olarak belirlenmiştir. Ölçek 16 maddeden oluşmaktadır. Gültekin ve Sayıl (2005) tarafından ölçeğin geçerlilik ve güvenirliliği yapılmıştır [113]. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanmış şekli 27 maddeden oluşmakta ve her maddenin iki alt sorusu bulunmaktadır. Bu sorular ‘a’ ve ‘b’ olarak nitelendirilmiştir. Ölçekte 1a’dan 27a’ya kadar olan sorular kişilerin akran zorbalığına ne kadar maruz kaldıklarını; 1b ve 27b arasındaki sorular ise kişilerin ne kadar zorba davranışlar gösterdiklerini belirtmektedir. Ölçekten alınabilecek toplam en yüksek puan 54, en düşük puan ise ‘0’dır. Ölçekten alınan puanın yüksek olması bireyin akran saldırısına sıklıkla hedef olduğunu, düşük olması ise nadiren hedef olduğunu ya da hiç hedef olmadığını göstermektedir [111-113]. Bu araştırmada AZBÖ kurban boyutu ön test-son test Cronbach alfa değerleri sırasıyla .93 ve .90; zorba boyutu .94 ve 0.88 olarak belirlenmiştir.

Atılmanlık Envanteri

Atılmanlık Envanteri 8-12 yaş grubu öğrencilerin atılmanlık düzeylerini belirlemek için Topukuçu tarafından (1982) geliştirilmiştir. Envanterde çocuğun okulda, evde ve çevresinde gösterdiği veya gösterebileceği davranışlarla ilgili 45 madde bulunmaktadır. İkili likert tipte oluşturulan envanterde, öğrenci kendine uyan, kendisini anlatan maddenin karşısındaki “evet” seçeneğini, kendine uymayan, kendi durumu ile uyuşmayan madde için “hayır” seçeneğini işaretlemektedir. Bir öğrencinin envanterden aldığı atılmanlık puanı 4, 9, 13, 18, 22, 27, 31, 36, 40 ve 45’inci maddelerin “evet” yanıtına, diğer maddelerin ise “hayır” yanıtına “1’er” puan verilerek hesaplanmaktadır. Öğrencinin envanterden alabileceği en yüksek puan 45 olarak hesaplanmaktadır. Ölçekten elde edilen puan yükseldikçe atılmanlık düzeyi yükselmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı

.72 olarak belirlenmiştir [15,119,120]. Bu araştırmada atılganlık envanteri ön test-son test Cronbach alfa değerleri sırasıyla .88 ve .89 olarak belirlenmiştir.

3.6. Araştırmanın Ön Uygulaması

Araştırmanın ön uygulaması, kişisel bilgi formunun anlaşılabilirliğini saptamak amacıyla Gölbaşı İlçesi Baldudak Ortaokulunda 5. ve 6. sınıfta öğrenim gören 40 öğrenciye uygulanmıştır. Uygulama sonrasında kişisel bilgi formunda yer alan “tavizkar” kelimesi “hoşgörülü”; “demokratik” kelimesi “eşit davranan” şeklinde değiştirilmiştir.

3.7. Araştırmanın Uygulama Basamakları

Araştırmanın uygulaması, 2014-2015 Eğitim-Öğretim Yılı Şubat - Mayıs 2015 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerden sözlü; öğrenci velilerinden, İl Milli Eğitim Müdürlüğü’nden ve Etik Komisyondan yazılı izin alındıktan sonra araştırmaya başlanmıştır. Uygulama öncesi okul yönetimi ve öğretmenler ile görüşülerek bilgilendirme yapılmıştır. Araştırmaya katılacak öğrencilerin ebeveynlerine izin belgesi kapalı zarf içinde gönderilmiş ve bir hafta sonra ebeveynlerden gelen izin belgeleri öğretmenler aracılığıyla öğrencilerden toplanmıştır. Velilerinden izin alınan tüm öğrencilere Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği uygulanmış, zorba ve kurban olan öğrenciler belirlenmiştir. Zorba ve kurban olan öğrenciler belirlendikten sonra öğrenciler müdahale ve kontrol grubuna ayrılmıştır.

Müdahale grubuna atılganlık eğitimi programı araştırmacı tarafından uygulanmıştır. Araştırmacı Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı yüksek lisans eğitimi sırasında konu ile ilgili dersler almıştır. Bunun yanı sıra, araştırmacı ‘6-12 Yaş Çocuk Psikolojisi Eğitimi’ (Ek-4) ve MEB onaylı “Eğiticinin Eğitimi” (Ek-5) kurslarına katılarak sertifika almıştır.

Eğitim programına başlamadan önce öğrencilere zaman faktörünün etkisini ortadan kaldırmak için Atılganlık Envanteri, Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği yeniden uygulanmıştır. Müdahale grubuna bir hafta ara ile sekiz eğitim seansı uygulanmıştır. Her eğitim seansı bir ders saati (ortalama 40 dakika) sürmüştür. Eğitimlerde ideal öğrenci sayısı hakkında kesin bir görüş birliği bulunmamaktadır. Öğrenci sayısı sınıf düzeyine,

eğitimin konusuna, kullanılan öğretim yöntemlerine göre değişebilir. Ancak ilköğretimin birinci döneminde çocuklar hareketli oldukları ve temel becerileri yeni kazandıkları için sınıfların 20-25 kişi olması gerektiği belirtilmektedir. Öğrenci sayısı azaldıkça eğitimin etkililiği artmaktadır [121]. Müdahale grubuna seçilen öğrenciler her grupta 20 (10 zorba ve 10 kurban olmak üzere) kişi olmak üzere 4 gruba ayrılarak eğitime alınmıştır. Eğitimlerde anlatım, soru-cevap, grup tartışması, demonstrasyon, oyunlaştırma, beyin fırtınası, altı şapka düşünme tekniği gibi öğretim yöntemleri kullanılmıştır. Bilgisayar, projeksiyon, yazı tahtası, video filmi, renkli kağıtlar gibi görsel- işitsel araçlar kullanılmıştır. Eğitimden bir ay sonra öğrencilere Atılganlık Envanteri, Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği yeniden uygulanmıştır.

Kontrol grubuna ön test uygulandıktan sonra herhangi bir girişimde bulunulmamıştır. Kontrol grubuna ön ve son test müdahale okulu ile aynı zaman diliminde ve araştırmacı gözetiminde sınıflarda uygulanmıştır.

3.7.1. Atılganlık eğitimi rehberi

Araştırmacı tarafından literatür incelenerek ortaokul öğrencilerine yönelik eğitim programı doğrultusunda atılganlık eğitimi rehberi hazırlanmıştır. Bu rehber hazırlandıktan sonra değerlendirilmek üzere alanında üç uzmana (ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği, halk sağlığı hemşireliği, psikolojik danışmanlık ve rehberlik) gönderilmiş, öneriler doğrultusunda rehberde gerekli düzenlemeler yapılmıştır.

Atılganlık eğitim programı sekiz seanstan oluşmaktadır. Atılganlık rehberine göre powerpoint sunumlar hazırlanmıştır (Ek-6). Eğitim programında yer alan konu başlıkları, kullanılan araç-gereçler, eğitim-öğretim yöntem ve teknikleri şunlardır:

Eğitim Seansları ve Konusu	Amaç	Araç-Gereçler	Eğitim-Öğretim Yöntem ve Teknikleri
Birinci Oturum: Kendini Tanıma ve İfade Edebilme	Öğrencilere kendini tanıma ve ifade edebilme konusunda bilgi ve tutum kazandırmak	Bilgisayar, projeksiyon, kağıt, renkli kalem, dosya ve yaka kartı, örnek olay ödev kağıtları.	Anlatım, örnek olay, tartışma, soru-cevap; altı şapka düşünme tekniği
İkinci Oturum: Davranış Çeşitleri ve Özellikleri	Öğrencilere davranış çeşitleri konusunda bilgikazandırmak.	Bilgisayar, projeksiyon, video, sandalye, her öğrenciye yaka kartı, tahta, tahta kalemi	Anlatım, tartışma, örnek olay; oyunlaştırma, soru cevap, grup çalışması
Üçüncü oturum: Atılganlık	Öğrencilere atılganlık konusunda bilgi, tutum ve davranış kazandırmak.	Bilgisayar, projeksiyon, video, sandalye, her öğrenciye yaka kartı, tahta, tahta kalemi;	Anlatım, tartışma, örnek olay; oyunlaştırma, soru cevap, grup çalışması.
Dördüncü oturum: Sosyal haklar ve Sınır kavramı	Öğrencilere sosyal haklar ve sınır kavramı konusunda bilgi ve tutum kazandırmak.	Bilgisayar, projeksiyon, her öğrenciye dosya ve yaka kartı, her öğrenciye ‘sınırlarım’ formu, tahta, tahta kalemi;	Anlatım, örnek olay; soru-cevap tekniği
Beşinci oturum: “Hayır” diyebilme	Öğrencilere hayır diyebilme konusunda bilgi ve tutum kazandırmak.	Bilgisayar, projeksiyon, her öğrenciye dosya ve yaka kartı, sandalye	Anlatım, örnek olay; grup çalışması, soru-cevap tekniği.
Altıncı oturum: İletişim ve Beden Dili	Öğrencilere iletişim ve beden dili konusunda bilgi ve tutum kazandırmak.	Bilgisayar, renkli kağıtlar, her öğrenciye yaka kartı;	Anlatım, tartışma, örnek olay; soru cevap.
Yedinci oturum: Empati ve Dinleme	Öğrencilere eleştiri ve empati konusunda bilgi ve tutum kazandırmak.	Bilgisayar, projeksiyon, her öğrenciye dosya ve yaka kartı	Anlatım, Örnek olay; soru-cevap, grup çalışması
Sekizinci oturum: Eleştiri İle Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü	Öğrencilere öfke kontrolü konusunda bilgi ve tutum kazandırmak.	Bilgisayar, projeksiyon, öğrenci sayısı kadar balon, her öğrenciye dosya ve yaka kartı	Anlatım, demonstrasyon, tartışma, soru-cevap tekniği.

Şekil 3.1. Atılganlık Eğitim Programı

3.8. Verilerin Değerlendirilmesi

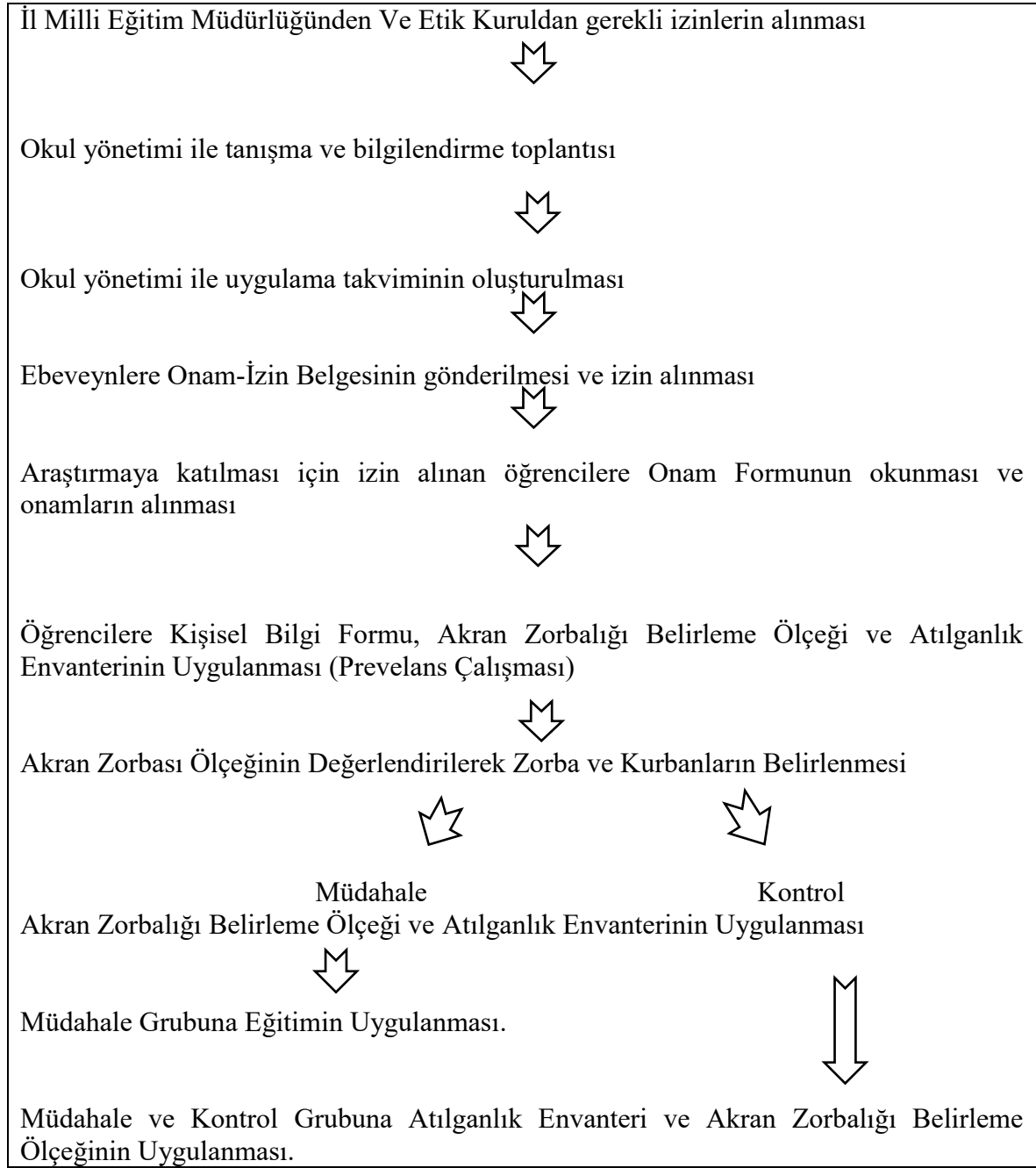
Araştırmadan elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 20.0 (Statistical Package For Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri ve atılganlık eğitimi bağımsız değişken; Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği ve Atılganlık Envanterinden alınan ortalama puanlar bağımlı değişken olarak alınmıştır. Tanımlayıcı istatistikler sunumunda frekans, yüzde değerleri, ortalama, standart sapma kullanılmıştır. Kategorik karşılaştırmalar için ki-kare testi kullanılmıştır. Nicel değişkenlerin istatistiksel

değerlendirilmesinde ilk olarak Kolmogorov-Smirnov testi ile verilerin normal dağılımı uygunluğu incelenmiştir. Atılganlık ve AZBÖ Kurban boyutu puanlarının hem müdahale hem de kontrol gruplarında normal dağılıma uygun olduğu ancak AZBÖ Zorba boyutu puanlarının normal dağılıma uygun olmadığı tespit edilmiştir. Bu nedenle ölçeğin gruplar içinde eğitim öncesi ve sonrası karşılaştırılmasında normal dağılım gösteren verilerde paired t-testi, normal dağılım göstermeyenlerde Wilcoxon İşaret testi kullanılmıştır. Anlamlılık seviyesi olarak $p < 0.05$ değeri kabul edilmiştir.

3.9. Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmanın etik açıdan uygunluğunun değerlendirilmesi amacıyla; Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu'na başvurulmuş ve 11.11.2014 tarihli 77082166-604.01.02-116332 sayılı karar ile araştırmanın yapılması komisyon tarafından etik açıdan uygun bulunmuştur (Ek-7). Araştırma öncesi, Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden uygulamanın yapılacağı okul için yazılı izin (01.10.2014 tarih ve 14588481/605.99/4341689 sayısı) alınmıştır. (Ek-8). Velilere bilgilendirilmiş onam ve izin belgesi gönderilmiş ve velilerden yazılı izin alınmıştır (Ek-9). Araştırmaya katılan öğrencilerden sözel izin alınmıştır. Araştırmada uygulanan ölçekler için ölçeği geliştiren kişilerden e-mail yolu ile izin alınmıştır (Ek-10).

3.10. Araştırmanın Uygulama Şeması



Şekil 3.2. Araştırmanın uygulama şeması

4. BULGULAR

Okul çağı çocuklarına verilen atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmadan elde edilen bulgular, aşağıda belirtilen başlıklar altında sunulmuştur.

4.1. Öğrencilerin Sosyo-demografik ve Sosyal İlişkileri ile İlgili Özelliklerine İlişkin Bulgular

4.2. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Kurban Olma Durumlarına İlişkin Bulgular

4.3. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Zorba Olma Durumlarına İlişkin Bulgular

4.4. Öğrencilerin Atılganlık Düzeylerine İlişkin Bulgular

4.1. Öğrencilerin Sosyo-demografik ve Sosyal İlişkileri ile İlgili Özelliklerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.1. Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri

Sosyo-demografik özellikler	Müdahale grubu (n= 47)		Kontrol grubu (n= 72)		İstatistiksel analiz
	N	%	N	%	
Yaş ortalaması ($\bar{X} \pm SS$)	11,5± 0,6 (11-13)		11,4±0,8 (10-13)		t= 1.005 p=0.317
Cinsiyet					
Kız	21	44,7	35	48,6	X ² =0,176 p=0,675
Erkek	26	55,3	37	51,4	
Anne öğrenim durumu					
İlköğretim mezunu	14	29,8	32	44,5	X ² =3.066 p=0,216
Lise mezunu	23	48,9	27	37,5	
Üniversite ve üzeri mezunu	10	21,3	12	16,7	
Baba öğrenim durumu					
İlköğretim mezunu	11	23,4	20	27,8	X ² =0.386 p=0,824
Lise mezunu	22	46,8	29	40,3	
Üniversite ve üzeri mezunu	14	29,8	22	30,6	
Anne çalışma durumu					
Çalışıyor	17	36,2	15	20,8	X ² =3.402 p=0,065
Çalışmıyor	30	63,8	57	77,2	
Baba çalışma durumu					
Çalışıyor	43	92,5	68	94,4	X ² =0.396 p=0,529
Çalışmıyor	4	7,5	4	5,6	
Algılanan gelir durumu*					
Orta	41	87,2	65	90,2	X ² =0.271 p=0,603
Yüksek	6	12,8	7	9,7	
Anne babanın durumu					
Sağ ve birlikte	43	91,5	65	90,3	X ² =0.050 p=0,823
Tek ebeveyn	4	8,5	7	9,7	

*Sözel ifade

Çizelge 4.1.(devam). Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri (N=119)

Sosyo-demografik özellikler	Müdahale grubu (n= 47)		Kontrol grubu (n= 72)		İstatistiksel analiz
	N	%	N	%	
Kardeş sayısı					
Kardeşi yok	3	6,4	9	12,5	X ² =5.588 p=0,232
Bir kardeş	24	51,1	38	52,8	
İki kardeş ve üzeri	20	42,5	15	34,7	
Kaçınıcı çocuk olduğu					
1.Çocuk	21	44,7	34	37,3	X ² =2.531 p=0,639
2.ve üzeri çocuk	26	55,3	38	62,7	

Çizelge 4.1’de öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı verilmiştir. Müdahale ve kontrol grubundaki öğrencilerin yaş ortalamaları sırasıyla $11,5 \pm 0,6$ ve $11,4 \pm 3,7$ dir. Müdahale grubundaki öğrencilerin %55,3’ü erkek; %48,9’unun annesi, %46,8’inin babası lise mezunu; %36,2’sinin annesi, %91,5’inin babası çalışmaktadır. Öğrencilerin %87,2’si aile gelir durumunun orta seviyede olduğunu, %91,5’i anne, babasının sağ ve birlikte yaşadığını, %51,1’i tek kardeşe sahip olduğunu, %44,7’si ailesinin birinci çocuğu olduğunu belirtmiştir.

Kontrol grubu öğrencilerinin %51,44’ü erkek, %44,5’inin annesi ilkokul mezunu, %40,3’ünün babası lise mezunu, % 77,2’sinin annesi, %94,4’ünün babası çalışmaktadır. Öğrencilerin %90,2’si aile gelir durumunun orta seviyede olduğunu, %90,3’ünün anne, babasının sağ ve birlikte yaşadığını, %52,8’i tek kardeşe sahip olduğunu, %47,2’si ailesinin birinci çocuğu olduğunu belirtmiştir.

Çizelge 4.2. Öğrencilerin sosyal ilişkileri ile ilgili özelliklerinin dağılımı

Sosyal ilişkileri ile ilgili özellikler	Müdahale grubu (n= 47)		Kontrol grubu (n= 72)		
	N	%	N	%	
Arkadaş ile ilişkiler*					
İyi	36	76,6	63	87,5	X ² =2.418 p=0,120
Orta	11	23,4	9	12,5	
Kardeş ile ilişkiler*					
İyi	36	76,6	48	66,7	X ² =2.024 p=0,567
Orta	8	17,0	16	22,2	
Kardeşi yok	3	6,4	8	11,1	
Anne baba ile ilişkileri*					
İyi	46	97,9	66	92,7	X ² =1.378 p=0,240
Orta	1	2,1	5	7,3	
Okul başarısı*					
İyi	27	57,4	47	65,3	X ² =0.742 p=0,389
Orta	20	42,6	25	34,7	
Babanın tutumu**					

Çizelge 4.2. (devam). Öğrencilerin sosyal ilişkileri ile ilgili özelliklerinin dağılımı

Sosyal ilişkileri ile ilgili özellikler	Müdahale grubu (n= 47)		Kontrol grubu (n= 72)		
	N	%	N	%	
Hoşgörülü	29	56,0	46	60,0	
Eşit davranan	18	34,5	20	26,0	
Korumacı	5	9,5	9	11,6	
Baskıcı	0	0	2	2,4	
Annenin tutumu**					
Hoşgörülü	31	58,4	48	60	
Eşit davranan	18	33,9	19	23,7	
Korumacı	4	7,5	8	10	
Baskıcı	0	0	5	6,2	
Boş zaman etkinlikleri**					
TV seyretme	39	17,8	38	14,0	
Kitap okuma	35	16,0	48	17,6	
İnternet girme	34	15,5	39	15,1	
Arkadaşlarla vakit geçirme	31	14,2	29	11,2	
Bilgisayarda oyun oynama	30	13,7	29	11,2	
Müzik dinleme	28	13,8	41	15,8	
Spor yapma	21	10,0	34	13,1	

* Sözel ifade

** Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Çizelge 4.2. 'de öğrencilerin sosyal ilişkileri ile ilgili özelliklerinin dağılımı verilmiştir. Müdahale grubu öğrencilerinin %57,4'ü okul başarısını, %76,6'sı okuldaki arkadaş ilişkilerini, %76,6'sı kardeşi ile ilişkisini, %97,9'u anne babası ile ilişkisini iyi olarak belirtmiştir. Öğrencilerin %56'sı babasının, %58,4'ü annesinin kendine karşı tutumunun hoşgörülü olduğunu, %17,8'i boş zamanında TV izlediğini ifade etmiştir.

Kontrol grubu öğrencilerinin %65,3'ünün okul başarısı iyi; %87,5'inin okuldaki arkadaş ilişkisi, %66,7'sinin kardeşi ile ilişkisi, %91,7'sinin anne babası ile ilişkisi iyi olarak belirlenmiştir. Öğrencilerin %60'ı babasının, %60'ı annesinin kendine karşı tutumunun hoşgörülü olduğunu, %17,6'sı boş zamanlarında kitap okuduğunu ifade etmiştir.

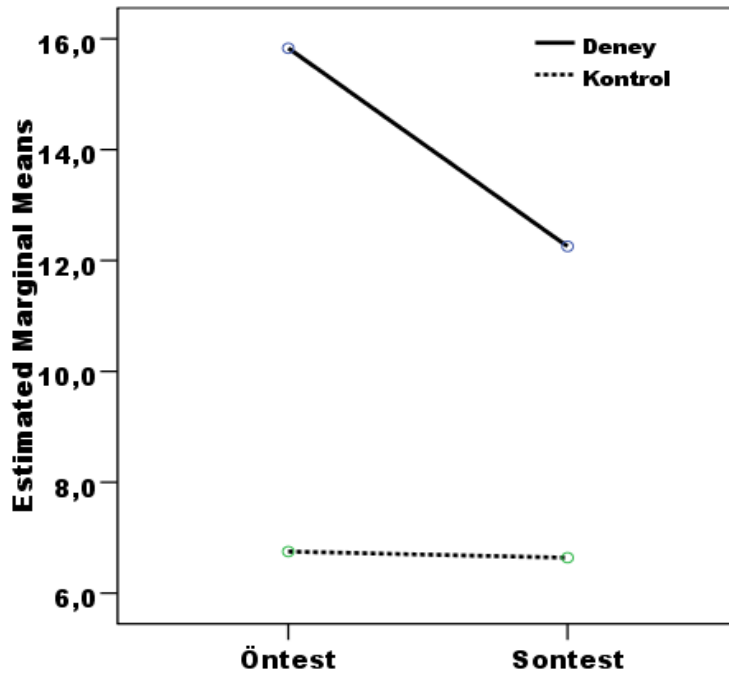
4.2. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Kurban Olma Durumlarına İlişkin Bulgular

Çizelge 4.3. Öğrencilerin akran zorbalığını belirleme ölçeği kurban boyutu ortalama puanlarının dağılımı

Grup	Eğitim öncesi			Eğitim sonrası		
	$\bar{X} \pm SS$	Min-Max	Median	$\bar{X} \pm SS$	Min-Max	p
Müdahale grubu (n=47)	15,8 $\pm$ 12,1	0-48	13,0	12,3 $\pm$ 10,7	0-33	0,013
Kontrol grubu (n=72)	6,8 $\pm$ 8,3	0-40	4,0	6,6 $\pm$ 6,8	0-27	0,893

Çizelge 4.3’de öğrencilerin AZBÖ Kurban boyutu ortalama puanlarının dağılımı yer almaktadır. Müdahale grubu öğrencilerinin AZBÖKurbanboyutu eğitim sonrası ortalama puanının (12,3 $\pm$ 10,7) eğitim öncesi ortalama puanına (15,8 $\pm$ 12,1) göre düşük olduğu bulunmuştur. Kontrol grubu öğrencilerinin AZBÖ Kurban boyutu eğitim sonrası ortalama puanının (6,6 $\pm$ 6,8) eğitim öncesi ortalama puanına (6,8 $\pm$ 8,3) göre müdahale grubundaki gibi bir değişim tespit edilmemiştir.

Çizelge 4.3.’de verilen sonuçlara göre AZBÖ Kurban boyutu eğitim öncesi puanının eğitim sonrası puanına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (p<0.05). Diğer bir ifade ile müdahale ve kontrol grupları ile verilen eğitimin AZBÖ Kurban boyutu puanları üzerine ortak etkisi anlamlı bulunmuştur. İlgili gösterim şekil 4.1’de verilmiştir.



Şekil 4.1. Müdahale ve kontrol grubu öğrencilerin eğitim öncesi ve sonrası AZBÖ kurban boyutu ortalama puanının değişimi

Çizelge 4.3. ve Şekil 4.1’de müdahale grubunda eğitim öncesi ve eğitim sonrası AZBÖ Kurban boyutu ortalama puanlarının arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Kontrol grubunda eğitim öncesi ve eğitim sonrası AZBÖ Kurban boyutu ortalama puanlarının değişmediği saptanmıştır.

4.3. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Zorba Olma Durumlarına İlişkin Bulgular

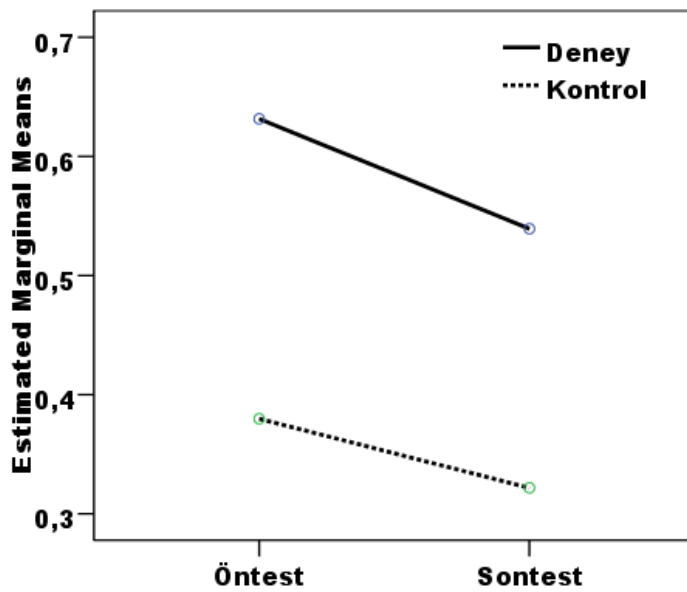
Çizelge 4.4. Öğrencilerin AZBÖ Zorba boyutu ortalama puanlarının dağılımı

Grup	Eğitim öncesi			Eğitim sonrası		
	$\bar{X} \pm SS$	Min-Max	Median	$\bar{X} \pm SS$	Min-Max	P
Müdahale grubu (n=47)	6,4 $\pm$ 9,7	0-54	3,0	4,4 $\pm$ 4,9	0-20	0,241
Kontrol grubu (n=72)	3,2 $\pm$ 6,4	0-42	1,0	2,7 $\pm$ 5,2	0-26	0,571

Çizelge 4.4.’de öğrencilerin AZBÖ Zorba boyutu ortalama puanlarının dağılımı yer almaktadır. Müdahale grubu öğrencilerinin AZBÖ Zorba boyutu eğitim sonrası ortalama puanının (4,4 $\pm$ 4,9) eğitim öncesi ortalama puanına (6,4 $\pm$ 9,7) göre düşük olduğu bulunmuştur. Kontrol grubu öğrencilerinin AZBÖ Zorba boyutu eğitim sonrası ortalama

puanının $(2,7 \pm 5,2)$ eğitim öncesi ortalama puanına $(3,2 \pm 6,4)$ göre düşük olduğu tespit edilmiştir.

Çizelge 4.4’de verilen sonuçlara göre; müdahale ve kontrol gruplarının AZBÖ Zorba boyutu eğitim öncesi puanının eğitim sonrası puanına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Diğer bir ifade ile, müdahale ve kontrol grupları ile verilen eğitimin AZBÖ Zorba boyutu puanları üzerine ortak etkisi anlamlı bulunmuştur. İlgili gösterim Şekil 4.2.’de verilmiştir.



Şekil 4.2. Müdahale ve kontrol grubu öğrencilerin eğitim öncesi ve eğitim sonrası AZBÖ zorba boyutu ortalama puanlarının değişimi

Çizelge 4.4 ve Şekil 4.2.’de müdahale ve kontrol grubundan eğitim öncesi ve eğitim sonrası AZBÖ Zorba boyutu ortalama puanlarının azaldığı fakat puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($p > .05$).

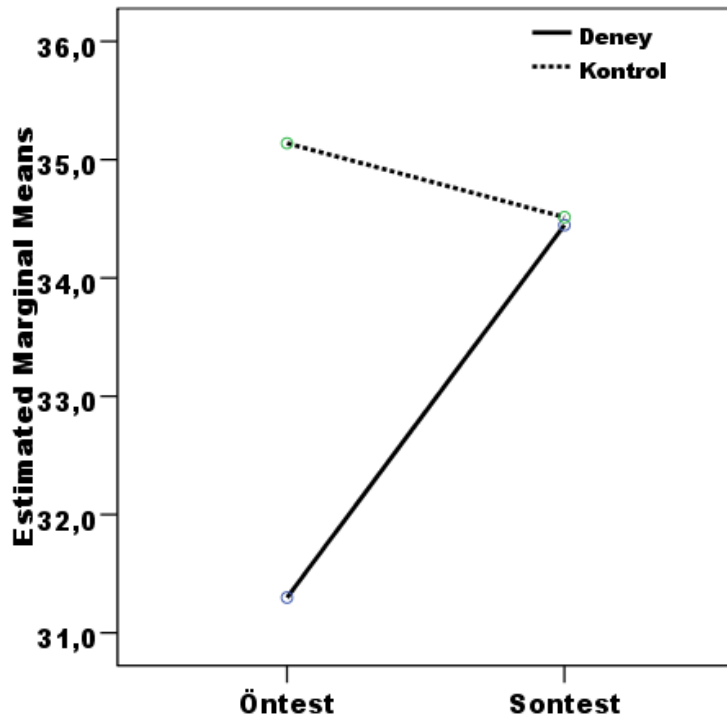
4.4. Öğrencilerin Atılganlık Düzeylerine İlişkin Bulgular

Çizelge 4.5. Öğrencilerin atılganlık envanteri ortalama puanlarının dağılımı

Grup	Eğitim Öncesi			Eğitim Sonrası		
	$\bar{X} \pm SS$	Min-Max	Median	$\bar{X} \pm SS$	Min-Max	P
Müdahale grubu (n=47)	31,3 $\pm$ 8,4	17-44	34,0	34,4 $\pm$ 8,6	14-45	0.005
Kontrol grubu (n=72)	35,1 $\pm$ 6.6	13-45	36,0	34,5 $\pm$ 7,4	13-45	0.410

Çizelge 4.5.'de öğrencilerin Atılganlık Envanteri ortalama puanlarının dağılımı yer almaktadır. Müdahale grubunun eğitim sonrası puanının (34,4 $\pm$ 8,6) eğitim öncesi puanına (31,3 $\pm$ 8,4) göre yüksek olduğu belirlenmiştir. Kontrol grubunun ise eğitim öncesi (35,1 $\pm$ 6.6) ve eğitim sonrası (34,5 $\pm$ 7,4) puanları arasında müdahale grubundaki gibi bir değişim tespit edilmemiştir.

Çizelge 4.5.'de verilen sonuçlarına göre, müdahale ve kontrol gruplarının Atılganlık Envanteri eğitim öncesi puanının, eğitim sonrası puanına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Diğer bir ifade ile, müdahale ve kontrol grupları ile verilen eğitimin Atılganlık Envanteri puanları üzerine ortak etkisi anlamlı bulunmuştur (Şekil 4.3.).



Şekil 4.3. Müdahale ve kontrol grubu öğrencilerin eğitim öncesi ve eğitim sonrası atılganlık envanteri ortalama puanlarının değişimi

Çizelge 4.5. ve Şekil 4.3’de müdahale grubu eğitim öncesi ve sonrası Atılganlık Envanteri ortalama puanlarının arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Kontrol grubu öğrencilerinin son test puanının azaldığı fakat her iki puan arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

5. TARTIŞMA

Uygun olmayan davranış bozukluğu olarak tanımlanan ve saldırganlığın bir türü olan akran zorbalığı, her geçen gün artmakta ve önem kazanmakta olan bir konudur [38]. Okul çağında edinilen zorba ve kurban rolü ergenlik döneminde artarak devam ettiği için bu dönemde akran zorbalığını önleme programları daha da önem kazanmaktadır [122]. Bireye atılganlık gibi uygun davranış becerileri kazandırılarak akran zorbalığı sorununa çözüm oluşturmaya çalışılmaktadır [44].

Okul çağı çocuklarına verilen atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bu araştırmadan elde edilen bulguların tartışması aşağıda belirtilen başlıklar altında sunulmuştur.

- 5.1. Öğrencilerin Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Bulguların Tartışması
- 5.2. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Kurban Olma Durumlarına İlişkin Bulguların Tartışması
- 5.3. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Zorba Olma Durumlarına İlişkin Bulguların Tartışması
- 5.4. Öğrencilerin Atılganlık Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışması

5.1. Öğrencilerin Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Bulguların Tartışması

Müdahale ve kontrol grubundaki öğrencilerin sosyo-demografik ve sosyal ilişkileri karşılaştırıldığında tüm özellikler açısından iki grup birbiri ile benzerlik göstermektedir. Müdahale grubu ve kontrol grubunun sosyo-demografik ve sosyal ilişkilere ilişkin verilerinin benzer olması, kontrol gruplu araştırma yöntemlerinin en önemli kurallarından biri olan müdahale ve kontrol gruplarındaki araştırılacak etken dışındaki özelliklerinin benzer olması ilkesini gerçekleştirmektedir [123]. Bu benzerlik araştırmanın güvenilirliğini artırmaktadır.

5.2. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Kurban Olma Durumlarına İlişkin Bulgular

Akran zorbalığında bireyler; zorba, kurban, zorba-kurban ve izleyici gibi roller üstlenmektedir [55]. Kurban; kendilerinden daha güçlü bireylerin zorbalıklarına uğrayan

kişilerdir [16,36,44]. Akran zorbalığına maruz kalan okul çağı çocukları psikolojik desteğe daha çok ihtiyaç duymakta ve verilen eğitimlerle azalan özgüvenin geri kazanılması sağlanmaktadır [52,112].

Bu çalışmada müdahale grubu öğrencilerinin AZBÖKurban boyutu son test puanının; ön test puanına göre anlamlı şekilde azaldığı; kontrol grubu öğrencilerinde ise anlamlı bir değişim olmadığı belirlenmiştir. Müdahale grubundaki öğrencilerin son test puanlarının azalması *“Atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisi yoktur”* hipotezinin reddedildiğini ortaya koymaktadır. Öğrencilerin kurban olma durumlarındaki azalma müdahale grubuna verilen eğitimin etkisi açıklanabilir. Atılganlık eğitimi sonrasında öğrencilerin zorbalığa maruz kalma durumlarının azalması öğrencilerin eğitim sonrası atılgan davranış özelliklerini benimsediklerini ve kendilerini daha güçlü hissederek zorbalık davranışları ile baş edebildiklerini düşündürmektedir. Benzer şekilde, Karataş (2011) tarafından aynı yaş grubu öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmada zorbalığı önleme eğitimi verilen müdahale grubu öğrencilerinde son test AZBÖ Kurban boyutu puanının ön teste göre daha düşük olduğu, kontrol grubunda ise daha yüksek olduğu belirlenmiştir [19]. Townsend (2013) yaptığı çalışmada akran zorbalığını önleme eğitiminin kurban olma durumunu azalttığını ve öğrencilerin farkındalığını artırdığını belirtmektedir [124].

Okul çağı döneminde çocuklar aile ortamı yerine sosyal çevreye yönelmektedirler. Arkadaş çevresi ve cinsiyet ayrımının etkili olduğu gruplaşmalar daha fazla karşılaşmaktadır. Bu çağda çocuk, somut düşünme aşamasından, soyut düşünme aşamasına geçmektedir. Zihinsel öğrenme bu evrede başlamakta ve çocuk bilgi öğrenmekten zevk almaktadır. Bu yaş grubuna verilen atılganlık eğitiminin interaktif ve yaş özelliklerini dikkate alarak hazırlanmış olması kurban olma durumlarının azalmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Çocuk bilgi öğrenmenin zevkini yaşarken, yöneldiği sosyal çevreden olumlu mesajlar alması gelişimine katkı sağlamaktadır [76,125].

Literatür incelendiğinde akran zorbalığı ile baş etmeye yönelik atılganlık eğitimi dışında çeşitli uygulamalı programları uygulandığı görülmektedir. Örneğin; Karataş (2011)’de akran zorbalığını önlemeye yönelik veliler ve öğrencilerin katılımı ile bütüncül bir eğitim programı uygulamıştır [19].

5.3. Öğrencilerin Akran Zorbalığı Zorba Olma Durumlarına İlişkin Bulgular

Akran zorbalığında zorbalar, saldırgan davranışları alışkanlık haline getirmiştir [47,126].

Bu çalışmada müdahale grubu öğrencilerinin AZBÖ Zorba boyutu son test puanının, ön test puanına göre azaldığı ancak her iki ortalama puan arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur. Bu bulgu *“Atılmanlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılmanlık üzerine etkisi yoktur”* hipotezinin kabul edildiğini ortaya koymaktadır. Ancak, müdahale grubundaki öğrencilerin anlamlı olmasa da zorba olma puanlarındaki azalma öğrencilerin eğitimden olumlu yönde etkilendiğini göstermektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde, eğitim programların akran zorbalığı etkili olduğu bulunmuştur [19,124,127]. Karataş (2011) tarafından aynı yaş grubu öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmada, hem müdahale hem de kontrol grubunda AZBÖ Zorba boyutu son-test ortalama puanının ön-test ortalama puanından anlamlı şekilde daha düşük olduğu belirlenmiştir. Akgün (2007) tarafından yapılan araştırmada, müdahale grubu öğrencilerinde açık saldırganlık yani direk zorbalık son test ortalama puanlarının ön test puanlarına göre anlamlı bir şekilde azaldığı, kontrol grubunda değişiklik göstermediği belirlenmiştir [127]. Townsend (2013) akran zorbalığını önleme eğitiminin zorba olma durumu için öğrencilerde farkındalık oluşturduğunu belirtmektedir [124].

Okul çağı döneminde çocuklarda ahlaki gelişim başlamaktadır. Çocuk aile ve çevresinde gördüğü davranışları içselleştirerek kendi davranışlarını yönetmektedir. Çevrenin müdahalesinden dolayı davranış değişikliklerinin olması zorlaşmaktadır. Bu araştırmada verilen atılmanlık eğitiminin akran zorbalığı üzerinde etkili olmaması bu engelleyici güç nedeniyle olabilir. Bu yaş gruplarına verilen eğitimler çocuk üzerinde fazla baskı kurmadan güven ve anlayış çerçevesinde olmalıdır [128]. Bu noktada hemşirelerin okul sağlığı alanındaki rolü önem kazanmaktadır.

5.4. Öğrencilerin Atılmanlık Düzeylerine İlişkin Bulgular

Atılmanlık öğrenilebilen bir davranış türüdür [88]. Atılmanlık eğitimleri ile bireylere atılman davranış özellikleri kazandırılabilir. Atılmanlık eğitimlerinin temelinde başkalarının haklarına saygı, kendi haklarını savunma ve bireyin yaşamını kararları doğrultusunda kontrol edebilmesi vardır [97]. Atılmanlık eğitimleri bireylerin durumlara uygun davranış

türünü seçebilmelerine, duygu ve düşüncelerini ifade etmelerine, özgüvenlerini geliştirmelerine ve savları doğrultusunda kendilerini değiştirmelerine yardımcı olmaktadır [81].

Atılganlık Eğitiminin verildiği müdahale grubu öğrencilerinin Atılganlık Envanteri 'nin son test puanının; ön test puanına göre anlamlı derecede yüksek olduğu; kontrol grubu öğrencilerinin Atılganlık Envanteri 'nin son test puanının azaldığı fakat istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur. Müdahale grubundaki öğrencilerin son test puanlarının artması *“Atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisi yoktur”* hipotezinin reddedildiğini ortaya koymaktadır. Müdahale grubundaki öğrencilerin atılganlık puanlarının yükselmesi eğitim etkili olduğunu göstermektedir. Yapılan çalışmalarda da okullarda atılganlık eğitiminin uygulanmasının öğrencilerin atılganlık düzeyini artırmada etkili olduğu belirtilmektedir [11,15,34,57,98,129-131]. Ugürol (2010) ile Çeçen ve Zengen (2010) tarafından aynı yaş grubu üzerinde yapılan çalışmalarda; atılganlık eğitimi sonrası müdahale grubunun atılganlık seviyesinin arttığı belirlenmiştir [11,98]. Lopez ve Gutierrez (2015) tarafından yaş ortalaması 12 olan öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmada verilen atılganlık eğitimi sonucunda öğrencilerin atılganlık seviyelerinin yükseldiği belirlenmiştir [129]. Bu çalışmadan elde edilen Atılganlık Envanteri bulgularının konu ile ilgili literatürle uyumlu olduğu görülmektedir.

Atılganlık eğitimi, kişisel ve sosyal sorumlulukların arttığı ergenlik döneminde karşılaşılan birçok problemin etkili bir biçimde çözülebilmesi açısından önemlidir. Okul çağı çocukları geleceğin yetişkinleri olarak eğitimlerde hedef grup olarak ele alınmalı ve daha az kişiler arası çatışmalar yaşamaları, daha sağlıklı iletişim kurmaları için atılganlık eğitimleri verilmelidir [57]. Böylelikle atılganlık eğitimi alan çocukların, çevreleri ile daha olumlu iletişim geliştiren, akademik yönden başarılı olan yetişkinler haline gelmeleri desteklenebilmektedir [100,132]. Öğrenme bireyin psikolojisine, yaşına ve bilgisine göre değişkenlik gösteren bir süreçtir. Okul çağı çocuklarına verilen eğitimlerde interaktif yöntemlerin kullanımını daha etkili sonuç oluşturmaktadır [133,134]. Bu çalışmada hazırlanan eğitim içeriği interaktif ve öğrencileri ödevlerle eğitim dışı da desteklemesi etkililiğini artırmış olabilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1.Sonuçlar

Okul çağı çocuklarına verilen atılgnlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılgnlık üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bu araştırmada aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir.

- Müdahale ve kontrol grubunun sosyodemografik ve sosyal ilişkilere ilişkin özellikler açısından benzer olduğu bulunmuştur.
- Müdahale grubu öğrencilerinin AZBÖ Kurban boyutu son test puanının; ön test puanına göre azaldığı ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur($p<0,05$). Kontrol grubu öğrencilerinin AZBÖ Kurban boyutu son test puanının; ön test puanına göre arttığı ancak gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur (Çizelge4.5) ($p>0,05$).
- Müdahale ve kontrol grubu öğrencilerinin AZBÖ Zorba boyutu son test puanının, ön test puanına göre azaldığı ancak her iki ortalama puan arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). (Çizelge4.8).
- Atılgnlık Eğitiminin verildiği müdahale grubu öğrencilerinin Atılgnlık Envanteri 'nin son test puanının; ön test puanına göre anlamlı derecede yüksek olduğu($p<0,05$); kontrol grubu öğrencilerinin Atılgnlık Envanteri 'nin son test puanının anlamlı bir değişme olmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). (Çizelge4.11).

6.2. Öneriler

Araştırma sonuçları doğrultusunda aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur:

1. Okullarda akran zorbalığının önlenmesi için atılganlık eğitimin sürekli olarak uygulanması,
2. Öğretmenlere ve velilere akran zorbalığını tanıtıcı ve farkındalığı artırıcı eğitimler düzenlenmesi,
3. Okullarda öğrencilerin akran zorbalığı yönünden gözlemlenebilmesi ve uygun müdahale edilebilmesi için okul sağlığı hemşiresi, öğretmen, psikolog gibi meslek gruplarının yer aldığı okul sağlığı ekibinin oluşturulması,
4. Uluslararası düzeyde olduğu gibi ülkemizde de okullarda Okul Sağlığı hemşiresinin istihdam edilmesi,
5. Akran zorbalığını oluşturan gruplar arasında yer alan zorba, kurban, zorba-kurban ve seyircilerin ayrı ayrı belirlenebileceği ölçüm araçlarının geliştirilmesi ve uygulanması,
6. Okullarda verilecek atılganlık eğitimlerine öğretmenler ve veliler başta olmak üzere tüm okul çalışanlarının da dahil edilmesi,
7. Öğrencilerin sosyo demografik ve sosyal ilişkilerine ilişkin özelliklerinin akran zorbalığı ve atılganlık düzeylerine etkisini belirlemeye yönelik araştırmalar planlanması
8. Okullarda akran zorbalığı ve kurbanı olma durumlarını belirlemeye yönelik nitel çalışmalar planlanması

KAYNAKLAR

1. Kurtz, L. (Editor). (2008). *Aggression and Altruism, Encyclopedia of Violence, Peace, and Conflict*. Fairfax: George Mason University, 14-28.
2. Boxer, P. and Tisak, S.M. (2005). Children's Beliefs About the Continuity of Aggression. *Agressive Behavior*, 31(2), 172-188.
3. Orpinas, P. and Horne, A.M. (2006). *Creating a positive school climate and developing social competence*. Washington, DC: American Psychological Association, 55-105.
4. İnternet: Okullarda Akran Zorbalığı http://mebk12.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/52/13/964945/dosyalar/2013_09/11025855_okullardaakranzorbalpdf.pdf adresinden 28 Ağustos 2014'de alınmıştır.
5. Yekeler, B. ve Pehlivan, E. (2014). Malatya'da Yarı Kırsal Bir Bölgede Ergenlerde Boyun Eğici Davranış ile Fiziksel Şiddete Maruziyet Asındaki İlişki. *Medicine Science International Medical Journal*, 3(3), 1382-1395.
6. Gençoğlu, C., Kumcağız, H. ve Ersanlı, K. (2014). Ergenlerin şiddet eğilimine etki eden ailevi faktörler. *Electronic Turkish Studies*, 9(2), 639-652.
7. Piskin, M. (2010). Examination of Peer Bullying Among Primary and Middle School Children in Ankara. *Eğitim ve Bilim*, 35(156), 175-189.
8. İnternet: www.cdc.gov/violenceprevention, 2013, Understanding school violence, National Center for Injury Prevention and Control, Division of Violence Prevention.2-3. adresinden 28 Ağustos 2014'de alınmıştır.
9. Babcock, J.C., Tharp, L.T.A., Sharpa, C., Heppner, W. and Stanford M.S. (2014). Similarities and differences in impulsive/premeditated and reactive/ proactive bimodal classifications of aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 9(1), 251-262.
10. Österman, K, (Editor). (2010). *Indirect and Direct Aggression*. Pieterlen: Peterlang, 5-13.
11. Baş A.U., Öz, S.F. ve Kabasakal, T.Z. (2012). İlköğretim ve Ortaöğretim Okullarında Reaktif ve Proaktif Saldırganlık: Okul Psikolojik Danışmanlarının Görüş ve Yaklaşımları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 354-370.
12. İnternet: World Health Organization.,2010, Violence prevention the evidence, <http://www.who.int/violenceprevention/publications/en/index.html>, 10-3. adresinden 28 Ağustos 2014'de alınmıştır.

13. Perron, T. (2013). Peer victimisation: Strategies to decrease bullying in schools. *British Journal of School Nursing*, 8(1), 25-29.
14. United Nations Children's Fund (2014). *Hidden in Plain Sight: A statistical analysis of violence against children*. New York: United Nations International Children's Emergency Fund, 112-130.
15. Ugürol, Y. (2010). *Atılmanlık becerilerini geliştirme eğitimi programının ilköğretim 7. sınıf öğrencilerinin zorbalığa uğrama düzeylerinin azaltılmasına etkisi: YİBO örneği*. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon, 49-57.
16. Pişkin, M. (2002). Okul Zorbalığı Tanımı, Türleri, ilişkili Olduğu Faktörler ve Alınabilecek Önlemler. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 2(2), 531-562.
17. Sangalang, C.C., Tran, A.G., Ayers, S.L. and Marsiglia, F. F. (2016). Bullying among urban Mexican-heritage youth: Exploring risk for substance use by status as a bully, victim, and bully-victim. *Children and Youth Services Review*, 61(1), 216-221.
18. Seager, N. (2012). He reviews without Fear, and acts without fainting: Defoe's Review. *Eighteenth-Century Studies*, 46(1), 131-142.
19. Karataş, H. (2011). İlköğretim Okullarında Zorbalığa Yönelik Geliştirilen Programın Etkisinin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İzmir, 70-73.
20. Abdirahman, H., Fleming, L.C. and Jacobsen, K.H. (2013). Parental involvement and bullying among middle school students in North Africa. *East Mediterr Health Journal*, 19(3), 227-232.
21. Craig, W., Pepler, D. and Blais, J. (2007). Responding to bullying what works?..*School Psychology International*, 28(4), 465-477.
22. Şengül, H. A., Cantürk, N., Cantürk, G. ve Dağalp, R. (2012). Ankara 1 Çocuk Ağır Ceza Mahkemesi'nde akran istismarı nedeniyle yargılanan çocukların değerlendirilmesi. *Türk Pediatri Arşivi*, 47(4), 283-289.
23. İnternet: Milli Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim Rehberlik Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü (e-kitap) http://orgm.meb.gov.tr/alt_sayfalar/sinif_reh_progri.html adresinden 12 Kasım 2014'de alınmıştır.
24. Üneri, Ö.Ş. (2011). Çocuklarda Akran Zorbalığı.*Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24(4), 352-353.
25. Minton, S.J. and Minton, P. (2004). An Application of certain Phenomenological /Existential perspectives in understanding the bully-victim cycle. *Existential Analysis*, 15(2), 230-242.

26. Jansen, D.E., Veenstra, R., Ormel, J., Verhulst, F., C. and Reijneveld, S.A. (2011). Early risk factors for being a bully, victim, or bully/victim in late elementary and early secondary education. *BMC Public Health*, 11(1), 440.
27. Twemlow, S.W. and Sacco, F.C. (2012). *Preventing Bullying and School Violence* (First edition). Washington: American Psychiatric Publishing, 266-279.
28. Covell, K., Howe, R.B. and McNeil, J.K. (2012). Implementing children's human rights education in Schools. *Sage Publications*, 9 (3). 117- 132.
29. Weston, F. (2009). Counsellor's Casebook, Working With Children Who Have Been Bullied. *British Journal of School Nursing*, 5(4), 172-176.
30. Ttofi, M.M. and Farrington, D.P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27-56.
31. Arslan, S., ve Savaşer, S., (2008). İnsan Hakları ve Çocuk Hakları Bağlamında Okulda Zorbalık. *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 16(61), 65-70.
32. Mackay, A. (2007). *Motivation, ability and confidence building in people* (First edition). Oxford: Routledge, 266-279.
33. Alberti, R. and Emmons, M. (2002). *Atılganlık hakkınızı kullanın*. (Çev. S. Katlan). Ankara: HYB Yayıncılık. (Eserin orijinali 1998.'de yayımlandı), 15-112.
34. Tavakoli, P., Setoodeh, G., Dashtbozorgi, B., Sani, H. K. and Pakseresht, S. (2014). The influence of assertiveness training on self-esteem in female students of government high-schools of Shiraz, Iran: A randomized controlled trial. *Nursing Practice Today*, 1(1), 17-23.
35. Srisiva, R., Thirumoorthi, R. and Sujatha, P. (2013). Prevalence and Prevention of School Bullying-A Case Study of Coimbatore City, Tamilnadu India. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2(1), 2319-7714.
36. Carter, S. (2012). The Bully at School: An Interdisciplinary Aproach. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 35(3-4), 153-162.
37. Galitz, T. and Robert, D. (2014). Governing bullying through the new public health model: Foucaultian analysis of a school anti-bullying programme. *Critical Public Health*, 24(2), 182-195.
38. O'Moore, M. and Stephan, J. M. (2011). *Dealing with Bullying in Schools : A Training Manual for Teachers, Parents and Other Professionals* (First edition). US:SAGE Publications, 1-27.
39. Ertunç, G., Yögev, Ş.,P. ve Kılıç, G., (Editörler) . (2013). *Akran Zorbalığı Önleme Programı*. Ankara: M.E.B., 1-5.

40. Gomez-Ortiz, O., Romera, E.M. and Ortega-Ruiz, R. (2016). Parenting styles and bullying. The mediating role of parental psychological aggression and physical punishment. *Child abuse and neglect*, 51(1), 132-143.
41. İnternet: Elame, E. (2013). Discriminatory Bullying A New Intercultural Challenge (First edition). Venice: Daphne, 4-44. 3-4; 25-26. 371-372, 241 <http://link.springer.com/book/10.1007/978-88-470-5235-2> adresinden 28 Ağustos 2014'de alınmıştır.
42. Jimerson, S. R., Swearer, S. M. and Espelage, D.L. (Eds.) (2010). *Handbook of Bullying in Schools An International Perspective*. New York: Routledge, 9-34.
43. Olweus, D. and Limber, S.P. (2010). Bullying in school: Evaluation and dissemination of the Olweus Bullying Prevention Program. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(1), 124-134.
44. Hunt, J.G. (2015). *Creating Supplements to an Anti-Bullying Program in a Harrisonburg City Public School*, 25-40.
45. FitzGerald, D. (1999). *Bullying in Our Schools: Understanding and Tackling Bullying; a Guide for Schools*. Blackhall, 5-20.
46. Vessey, J.A., DiFazio, R.L. and Strout, T.D. (2013). Youth bullying: A review of the science and call to action. *Nursing outlook*, 61(5), 337-345.
47. Ünye Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü. (2012) *Okullarda akran zorbalığı. Ünye: Ünye Rehberlik Ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü*, 1-28.
48. Berger, C. and Caravita, S.,C.,S. (2016). Why do adolescents bully? Exploring the influence of prestige norm on social motives to bully. *Journal of adolescence*, 46, 45-56.
49. Angelis, G.D., Bacchini, D. and Affuso, G. (2016) The mediating role of domain judgement in the relation between the Big Five and bullying behaviours. *Personality and Individual Differences* 90, 16-21
50. Nansel, T.R., Overpeck, M., Pilla R.S., Ruan, W.J., Simons-Morton, B. and Scheidt, P. (2001). Bullying Behaviors Among US Youth: Prevalence and Association With Psychosocial Adjustment. *JAMA*. 285(16), 2094-2100.
51. Smokowski, P.R. and Kopasz, K.H. (2005). Bullying in school: An overview of types, effects, family characteristics, and intervention strategies. *Children & Schools*, 27(2), 101.
52. Kapcı E.G.(2004). İlköğretim Öğrencilerinin Zorbalığa Maruz Kalma Türünün ve Sıklığının Depresyon, Kaygı ve Benlik Saygısıyla İlişkisi, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(1), 13.

53. Albayrak S. (2012). *Okulda Uygulanan Zorbalığı Önleme Proramının Zorbalığın Azaltılmasında Etkisi*, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul, 6, 26.
54. Sayar, K. ve Bağlan F. (2014). *Koruyucu Psikoloji*. 6. Baskı. İstanbul: Timaş Yayıncılık, 73, 75.
55. Aydın, B. (2013). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*. 4. Baskı. Ankara: Nobel Yayıncılık; 127, 163.
56. Maiano, C., Aimea, A., Salvas, M.S., Morin A.J.S. and Norman, C.L. (2016). Prevalence and correlates of bullying perpetration and victimization among school-aged youth with intellectual disabilities: A systematic review. *Research in Developmental Disabilities*, 49–50, 181–195.
57. Gündoğdu, R. (2012). Yaratıcı Drama Temelli Atılmanlık Programının Psikolojik Danışman Adaylarının Atılmanlık Becerisine Etkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 677-693.
58. Beale, A.V. (2001). *Bullybusters': Using drama to empower students to take a stand against bullying behavior*. *Professional School Counseling*, 4, 300-305.
59. Çayırdağ, N. (2006). *İlköğretim 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Okul Kültürünü Algılayışları İle Zorbalık Eğilimleri ve Zorbalıkla Başetme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
60. Burnukara, P. ve Uçanok, Z. (2012). Okul Ortamı ve Sanal Ortamda Meydana Gelen Akran Zorbalığı Ne Ölçüde Örtüşüyor?. *Türk Psikoloji Dergisi*, 27(69), 81-100.
61. Yen, C.F., Huang, M.F., Kim, Y.S., Wang, P.W., Tang, T.C., Yeh, Y.C. and Yang, P. (2013). Association between types of involvement in school bullying and different dimensions of anxiety symptoms and the moderating effects of age and gender in Taiwanese adolescents. *Child abuse & neglect*, 37(4), 263-272.
62. Shim, H. and Shin, E. (2016). Peer-group pressure as a moderator of the relationship between attitude toward cyberbullying and cyberbullying behaviors on mobile instant messengers. *Telematics and Informatics*, 33(1), 17-24.
63. İnternet: Kavramlar Atılmanlık http://www.thetherapyhouse.org/poc/view_doc.php?type=doc&id=22955.adresinden 28 Ağustos 2014'de alınmıştır.
64. Ergül, A. (2009). Bir Grup Süreci Olarak Akran Zorbalığı: Katılımcı Rolü Gruplarında Tepkisel-Amaçlı Saldırganlık Ve Toplumsal Konum, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 25.
65. Yeager, D.S., Fong, C.J., Lee, H.Y. and Espelage, D. L. (2015). Declines in efficacy of anti-bullying programs among older adolescents: Theory and a three-level meta-analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 37, 36-5.

66. Lashbrook, J. T. (2000). Fitting in: Exploring the Emotional Dimension of Adolescent Peer Pressure. *Adolescence*, 35, 140, 747-757.
67. Aypay, A. ve Durmuş, E. (2008). Zorba, Kendine Güvenen ve Zorbalıkta Kaçınan Tutumları Sergileyen Lise Öğrencilerinin İş Birliği Yapma Karakter Özelliği Açısından Değerlendirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(2), 23-42.
68. Rose, C.A., Monda-Amaya, L.E. and Espelage D.L. (2011). Bullying perpetration and victimization in special education: A review of the *literature Remedial and Special Education*, 32, 114–130.
69. Wang, J., Iannotti, R.J. and Nansel, T.R. (2009). School bullying among adolescents in the United States: Physical, verbal, relational, and cyber. *Journal of Adolescent health*, 45(4), 368-375.
70. Kaltiala-Heino, R., Rimpela, M., Rantanen, P. and Rimpela, A. (2000). Bullying at school –an indicator of adolescents at risk for mental disorders. *Journal of Adolescence*, 23, 661-674.
71. Van-Geel, M., Goemans, A. and Vedder, P.H. (2016). The relation between peer victimization and sleeping problems: a meta-analysis. *Sleep medicine reviews*, 27, 89-95.
72. Schroeder J.H., Schroeder, M.C., Cappadocia, J.M., Bebko, D.J. and Pepler, J.A. (2014). Weiss Shedding light on a pervasive problem: A review of research on bullying experiences among children with autism spectrum disorders *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 44 (7), 1520–1534.
73. Furniss, C. (2000). Bullying in schools: It's not a crime-is it?. *Education and the Law*, 12(1), 9-29.
74. Totan, T. (2007). Okulda zorbalığı önlemede eğitimcilere ve ebeveynlere öneriler. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 191-200.
75. Woods, S., Hall, L., Dautenhahn, K. and Wolke, D. (2004). Implications of gender differences for the development of animated characters for the study of bullying behavior. *Computers in Human Behavior*, 1-17.
76. Jackson, V., Browne, K. and Joseph, S. (2016). The prevalence of childhood victimization experienced outside of the family: findings from an English prevalence study. *Child abuse & neglect*, 51, 343-357.
77. Alberti, R. and Emmons, M. (1998). *Complete Guide to Assertive Living*, 10-88.
78. Sarı, İ., Soyer, F. ve Gülle, M. (2014). The role of perceived leadership behaviors as predictor of assertiveness levels in individual sport athletes. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 152, 446-450.

79. Vaughn, M.G., DeLisi, M. and Matto, H.C. (2013). *Human Behavior: A Cell to Society Approach* (First edition). Somerset: John Wiley Sons, 77-90.
80. Joseph, W. (1958). *Psychotherapy by Reciprocal Inhibition*, California: Stanford University Press, 53-62.
81. Manesh, R.S., Fallahzadeh, S., Panah, M.S.E., Koochehbiuki, N., Arabi, A. and Sahami, M.A. (2015). The Effectiveness of Assertiveness Training on Social Anxiety of Health Volunteers of Yazd. *Psychology*, 6(06), 782.
82. Vatankhah, H., Daryabari, D., Ghadami, V. and Naderifar, N. (2013). The Effectiveness of Communication Skills Training on Self-concept, Self-esteem and Assertiveness of Female Students in Guidance School in Rasht. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 885-889.
83. Korem, A., Horenczyk, G. and Tatar, M. (2012). Inter-group and intra-group assertiveness: Adolescents' social skills following cultural transition. *Journal of adolescence*, 35(4), 855-862.
84. Hasta, D. ve Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 64-104.
85. Rapee, R., Wignall, A. and Spence, S., (2008). *Helping Your Anxious Child : A Step-by-Step Guide for Parents* (Second edition). Oakland: Harbinger Publications, 100-120.
86. Dinçyürek, S., Çağlar, M. Ve Birol, C. (2010). Atılganlık Ve Denetim Odağı Düzeyi: Gelecek Nesillere Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 142-150.
87. Örenoğlu T.S. (2009) *Bilim Sanat Merkezlerine Devam Eden Ve Etmeyen İlköğretim 12 Yaş Çocuklarının Saldırganlık, Atılganlık, Çekingenlik Ve Mizah Özelliklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Hazırlanmış Üniversitesi, 34-60.
88. Zimmerman, C. and Luecke, R.A. (2010). *Asserting Yourself At Work (First edition)*. Saranac Lake: American Management Association, 10-35.
89. Wilson, V., Lefevre, C.E., Morton, F.B., Brosnan, S.F., Paukner, A. and Bates, T.C. (2014). Personality and facial morphology: Links to assertiveness and neuroticism in capuchins (*Sapajus [Cebus] apella*). *Personality and individual differences*, 58, 89-94.
90. Özcivanoglu M.E.T. (2010). Yapılandırılmış Grupla Psikolojik Danışma Programı. *Atılganlık Becerileri Abant İzzet Baysal Üniversitesi Dergisi*, 10(1), 12-19.

91. Ferens, S. (2008). The Communication In The Team: Assertiveness And Conflict Management. *Journal Of Cystic Fibrosis*, 1,7.
92. Lee, J.Y. and Ciftci, A. (2014). Asian international students' socio-cultural adaptation: Influence of multicultural personality, assertiveness, academic self-efficacy, and social support. *International Journal of Intercultural Relations*, 38, 97-105.
93. Bhalla, P.P. (2011). *7 Adımda Etkili İletişim*.(Çev. E. Çınar). Arunas Yayıncılık, (Eserin orijinali 2004'de yayımlandı) 15-19, 25-26, 44, 67.
94. McWhirter, J.J. and Acar, N.V. (2000). *Ergen ve çocukla iletişim: Öğretme, destekleme ve çocuk yetiştirme sanatı*. US-A Yayıncılık,10-40.
95. Deluty, R.H. (1985). Consistency of assertive, aggressive, and submissive behavior for children. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(4), 1054.
96. Hashemi, M. R. and Ghanizadeh, A. (2011). Emotional intelligence and self-efficacy: A case of Iranian EFL university students. *International Journal of Linguistics*, 3(1), 29.
97. Vavrichek, S. (2012). *Guide to Compassionate Assertiveness : How to Express Your Needs and Deal with Conflict While Keeping a Kind Heart*(First edition). Oakland: Harbinger Publications, 12-19.
98. Çeçen-Eroğul, A.R. and Zengel, M. (2009). The effectiveness of an assertiveness training programme on adolescents' assertiveness level. *İlköğretim Online*, 8(2), 485-492.
99. Yatağan, T. (2005). *Atılganlık eğitimi programının ilköğretim 7. sınıf öğrencilerinin atılganlık düzeyine etkisi*, Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
100. Puri, A. and Luqman, N. (2015). Assertiveness as a Road to Mental Well Being: Case Study of an Adolescent. *Int. J. of Multidisciplinary and Current research*,3, 73-75.
101. Arslan, S., ve Savaşer, S. (2009). Akran Zorbalığını Önlemede Okul Hemşiresinin Rolü. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2 (3), 118-123.
102. Zinan, N. (2014). Bully victim identification and intervention program for school nurse A case study. *Clinical Nursing Studies*, 2(1), 45-51.
103. İnternet: Bullying Prevention in Schools <https://www.nasn.org/PolicyAdvocacy/PositionPapersandReports/NASNPositionStatementsFullView/tabid/462/smld/824/ArticleID/638/Default.aspx> adresinden 26 Ocak 2016'da alınmıştır.

- 104.Jacobson, G., Riesch, S. K., Temkin, B. M., Kedrowski, K. M., and Kluba, N. (2011). Students Feeling Unsafe in School Fifth Graders' Experiences. *The Journal of School Nursing*, 27(2), 149-159.
- 105.Raskauskas, J., and Stoltz, A. D. (2004). Identifying and intervening in relational aggression. *The Journal of School Nursing*, 20(4), 209-215.
- 106.Hendershot, C., Dake, J. A., Price, J. H., and Lartey, G. K. (2006). Elementary school nurses' perceptions of student bullying. *The Journal of school nursing*,22(4), 229-236.
- 107.İnternet: Hemşirelik Yönetmeliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik <http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2011/04/20110419-5.htm> adresinden 26 Ocak 2016'da alınmıştır.
- 108.İnternet: İlköğretim Okullarında temizlik ve Hijyen. www.meb.gov.tr/earged/earged/ilk_ok_temizlik_hijyen.pdf adresinden 26 Ocak 2016'da alınmıştır.
- 109.Pellegrini, A.D. (2003). Perceptions and functions of play and real fighting in early adolescence. *Child Development*, 74(5), 1522-1533.
- 110.Kumpulainen, K. and Rasanen, E. (2000). Children involved in bullying at elementary school age: their psychiatric symptoms and deviance in adolescence: an epidemiological sample. *Child abuse & neglect*, 24(12), 1567-1577.
- 111.Pekel-Uludağlı, N., ve Uçanok, Z. (2005). Akran Zorbalığı Gruplarından Yalnızlık ve Akademik Başarı ile Sosyometrik Statüye Göre Zorba/Kurban Davranış Türleri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20(56), 77-92.
- 112.Mynard, H., Joseph, S. and Alexander, J. (2000). Peer-victimisation and posttraumatic stress in adolescents. *Personality and Individual Differences*,29(5), 815-821.
- 113.Gültekin, Z. ve Sayıl, M. (2005). Akran Zorbalığını Belirleme Ölçeği geliştirme çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 8(15), 47-61.
- 114.Balogun, S.K. and Olapegba, P. O. (2007). Cultural validation of the multidimensional peer victimization scale in Nigerian children. *Journal ofCross-Cultural Psychology*, 38(5), 573-580.
- 115.Özen, D.S. (2006). Ergenlerde Akran Zorbalığına Maruz Kalmanın Yas, Çocuk Yetistirme Stilleri ve Benlik İmgesi İle İlişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(58), 77-94
- 116.Özen, D. Ş. ve Aktan, T. (2010). Bağlanma ve Zorbalık Sisteminde Yer Alma: Başa Çıkma Stratejilerinin Aracı Rolü. *Turkish Journal of Psychology*, 25(65), 101-113.
- 117.Akduman, G.G. ve Baran, G. (2010). Suça karışan çocuklarda akran istismarının işlediği suçun özellikleri, göç ve okul durumu değişkenleri açısından incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(14), 33-41.

- 118.Otrar, M. ve Demirbilek, M. (2013). Ebeveynleri Birlikte Olan Ergenler ile Parçalanmış Aileye Sahip Ergenlerin Benlik Saygıları ve Atılganlık Düzeyleri Üzerine Bir İnceleme. *Eğitimde Politika Analizi*, 2(2), 21-40.
- 119.Altun, E. (2006). *Akılcı duygusal temelli güvengenlik eğitiminin ilköğretim beşinci sınıf öğrencilerinin akılcı olmayan inanç ve güvengenlik düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.10,26.
120. Sert, A. G. (2003). *The Effect Of An Assertiveness Training On The Assertiveness And Self Esteem Level Of 5th Grade Children*. Doctoral Dissertation, Middle East Technical University, Ankara.48,79
- 121.Çınar, O., Temel, A., Beden, N., ve Göçgen, S. (2004).Kalabalık Sınıfların Öğretmen Ve Öğrenciye Etkisi.*XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*.1,8.
- 122.Sourander, A., Helstela, L., Helenius, H. and Piha, J. (2000). Persistence of Bullying from Childhood to Adolescence – A Longitudinal 8-Year Follow-Up Study. *Child Abuse and Neglect*, 24, 7, 873-881.
- 123.Erefe, İ. (2002). Araştırmada örnekleme. Araştırma ilke süreç ve yöntemleri. 1. baskı. Ankara: Odak Ofset Matbaacılık: 125-138.
- 124.Townsend, T. L. (2013). Workplace Bullying: More Than Eating Our Young. In *Creating Healthy Work Environments*.1,33.
- 125.Şimşek, E. (2004). Çocukluk dönemi dini gelişim özellikleri ve din eğitimi. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 4(4), 207-220.
- 126.Vaught, S. E. (2014). Structural Liberalism and Anti-Bullying Legislation. *Equity & Excellence in Education*, 47(2), 152-166.
- 127.Akgün, S., Araz, A. ve Karadağ, S. (2007). Anlaşmazlıklarımızı Çözebiliriz: İlköğretim Öğrencilerine Yönelik Bir Çatışma Çözümü Eğitimi ve Psiko-Sosyal Etkileri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(59), 43-67.
- 128.Yavuz, B., Güneş, Y.,Turhan, R. Ve Yaşaroğlu, N.(2003). Yaş Gelişim Özellikleri (11-14 Yaş Arası). *Empati*, (3)1, 4,5.
- 129.Garcia-Lopez, L. M., and Gutierrez, D. (2015). The effects of a sport education season on empathy and assertiveness. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(1), 1-16.
- 130.Ibrahim, S. A. E. A. (2011). Factors affecting assertiveness among student nurses. *Nurse education today*, 31(4), 356-360.
- 131.Obiageli, O. E., and Paulette, E. (2015). Parental Attitudes and Girl-Child Education in Edo State, Nigeria. *Journal of Educational and Social Research*,5(3), 175.

- 132.Niusha, B., Farghadani, A. and Safari, N. (2012). Effects of assertiveness training on test anxiety of girl students in first grade of guidance school. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46.
- 133.Hymel, S., Mc Clure, R., Miller, M., Shumka, E., and Trach, J. (2015). Addressing school bullying: Insights from theories of group processes. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 37, 16-24.
- 134.Ormrod, J. E. (2013). *Essentials of Educational Psychology: Pearson New International Edition: Big Ideas to Guide Effective Teaching* (Third edition). USA: Pearson, 77-90.
- 135.Arslan, S., ve Savaşer, S. (2009). Okulda Zorbalık.Millî Eğitim, 184, 218-227.
- 136.İnternet: Millî Eğitim Bakanlığına Bağlı Okul Pansiyonları Yönetmeliği <http://mevzuat.meb.gov.tr/html/82.html> adresinden 26 Ocak 2016'da alınmıştır.
- 137.İnternet: Kurum Açılması Ve kapatılmasına İlişkin Esaslar [Http://mevzuat.meb.gov.tr/html/2630_0.html](http://mevzuat.meb.gov.tr/html/2630_0.html) adresinden 26 Ocak 2016'da alınmıştır.

EKLER

Ek-1.Kişisel Bilgi Formu

Değerli Öğrenci;

Bu araştırma Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Yüksek Lisans Programı kapsamında “Okul Çağı Çocuklarına Verilen Atılganlık Eğitiminin Akran Zorbalığı Ve Atılganlık Üzerine Etkisi” konulu tez çalışması olarak planlanmıştır. Araştırmanın güvenilirliği açısından soruların doğru ve eksiksiz yanıtlanması önem taşımaktadır. Bu veriler araştırma dışında başka bir amaçla kullanılmayacaktır. Katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Araştırmanın yapılabilmesi için gerekli izinler yazılı olarak alınmıştır.

Sizden beklenen formu ve ölçeği dikkatlice okuyarak size en uygun ifadeyi işaretlemenizdir. Katılımınız ve işbirliğiniz için teşekkür ederim.

Danışman öğretim

üyesi Yüksek lisans öğrencisi

Doç. Dr. Sultan AYAZ

Fatma Avşar

1. Sınıfınız: ☐ 5. Sınıf ☐ 6. Sınıf
2. Yaşınız:
3. Cinsiyet: ☐ Kız ☐ Erkek
4. Annenin öğrenim durumu:

☐ Okuryazar değil	☐ Okuryazar	☐ İlkokul mezunu
☐ Lise mezunu	☐ Üniversite	Diğer.....
5. Babanın öğrenim durumu;

☐ Okuryazar değil	☐ Okuryazar	☐ İlkokul mezunu
☐ Lise mezunu	☐ Üniversite	Diğer.....
6. Anneniz çalışıyor mu?

☐ Çalışıyor	☐ Çalışmıyor	☐ Emekli
------------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------
7. Baba çalışıyor mu?

☐ Çalışıyor	☐ Çalışmıyor	☐ Emekli
------------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------
8. Ailenizin gelir durumu nedir?

☐ Düşük	☐ Orta	☐ Yüksek
--------------------------------	-------------------------------	---------------------------------
9. Evde kimlerle beraber yaşıyorsunuz?

☐ Anne, baba
☐ Anne, baba, kardeş
☐ Anne, baba, kardeş, babaanne, anneanne, dede vs
Diğer.....

Ek-1. (devam). Kişisel Bilgi Formu

10. Anne ve babanın birliktelik durumu:

- () Sağ ve birlikte () Anne-baba boşanmış () Anne vefat etmiş
 () Baba vefat etmiş Diğer.....

11. Anne babanın yakınlık durumu:

- () Anne-baba öz () Anne üvey () Baba üvey Diğer.....

12. Kardeş sayısı (kendiniz hariç)

13. Kaçıncı çocuğunuz? () 1 () 2 () 3 () 4 Diğer.....

14. Boş zamanlarınızda genellikle neler yaparsınız? (birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

- () İnternete girerim () Spor yaparım () Arkadaşlarımla vakit geçiririm
 () Kitap okurum () TV seyredirim () Bilgisayar oyunu oynarım
 () Müzik dinlerim Diğer.....

15. Okuldaki başarı durumunuz size göre nasıldır?

- () İyi () Orta () Düşük

16. Okulda arkadaşlarınız ile ilişkileriniz nasıldır?

- () İyi () Orta () Kötü

17. Babanızın size karşı tutumu genellikle nasıldır?

- () Baskıcı () Hoşgörülü () Aşırı korumacı
 () Eşit şekilde davranan Diğer.....

18. Annenizin size karşı tutumu genellikle nasıldır?

- () Baskıcı () Hoşgörülü () Aşırı korumacı
 () Eşit davranan () Diğer.....

19. Evde kardeşlerinle ilişkilerin nasıldır?

- () İyi () Orta () Kötü

20. Anne ve babanla ilişkilerin nasıldır?

- () İyi () Orta () Kötü

Ek-2.Akran Zorbalığını Belirleme Ölçeği

Sevgili öğrenciler,

Sizlere verdiğim bu soru listesi ile amacım, arkadaşlarınızla ilişkileriniz hakkında bazı bilgiler edinmektir. Her soru a ve b olmak üzere iki şıktan oluşmaktadır. Her şıktaki cümleleri dikkatlice okuduktan sonra, her şık için seçeneği işaretleyin. İşaretleme yapmak için size uygun olan parantezin içine X işareti koymanız yeterlidir. Cümlelerin hepsini bitirmeye özen gösterin. Bu bir sınav değildir ve cevapların doğru ya da yanlış olması gibi bir durum da söz konusu değildir. Önemli olan sizin gerçek düşüncelerinizi yansıtmasıdır. Sizden aldığım tüm bu bilgiler kesinlikle gizli kalacaktır ve yalnızca araştırma amacıyla kullanılacaktır. Doldurulmuş haldeki cevap kağıtlarınızın, okul idaresine, öğretmenlerinize ya da arkadaşlarınıza gösterilmesi söz konusu değildir.

Teşekkür ederim.

Sınıfınız:

Cinsiyetiniz:

1) a. Beni çeşitli vurucu ve kırıcı aletlerle korkutur. b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

2) a.Beni o kadar korkuturlar ki onlardan uzak dururum.b.Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

3) a.Bana çirkin saldırılarda bulunurlar. b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

4) a.Okula giderken ya da okuldan dönerken beni rahatsız ederler. b.Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

5) a.Üstümü başımı kirletirler. b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

6) a.Grup halinde üstüme gelip beni rahatsız ederler. b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

7) a.Bana yumruk atarlar. b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

8) a.Bana isimler takarlar. b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

9) a.Görünüşümle alay ederler. b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

10) a.Herhangi bir nedenden dolayı benimle alay ederler. b.Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

11) a. Bana “gerzek “aptal” ve benzeri sözler söylerler. b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?
Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla() Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

Ek-2. (devam). Akran Zorbalığını Belirleme Ölçeği

12) a. Konuşma biçimimle alay ederler.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

13) a. Beni tekmelerler.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

14) a. Canımı acıtırlar.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

15) a. Beni döverler.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

16) a. Bana küfür ederler.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

17) a. Çelme takıp beni düşürmeye çalışırlar.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

18) a. Bana tükürürler.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

19) a. Arkadaşlarımla aramı bozmaya çalışırlar.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

20) a. Arkadaşlarımı bana karşı kıskırtmaya çalışırlar.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

21) a. Başkalarının benimle konuşmasına engel olurlar.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

22) a. Hakkımda yalan söylerler.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

23) a. İznim olmadan bana ait eşyaları alırlar.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

24) a. Bana ait eşyalara bilerek zarar verirler.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

25) a. Bana ait eşyaları alır.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

26) a. Bana ait bir Şeyi kırıp bozmaya çalışırlar.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

27) a. Paramı alır.

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

b. Peki sen bu davranışı ne kadar yapıyorsun?

Hiç bir zaman() Bir kere() Birden fazla()

28) a. Sana tüm bu davranışları çoğunlukla kız arkadaşlarınız mı yoksa erkek arkadaşlarınız mı yapıyor?

Hiç kimse() Çoğunlukla kızlar() Çoğunlukla erkekler() Hem kızlar hem erkekler()

b. Peki sen bu davranışları çoğunlukla kız arkadaşlarına mı yoksa erkek arkadaşlarına mı yapıyorsun?

Hiç kimse() Çoğunlukla kızlar() Çoğunlukla erkekler() Hem kızlar hem erkekler()

Ek-3. Atılganlık Envanteri

	ATILGANLIK ENVANTERİ	EVET	HAYIR
1.	Başka sınıfa bir şey (tebeşir/tahta kalemi) istemek için gitmeye çekinirim.		
2.	Oğretmen tahtaya yanlış bir şey yazsa, bunun yanlış olduğunu bildiğim halde düzeltilmesini isteyemem.		
3.	Derse geç kalsam, geç kalışımın nedenini öğretmene söyleyemem.		
4.	Sınıfta sırama bir başkası otursa, kalkmasını söylerim.		
5.	Oğretmenin verdiği ödevi yapmamışsam, neden yapmadığımı açıklamakta güçlük çekerim.		
6.	Oğretmenin anlattığını duyamıyorsa, biraz daha yüksek sesle anlatmasını söyleyemem.		
7.	Kalemim bittiğinde, babamdan para isteyip yeni bir kalem alamam.		
8.	Dersteyken çok sıkışmışsam, tuvalete gitmek için öğretmenden izin isteyemem.		
9.	Oyun oynarken, sıramı alan çocuğa sırasına geçmesini söylerim.		
10.	Çok iyi cevapladığıma inandığım bir yazılı sınavından beklediğim not gelmemişse, öğretmenden yazılı kağıdını tekrar incelemesini isteyemem.		
11.	Oğretmenin verdiği bir ödevi yapamamışsam, nasıl yapacağımı başka bir öğretmenden soramam.		
12.	Çok istediğim halde, bir halk oyununda oynamaya çekinirim.		
13.	Sınıfta öğretmen bir soru sorduğunda, hemen parmağımı kaldırırım cevabını söylerim.		
14.	Bir törende şiir vb. okumaya çekinirim.		
15.	Okul pencerelerinden birinin camını kaza ile kırsam, eve gittiğimde babama söyleyemem.		
16.	Bilmediğim bir şeyi büyüklerimden soramam.		
17.	Evimize gelen misafire 'hoş geldiniz' diyemem.		
18.	Bir arkadaşım konuşurken o anda aklıma bir şey gelse, sözünü bitirmesini beklerim.		
19.	Defterim bitse, babama yeni bir defter almasını söyleyemem.		
20.	Oğretmeni/Oğretmenleri okul dışında bir yerde görsem, yanına gidip konuşamam.		
21.	Yoldan geçen tanımadığım birine saatin kaç olduğunu soramam.		
22.	Arkadaşım benden bir kalem istediğinde eğer fazla kalemim yoksa, ona kalem veremeyeceğimi söylerim.		

Ek-3. (devam). Atılganlık Envanteri

	ATILGANLIK ENVANTERİ	EVET	HAYIR
23.	Acele bir iş için bir yere giderken birisi beni lafa tutsa, ona işim olduğunu ve konuşamayacağımı söyleyemem.		
24.	Hasta olsam, büyüklerime beni doktora götürmelerini söyleyemem.		
25.	Derste anlayamadığım bir konu olsa, öğretmenden tekrar anlatmasını isteyemem.		
26.	Bir arkadaşım kalemimi bir süreliğine kullanmak için alsa ve geri vermeyi unutsa kendisinden kalemimi isteyemem.		
27.	Ben konuşurken biri sözümü kesmeye kalksa, ona konuşmamı dinlemesini söylerim.		
28.	Tahtada ders anlatırken çok heyecanlanır. Ne yapacağımı şaşırırım.		
29.	Okulun bir ihtiyacı için istenen parayı getiremesem, neden getiremediğimi öğretmene açıkça anlatamam.		
30.	Annem pek sık gidip gelmediğimiz bir komşumuzdan tuz, şeker, vb. bir şey alıp gelmemi istese, onu gidip isteyemem.		
31.	Arkadaşım kitabımı alsa, bir süre sonra geri isteyebilirim.		
32.	Okulda ya da sınıfta kulüp başkanları için seçim yapılırsa, kendim aday olamam.		
33.	Haksızlığa uğradığım zaman kendimi savunamam ve içime kapanırm.		
34.	Bir toplulukta, bildiğim bir türküyü çok istesem de söyleyemem.		
35.	Öğretmen bir şey yazmak için kalemimi alsa ve geri vermeyi unutsa, geri vermesini isteyemem.		
36.	Bir ödevi yapmamışsam, öğretmenimden nasıl yapacağımı anlatmasını isteyebilirim.		
37.	Derste yazmak için kalemim olmasa, bir arkadaşımdan kalem isteyemem.		
38.	Öğretmende gördüğüm hoşuma giden bir kitabı, okumak için isteyemem.		
39.	Oyun oynarken bir arkadaşım kurala uymazsa sesimi çıkartmam.		
40.	Öğretmeni/Oğretmenleri okul dışında bir yerde gördüğümde ‘günaydın ‘ diyebilirim.		
41.	Bir arkadaşım bana sataşsa, öğretmen ikimizi de cezalandırma sesimi çıkarmam.		
42.	Şehir merkezine giden bir öğretmenimden, parasını verip çok ihtiyacım olan bir kitabı almasını isteyemem.		
43.	Bana bir iş verildiğinde, bu işi yapmaya hiç vaktim olmadığı halde, parmağımı kaldırıp söyleyemem.		
44.	Sınıf öğretmeninin sorduğu sorunun cevabını bildiğim halde, parmağımı kaldırıp söyleyemem.		
45.	Evimize gelen misafirlere ‘hoş geldiniz’ derim.		

Ek-4. 6-12 Yaş Çocuk Psikolojisi Eğitimi Sertifikası

Bu sertifikayı doğrulamak için: <http://www.sertifikapress.com.tr>



Psikolojiler
Derneği

“ÇOCUK PSİKOLOJİSİ VE GELİŞİMİ SERTİFİKASI”

Sayın,

FATMA AVŞAR

Kurumumuz tarafından aşağıdaki tarihler arasında düzenlenen
“6-12 Yaş İlkokul Dönemi”
 eğitim programını başarı ile tamamlamış,
 işbu sertifikayı almaya hak kazanmıştır.

Başlangıç : 15.01.2015
 Bitiş : 15.03.2015
 Derecesi : Practitioner



Yrd.Doç.Dr. Bilal Semih BOZDEMİR
 Dernek Başkanı

Seri No: 201503017596

Bu sertifikada programın Sertifikalı ve ya lisanslı ile gerçekleştirildiği olup, Süleymanîye University tarafından akredite edilmiştir.

Ek-5.Eğiticinin Eğitimi Sertifikası

T.C.		ANKARA İLİ	
ÇANKAYA İLÇESİ		ÖZEL.....KURSU	
UNVAN MESLEK EĞİTİM			
KURS BİTİRME BELGESİ			
Belge No. : 226		Belge Tarihi : 17.01.2015	
KURSIYERİN			
Adı ve Soyadı	FATMA AVŞAR	T.C. Kimlik No	15869284676
Baba Adı	METİN		
Ana Adı	GÜLÜMSER		
Doğum Yeri ve Yılı	GEDİZ / 12.05.1989		
Kayıt No	167	Dönemi-Grubu	2014/5
ÖZEL ÖĞRETİM KURUMUNUN			
Öğretme Başlama İzninin	Tarihi	29.04.2009	Sayısı: 420-37418
DEVAM ETTİĞİ PROGRAMIN			
Adı	EĞİTİCİNİN EĞİTİMİ		
Seviyesi			
Başlama Tarihi	22.09.2014		
Bitiş Tarihi	02.10.2014		
Saat Olarak Süresi	Teorik	45	Uygulama
			Toplam
			45
Yukarıda durumu belirtilen.....FATMA AVŞAR..... 5580 sayılı Kanuna dayanarak çıkartılan Millî Eğitim Bakanlığı Özel Kurslar Yönetmeliği gereğince yapılan kurs bitirme sınavlarında yüz puan üzerinden 88(SEKSENSEKİZ) puan alarak.....PEKİYİ..... derecede başarı gösterdiğinden bu bitirme belgesi verilmiştir.			
Çiğdem KIRAZ CAN KURS MÜDÜRÜ.		Mehmet YILMAZ İLÇE MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRÜ	

Ek-6. Atılganlık Eğitimi Sunumları

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1. Kendini Tanıma ve İfade Edebilme
2. Davranış Çeşitleri ve Özellikleri
3. Atılganlık
4. Sosyal haklar ve Sınır kavramı
5. "Hayır" diyebilme
6. İletişim ve Beden Dili
7. Empati ve Dinleme
8. Eleştiri İle Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü

1

Oyun Zamanı

Evcil hayvan besleyen var mı?

Evcil hayvan besleyen bireyler kendini daha iyi ifade eder ve sorumluluk bilinçleri gelişir.

Kendinizi tanıtırken size denk gelen hayvanı evcil hayvanınız olarak değerlendirerek, hayvanınızla nasıl zaman geçirdiğinizi anlatınız.

2

Evcil bir köpeğin var!



3

Evcil bir kedin var!



4

Evcil bir balığın var!



5

Evcil bir tavşanın var!



6

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Evcil bir faren var!



Evcil bir kaplumbağan var!



Evcil bir bufalon var!



Evcil bir kuzun var!



Evcil bir kurbağan var!



Evcil bir maymunun var!



Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Evcil bir zürafan var!



13

Evcil bir filin var!



14

Evcil bir tavuğun var!



15

Evcil bir kuşun var!



16

Sınıf Kuralları

- Oturumlara katılamayacak öğrenciler daha önceden eğitime bilgi verilmelidir.
- Öğrencilerin birbirlerine karşı tutumları saygı çerçevesi içerisinde olmalıdır.
- Her öğrencinin duygu ve düşüncelerini ifade etmesine olanak sağlanır.
- Sınıf içerisinde birisi konuşurken sözü kesilmemelidir. Etkin bir şekilde dinleyerek sözünü bitirmesi beklenmelidir.
- Genel ifadeler yerine "ben dili" ile başlayan açık ve net cümleler kullanılmalıdır.

17

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1 Kendini Tanıma ve İfade Edebilme

Kendini Tanıma ve Önemi
Duygu, Düşünce ve Davranış
Güçlü ve Zayıf Yönler

18

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

1 Kendini Tanıma

BEN KİMİM?

Bireyin kendi özelliklerinin, duygularının ve davranışlarının anlamlarını bilmesi, çevresinde olup bitenlerin farkında olması şeklinde tanımlanmaktadır.



1 Kendini Tanıma

Her bireyin; kendisinin ve çevresindekilerin bilmediği (kapalı), kendisinin ve çevresindekilerin bildiği (açık), kendisinin farkında olmadığı fakat başkalarının bildiği (kör), kendisinin bildiği fakat başkalarının bilmediği (gizli) özellikleri bulunmaktadır.

AÇIK ALAN	KÖR ALAN	BASHKALARININ BİLDİĞİ
GİZLİ ALAN	BİLİNMEYEN (POTANSİYEL) ALAN	BASHKALARININ BİLMEYENİ
KENDİNİN BİLDİĞİ	KENDİNİN BİLMEYENİ	

2 Duygu, Düşünce ve Davranış

Duygu: belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim, his olarak tanımlanmaktadır. Sevinmek, öfkelenmek, mutlu olmak, nefret etmek, üzülme.

Düşünce: dış dünyanın insan zihnine yansımaları olarak tanımlanmaktadır.

Davranış: bireylerin çevreleriyle iletişim kurmak istemesi amacıyla yaptıkları kendilerini ifade edici biçimdir.

Oyun Zamanı

Altı Şapka Oyunu



Oyun Zamanı

Beyaz şapka: Tarafsız şapkadır. Örnekler ile ilgili net bilgiler verir.

Kırmızı şapka: Duygusal şapkadır. Örnekler ile ilgili, duygularını ifade eder.

Sarı şapka: İyimser şapkadır. Örnekler ile ilgili övgü ve olumlu görüşleri söyler.

Siyah şapka: Kötümser şapkadır. Örnekler ile ilgili eleştiri, olumsuz görüşleri söyler.

Yeşil şapka: Yenilikçi şapkadır. Örnekler ile ilgili farklı, yeni şeyler söyler.

Mavi şapka: Yönetici şapkadır. Diğer şapkaların söylediklerini özetler.



Oyun Zamanı

Olay 1

Öğrenciler tenefüste sınıfça oyun oynamaktadırlar. Oyun başlar fakat Gülümser oyunun kurallarına uymayarak sıra arkadaşını Özgür'ü sürekli engelleyerek oynamasını engeller.

- Özgür çok üzülür ve ağlar. Bunun gören sınıf arkadaşları önce Gülümser ile konuşarak yaptığı yanlış olduğunu söylerler.
- Gülümser yaptığı doğru olduğunu savununca durumu öğretmene anlatılır.



Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Oyun Zamanı

Olay 2

- Bahar ile Feyza parkta oyun oynarken yağlı bir teyzenin takılıp düştüğünü görürler.
- Bahar ve Feyza oyunlarını bırakırlar ve hemen düğün teyzesinin yanına giderler ve kalkması için yardım ederler.



25

Oyun Zamanı

Olay 3

- Türkiye'de öğretmen öğrencilerden defterler ve kalemlerini çıkararak 45 yaşındaki hallerine mektup yazmalarını ister.
- Hilal çok üzgündür çünkü kalemini evde unuttuğunu fark eder. Yanında oturan Feyza hemen kalemlerini paylaşabileceğini söyler.



26

Oyun Zamanı

Olay 4

Metin'e annesi odasını toplaması gerektiğini hatırlar. Buna rağmen Metin oyun oynamaya devam eder ve odasını toplamayı unutup uyur.

Metin sabah geç kalkar ve okula geç kalmamak için acilen hazırlanıp çıkması gerekir.

Fakat odasının dağınıklığından dolayı bir türlü gerekli olan eşyaları bulamaz ve bulabildiklerini alarak okula gider.

Okula gittiğinde gerekli olan defterlerinin olmadığını fark ederek üzülür.



27

3 Güçlü ve Zayıf Yönler

Güçlü ve zayıf yönleri bilmek bireyin kendini tanımasını kolaylaştırmaktadır.

Bireylerin gelecekte, ilgi ve yeteneklerine uygun bir hayat sürmeleri için zayıf ve güçlü yönlerini bilmeleri önemlidir.

Zayıf yönlerin farkında olarak güçlü yönleri odaklanmak bireyin kendine güvenini artırmaktadır.

28

Neler Öğrendik!!!



29

- Teşekkür ederim 😊



30

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1. Kendini Tanıma ve İfade Edebilme
2. Davranış Çeşitleri ve Özellikleri
3. Atılganlık
4. Sosyal haklar ve Sınır kavramı
5. "Hayır" diyebilme
6. İletişim ve Beden Dili
7. Empati ve Dinleme
8. Eleştiri ile Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü

ATILGANLIK EĞİTİMİ

2 Davranış Çeşitleri ve Özellikleri

Davranış
Saldırgan davranış
Çekingen davranış

Oyun Zamanı 😊



Öğrenciler beşerli gruplara ayırır.

Grup içlerinde her öğrencinin bir numarası (1.Öğrenci, 2.Öğrenci, 3.Öğrenci, 4. Öğrenci, 5. Öğrenci) olur. 1. Öğrenci gruba dönerek;

Öğrenci : "Yarın yazılı var çok çalıştım en başarılı ben olacağım. En tembel 2 Olur" diyerek rasgele söylediği numaraya sahip arkadaşının cevap vermesini bekler.

Öğrenci: " 2 tembel olmaz 5 tembel olur" der.

Öğrenci. "5 tembel olmaz 3 tembel olur" der.

Öğrenci "3 tembel olmaz 1 tembel olur" der.

1 Davranış

Davranış, bireylerin çevreleriyle iletişim kurmak istemesi amacıyla yaptıkları kendilerini ifade ediş biçimidir.

Davranışlar çekingenlik, atılganlık ve saldırganlık olmak üzere üç biçimde tanımlanır.

Sorunların çözümünde davranışlar etkili olabilmektedir.

2 Saldırgan Davranış

Saldırganlık, bir bireyin ya da bireylerin diğerleri üzerinde fiziksel, psikolojik ve /veya sosyal zarar oluşturabilen eylemlerde bulunmasını ifade eder.

Saldırganlığın temelinde karşıdaki kişiye zarar verme davranışı yer almaktadır.

2 Saldırgan Davranış

Saldırgan Bireyin Özellikleri

- Karşıdaki bireyin istek ve ihtiyaçlarına önem vermez.
- Çevrelerindeki kişilere verdikleri zararın farkında değildir.
- Geçmişteki davranışlarından dolayı utanç veya suçluluk hissedebilir.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

2 Saldırgan Davranış

Saldırgan Bireyin Özellikleri

- İşbirliği yapmak yerine baskın veya zorba olmaya eğilimlidirler.
- Başkalarının adına karar verirler.
- Bir tartışmada karşıdaki kişinin zayıf bir özelliğini bulup, zayıflıktan yararlanarak üstünlük kurmaya çalışır.

3 Çekingen Davranış

Çekingenlik, bireyin duygu, inanç, düşüncelerini yansıtmada yetersiz olması; haklarına başkaları tarafından el konulduğunda buna karşı koymaması ve kendini savunmamasıdır.

Çekingenliğin temel nedeni çatışmaların getireceği rahatsızlıktan kaçınmak ve kendi mutsuzluğu pahasına başkalarını memnun etmektir.

3 Çekingen Davranış

Çekingen Bireyin Özellikleri

- Başkalarını kendilerinden üstün görürler.
- Hayır diyemezler. Hayır dedikleri için suçlu hissederler.
- Kendine güvenleri azdır. Vücut duruşları eğik olur.

3 Çekingen Davranış

Çekingen Bireyin Özellikleri

- Kendilerini ifade etmede zorlanırlar.
- Ses tonları ince, yumuşak ve ürkektir.
- Sorumluluk almak istemezler.
- Kendilerini öfkeli, huzursuz hissedebilirler.

Oyun Zamanı 😊

Öğrenciler iki gruba ayrılır. Her grup kendine bir isim belirler.

Her grup öğrencileri kendi içlerinde arka arkaya dizilir.

1. Grup Saldırgan davranış özelliklerinden sorumlu olur.
2. Grup Çekingen davranış özelliklerinden sorumlu olur.

Yarış başladığı andan itibaren sırası gelen iki öğrenci kendi grubunun sorumlu olduğu davranıştan bir özellik söyler.

Söyleyebilen öğrenci arkaya geçer. Söyleyemeyen oyundan çıkar.

Oyun sonunda öğrenci sayısı çok olan grup kazanır.

Örnek Olay

Okuldan eve giderken arkadaşım x bana vurdu.

Kendimi öfkelenmiş hissettim.

Bana zarar vermek isteyeceğini düşündüm.

Ona kendimden emin bir şekilde bu yaptığının doğru olmadığını söyledim.

Atılgan bir şekilde davrandım.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

1 Sevdiğim bir arkadaşım ile tartıştım.
Duygum:
Düşüncem:
Davranışım:

2 Bana bisiklet alındı.
Duygum:
Düşüncem:
Davranışım:

3 Yazılım kötü geçti.
Duygum:
Düşüncem:
Davranışım:

4 Arkadaşım bana kırıcı sözler söyledi.
Duygum:
Düşüncem:
Davranışım:

Neler Öğrendik!!!



• Teşekkür ederim 😊



Ek-6. (devam) Atılmanlık Eğitimi Sunumları

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1. Kendini Tanıma ve İfade Edebilme
2. Davranış Çeşitleri ve Özellikleri
3. **Atılmanlık**
4. Sosyal haklar ve Sınır kavramı
5. "Hayır" diyebilme
6. İletişim ve Beden Dili
7. Empati ve Dinleme
8. Eleştiri İle Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü

ATILGANLIK EĞİTİMİ

3

Atılmanlık

Atılman Davranış
Atılman Davranış Özellikleri

Oyun Zamanı ☺



- Gönüllü bir öğrenci sandalyeye oturur.
- Arkadaşları sıra ile şiddet haricinde her yolu deneyerek sandalyeden kalkmaya ikna eder.



1. Atılman Davranış

Atılmanlık bireyin dürüst ve başkalarının haklarını ihlal etmeyen bir şekilde, aşırı kaygı olmadan, görüşlerini, duygularını, tutumlarını ve haklarını ifade etme yeteneğidir

1. Atılman Davranış

Atılmanlık başkalarına saygı göstererek kendisine de aynı şekilde saygı gösterilmesini beklemek ve gerektiğinde "hayır" diyebilmektir.

Atılmanlık becerilerini kazanmak özellikle zorbalık davranışlarına ve olumsuz akran baskısına karşı koymak için önemlidir.

1. Atılman Davranış

Atılman Olmanın İpuçları

- Göz teması
- Beden duruşu
 - Mesafe
 - Yüz ifadesi
 - Ses tonu
- Karşıdaki kişiyi dinleme

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

2. Atılgan Davranış Özellikleri

- Atılgan bireyler, kendi haklarını korur ve saygılı davranırlar.
 - Açık ve dürüst iletişim kurarlar.
 - Öfkelerini kontrol edebilirler.
- Bireyler istediklerini diledikleri gibi yapmayıp eşitliği gözetmeye çalışırlar.

2. Atılgan Davranış Özellikleri

- Başkalarının kendilerini kullanmasına izin vermezler.
 - İletişimde dikkatli bir dinleyicidirler.
- Duyarlı ve hoşgörülüdürler İletişimde göz teması kurabilirler.
 - Özgüvenleri yüksektir.
- Başkalarını küçümsemez, etki altına almaya çalışmaz ve tehdit etmezler.

Oyun Zamanı 😊

Öğrenciler 6 kişilik gruplara ayrılır.
Verilen örnek olayları oyunlaştırarak sınıfta canlandırır.
Her olay çekingen, saldırgan ve atılgan davranışların özellikleri kullanılarak üç türlü oynanır.
Her oyunun sonunda oyun analizi yapılır.

Büyük sınıflardan bir çocuk,
koridorda yürürken size omuz attı
ve siz başka birisinin üzerine
yuvarlandınız.

- Göz teması kurdu mu?
- Beden duruşu nasıldı?
 - Ses tonu nasıldı?
- Yüz ifadesi söylediklerine uyuyor muydu?
- Karşıdaki söyleyeceklerini dinledi mi?
 - Mesajı açık ve net miydi?



Bir arkadaşınızın sizin hakkınızda
dedikodu yaptığını duyduunuz.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

- Göz teması kurdu mu?
- Beden duruşu nasıldı?
 - Ses tonu nasıldı?
- Yüz ifadesi söylediklerine uyuyor muydu?
- Karşıdakinin söyleyeceklerini dinledi mi?
 - Mesajı açık ve net miydi?



En yakın arkadaşınız telefonda size yarım saattir bir şeyler anlatıyor, siz ise sıkıldınız ve televizyon seyretmek istiyorsunuz.

- Göz teması kurdu mu?
- Beden duruşu nasıldı?
 - Ses tonu nasıldı?
- Yüz ifadesi söylediklerine uyuyor muydu?
- Karşıdakinin söyleyeceklerini dinledi mi?
 - Mesajı açık ve net miydi?



Arkadaşınızla hafta sonu buluşup beraber bir şeyler yapmaya karar verdiniz.

O gün tam zamanında buluşacağınız yere gittiniz ama o sizi 45 dakika bekletti.

- Göz teması kurdu mu?
- Beden duruşu nasıldı?
 - Ses tonu nasıldı?
- Yüz ifadesi söylediklerine uyuyor muydu?
- Karşıdakinin söyleyeceklerini dinledi mi?
 - Mesajı açık ve net miydi?



Bir arkadaşınız beraber sınava çalışmak için söz verdi ama sözünü tutmadı.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

- Göz teması kurdu mu?
- Beden duruşu nasıldı?
- Ses tonu nasıldı?
- Yüz ifadesi söylediklerine uyuyor muydu?
- Karşıdakinin söyleyeceklerini dinledi mi?
- Mesajı açık ve net miydi?



Yakın arkadaşınız ödevini yapmamış, sizin ödevinizden kopya çekmek istiyor.

- Göz teması kurdu mu?
- Beden duruşu nasıldı?
- Ses tonu nasıldı?
- Yüz ifadesi söylediklerine uyuyor muydu?
- Karşıdakinin söyleyeceklerini dinledi mi?
- Mesajı açık ve net miydi?



Neler Öğrendik!!!



- **Teşekkür ederim 😊**



ÖDEV!!!

Herkes hafta boyunca tanımadıkları ama aynı ortamı paylaştıkları insanlara; apartmandaki komşu, kapıcı, okuldaki güvenlik görevlisi, memur vb. selam vermelidir.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1. Kendini Tanıma ve İfade Edebilme
2. Davranış Çeşitleri ve Özellikleri
3. Atılganlık
4. **Sosyal haklar ve Sınır kavramı**
 5. "Hayır" diyebilme
 6. İletişim ve Beden Dili
 7. Empati ve Dinleme
8. Eleştiri İle Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü

Oyun Zamanı ☺

Öğrenciler ikiye bölünür.
Eşler karşılıklı ayakta durur.
Eşleşen üyelerden biri herhangi bir elini ayna yerine kullanır.
Diğer eş yüzünü uzaktan aynada görüyormuşçasına tutar.
Ayna olan eş aynasını istediği biçimde hareket ettirmeye başlar, diğer eş ise yüzünün aynadaki görüntüsünü kaybetmemek için uğraşır.

ATILGANLIK EĞİTİMİ

4

Sosyal haklar Ve Sınır kavramı

Hak kavramı ve önemi
Çocuk hakları
Sınır kavramı

1 Hak Kavramı ve Önemi

Bir birey sadece insan olduğu için bazı temel haklara sahiptir.
Dünyada İnsan Hakları Bildirgesi'nin ilk maddesinde

'Bütün insanlar özgürdür. Haklar bakımından eşit doğarlar.
Akıl ve vicdanla donatılmışlardır, birbirlerine kardeşlik anlayışıyla davranmalıdırlar' ifadesi yer almaktadır

1 Hak Kavramı ve Önemi

Her insanın kendisi olma ve kendini ifade etme hakkı vardır.

İnsanlar kendi haklarını savunurken başkalarının hakkını göz önünde bulundurmalıdır.

Kimse kendi hakkı için başkasını incitmemelidir.

Her insan nasıl davranacağına kendisi karar verme hakkına sahiptir

2 Çocuk Hakları

HAKLARIMIZ

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

1. Çocuk Hakları Bütün Çocuklar İçindir.

Bütün çocuklar eşit haklara sahiptir.

**2. Yaşam Benim En Temel Hakkımdır.**

Bütün Çocuklar Sağlıklı yaşama,
Güvenlik içinde olma hakkına sahiptir.

**3. Bana Güzel İsimler Ve Vatandaşlık Kimliği Verin.**

Tüm Çocuklar Vatandaşlık
Kimliği Alma ve İsim Konulma Hakkına
Sahiptir.

**4. Oyun Oynamak Eğlenmek Benim Hakkımdır.**

Tüm Çocuklar
oyun,
dinlenme,
eğlenme,
boş zamanlarını değerlendirme hakkına sahiptir.

**5. Eğitim Benim En Temel Hakkımdır.**

Çocuklar
ihtiyaçlarına,
ilgilerine ve yeteneklerine
uygun eğitim görme hakkına sahiptir.

**6. Düşüncelerimi Söyleme Hakkıma Sahibim.**

Bütün çocuklar
kendilerini ilgilendiren
bütün konu ve sorunlarda
düşüncelerini söyleme,
karara katılma
hakkına sahiptir.



Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

7.Beni Şiddetten Savaşlardan Korumalısınız.

Bütün Çocuklar
Şiddet ve savaştan
korunma hakkına sahiptir.

**8.Beni İnternetin Televizyonun Çevrenin Kötü Etkilerinden Korumalısınız.**

Bütün Çocuklar
zararlı yayınlara karşı korunma hakkına sahiptir.

**9.Beni Tüm Kusurlarımla Kabul etmeli ve Diğer Çocuklarla Eşit Davranmalısınız.**

Bütün engelli çocuklar
yaşama aktif olarak katılmak için
özel bakım,
destek,
eğitim, alma hakkına sahiptir.

**10. Ailem Veya Beni Korumak İçin Görevli İnsanlardan Kimse Beni Koparamaz**

Tüm çocuklar
Ailelerinden veya onları korumakla görevli kişilerden
izinsiz, zorla koparılamaz.

**11.Ben Büyüklerin Yaptığı İşlerde Çalıştırılmam.**

Bütün çocuklar büyüklerin yaptığı işlerde çalıştırılmaz.
Güçlü bireyler olabilmek için
okula gider
eğitimi tamamlarlar.

**12.Beni Hastalıklardan Koruyun. Aşılarımı Ve Tedavilerimi Zamanında Yaptırın.**

Tüm çocukların hastalıklardan korunması devletin güvencesi altındadır. Bunun için;
Çocukların Beslenmesi,
Aşılarını yaptırılması,
Çevremi temiz tutulması için gerekli önlemlerin alınması
gerekir.



Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Oyun Zamanı ☺

Bir başkası izinsiz çantamı karıştırırsa ona kızar ve bir daha bunu yapmamasını söylerim. Çünkü çantam benim özel eşyamdır.

• Kantinde bir arkadaşım izinsiz benim sırama geçmek isterse.....Çünkü.....

• Bir başkası izinsiz beni bir yere götürmek isterse.....Çünkü.....

• Bir başkası arkadaşım ile konuşurken izinsiz bizi dinlerse.....Çünkü.....

• Bir başkası haklı olmadığı halde beni öğretmene şikayet ederse.....Çünkü.....

3 Sınır Kavramı

Sınır kavramı, iletişimde bireyin kendi varlığını başkasından ayırt eden, nerede başlayıp nerede bittiğini gösteren her şeydir.

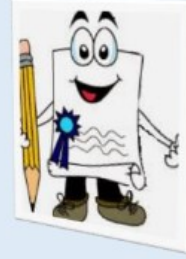
Sınırlar kişiyi destekleyici, koruyucu ve yaşama hazırlayıcı işleve sahiptir. Sınır koymak, güvenlik ve kişiyi yönlendirmek anlamına gelir.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Sınırların Yararları

- Hareket alanımızı belirler.
- Konuşurken üstünlük sağlarız.
- Çevremiz ve ailemizle ilişkilerimizde stresimizi azaltır.
 - Karşılıklı saygı oluşturur.
- Sınırlar, kendimizi güvende hissettiğimiz sağlar.
- Karşımızdakine varlığımızı farlılıklarımızla kabul ettirebiliriz
 - Kararlarımızı kendimiz veririz karşıdaki değil.
- Bizi rahatsız eden zorbalık gibi davranışlar karşısında kendimizi korumamızı sağlar.

Neler Öğrendik!!!



•Teşekkür ederim 😊



Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1. Kendini Tanıma ve İfade Edebilme
2. Davranış Çeşitleri ve Özellikleri
3. Atılganlık
4. Sosyal haklar ve Sınır kavramı
5. **"Hayır" diyebilme**
6. İletişim ve Beden Dili
7. Empati ve Dinleme
8. Eleştiri İle Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü

Oyun Zamanı 😊

Sandalyeler bir halka oluşturacak şekilde dizilir ve öğrenciler tüm sandalyelere oturduktan sonra bir öğrenci ortada ayakta durur. Ortadaki öğrenci, gruptan bazılarına uyacak bazı özellikleri söyler. Bu özelliklere uyan öğrenciler yer değiştirirken ortadaki öğrenci yerlerden birini kapmaya çalışır. Bu özellikler "Tüm gözlüklüler yer değiştirsin", "Tüm mavi elbiseliler yer değiştirsin" diyerek oyunu daha eğlenceli bir hale getirebilir.

ATILGANLIK EĞİTİMİ

5

Hayır Diyebilme

'Hayır' diyebilme
Hayır Demeyi Kolaylaştıran Yöntemler

1 Hayır Diyebilme

Kişilik özelliklerimizin sağlıklı gelişebilmesi için başkalarına karşı kendi görüşlerini savunabilmek için gerekirse, "Hayır" diyebilme gerekir.

Karşıdaki kişiyi dinlemeden her şeye hayır demek de hayır diyememek kadar büyük bir sorundur

1 Hayır Diyebilme

Bireyler kendileri için zararlı gördükleri ve bu nedenle yapmak istemedikleri bazı işleri yapmak için arkadaşlarının yoğun baskısı altında kalabilirler ve onları gücendirmemek, arkadaşlıklarını kaybetmemek için 'evet, peki' demek zorunluluğunu duyabilirler ve bu yüzden de kendilerini sıkıntılı durumlara sokabilirler.

Önemli olan, yapılan teklifleri irdelleyebilmek ve zarar getireceğini düşündüğünüz durumlarda, arkadaşlığı kaybetmeyi göze alarak, 'Hayır' diyebilmektir

2 Hayır Demeyi Kolaylaştıran Yöntemler

Hangi durumlarda hayır denmesi gerektiğini ayırt edebilmek için şu sorular yöneltilebilir.

Bunu gerçekten yapmak istiyor muyum?
Başka birini mutlu etmeye mi çalışıyorum?
Eğer bunu yapmaya karar verirsem, devamlı yapmak zorunda kalacak mıyım?

Bu sorulara verilen cevaplar "hayır" demeyi gerektiriyorsa kişinin her zaman "hayır" demeye hakkı vardır.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

2 Hayır Demeyi Kolaylaştıran Yöntemler

Ne olduğunu söyle ve bunu yapmam de.

"Bu, kopya çekmektir, yapmam"
 "Bu, kurallara uymamaktır, bunu yapmam."
 "Bu, zararlı maddedir, bunu kullanmam"

2 Hayır Demeyi Kolaylaştıran Yöntemler

Esprî ya da kinaye kullan.

"Şaka yapıyor olmalısın, alkol vücuduma zarar verir."

2 Hayır Demeyi Kolaylaştıran Yöntemler

Lafı değiştir.

"Projeni bitirdin mi?"
 "Bu, harika bir oyun."

2 Hayır Demeyi Kolaylaştıran Yöntemler

Başka bir şey yapmayı öner.

"Hadi bisiklete binelim."
 "Hadi oyun oynayalım."

2 Hayır Demeyi Kolaylaştıran Yöntemler

Soru sor.

"Neden bunu yapmamı istiyorsunuz?"
 "Senin sorunun ne?"
 "Benden ne yapmamı istiyorsun?"

2 Hayır Demeyi Kolaylaştıran Yöntemler

Sebebi söyle.

"Başım derde girsin istemiyorum."
 "Eğer yaparsam kendimi kötü hissederim."
 "Ben, senden farklı biriyim."

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Yöntemleri Kullanalım

Okulu asıp internet kafeye gidelim.
Öğretmenin verdiği ödevi yapmadım, ödevini bana versene.
Sınavda kâğıdını aç, iyice görebileyim.
Başının ağrısı için ilaç vereyim, onu kullan.
Ders notlarını bana verir misin, sınava hazırlanacağım.

Yöntemleri Kullanalım

Küçük sınıfların parasını alalım, harcayalım.
Ellerimizi bırakıp bisikleti öyle kullanalım.
Marketten parasını ödmeden bir şeyler alalım.
Sınavların kaldırılması için eylem yapacağız, sen de gel.

Oyun Zamanı 😊

- Olay 1.
- Bir arkadaşınızla teneffüste oyun oynuyorsunuz. "Ders zili çalıyor fakat arkadaşınız derse girmeyelim oyun oynamaya devam edelim. Nöbetçi öğretmen neden dışardasınız diye sorarsa dersimiz beden hocayı bekliyoruz deriz" diyor.
- Fakat kesinlikle ders saatlerini aksatmamalısınız. Bu durumda ne söylersiniz, ne yaparsınız?"
- Öğrencinin, verdiği cevaplar, "okul kurallarına aykırı, yalan söylemek kötü bir alışkanlıktır" vb. olabilir.

Oyun Zamanı 😊

- Olay 2.
- "Bir arkadaşınız öğretmenin masasından izinsiz, para almanızı istiyor. Bu durumun ikinizin arasında kalacağını ve kimsenin bilmeyeceğini söylüyor.
- Fakat asla parayı almamalısınız. Bu durumda ne söylersiniz, ne yaparsınız?"
- Aynı durumu, farklı öğrenciler canlandırabilir. Öğrencilerin verdiği cevaplar, "İzinsiz, habersiz almak suçtur. Yapamam."

Neler Öğrendik!!!



• Teşekkür ederim 😊



Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1. Kendini Tanıma ve İfade Edebilme
2. Davranış Çeşitleri ve Özellikleri
3. Atılganlık
4. Sosyal haklar ve Sınır kavramı
5. "Hayır" diyebilme
6. **İletişim ve Beden Dili**
7. Empati ve Dinleme
8. Eleştiri İle Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü

Oyun Zamanı ☺

Herkes daire şeklinde ayakta durur.

Herkes ortaya geçen gönüllü arkadaşının elleri ile çıkardığı sesi tekrar eder.

Kazanana yıldızlı yaka kartı takılır.

**ATILGANLIK EĞİTİMİ**

6
İletişim
ve
Beden Dili

İletişim
Beden Dili
Ben Dili Ve Sen Dili

Konuşurken Karşımızdakini
Etkileme Oranı

- Kelime %7
- Ses % 30
- Beden Dili % 55

1 İletişim

Duygu, düşünce veya bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılmasına iletişim denir.

İletişim düşüncelerin, fikirlerin ve bilginin paylaşılması süreci ya da eylemidir.

İletişim; mesaj üretme, iletme ve algılama sürecidir. İletişim kurmakta asıl amaç, anlaşılabilir mesajların gönderilmesi ve karşı tarafın tutum ve davranışlarında değişiklik yapmaktır.

1 İletişim

İletişim kurma nedenleri

Var olmak
Haberleşmek
Paylaşmak
Etkilemek ve yönlendirmek
Eğlenmek ve mutlu olmak

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

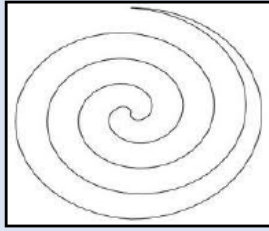
1 İletişim

Kaynak: iletişimi başlatan
Mesaj : iletilecek bilgiler
Kanal: iletim yolu
Hedef: iletilecek kişi
Geri bildirim: Hedefin cevabı

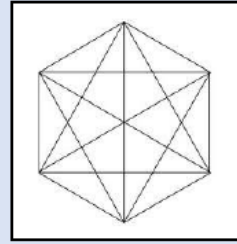
Oyun Zamanı 😊

- Eğitimi bir öğrenciye üzerinde geometrik şekil olan kağıt verir.
- Diğer öğrencilerden bu şekli çizmelerini ister.
- Öğrenciler kendilerine verilen boş kâğıtlara anladıkları şekli çizer.
- Sonunda asıl resme benzeyip benzemediğine bakılır ve nasıl daha iyi çize bileceği tartışılır.

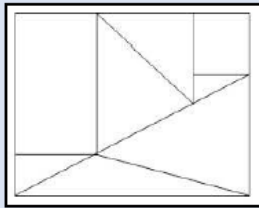
Oyun Zamanı 😊



Oyun Zamanı 😊



Oyun Zamanı 😊



2. Beden Dili

Aynı ortamda birbirlerini algılayan kişiler hiç konuşmasalar da bakışlarıyla, bedenlerinin duruşuyla, aralarındaki mesafeye birbirlerine mesaj yollar ve iletişim kurarlar.

İletişime giren kişilerin birbirlerini doğru anlayabilmeleri için hem gönderilen sözlü mesajların içeriğine hem de sözlü mesaja eşlik eden beden diline yani kişinin yüz ifadesi, jest ve mimikleri gibi görsel ipuçlarına dikkat etmeleri gerekir.

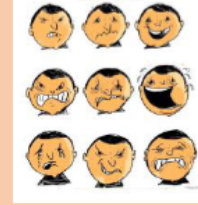
Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

2. Beden Dili

Özsüz İletişimin Öğeleri

- Göz teması
- Yüz ifadesi
- El ve Kol Hareketleri
- Fiziksel Temas ve Dokunma
- Fiziksel Mesafe
- Mimik

Oyun Zamanı 😊



3. Ben dili –Sen dili

Ben dili, bireyin karşısındaki kişiyi suçlamadan, küçültmeden, bir konuya ilişkin, duygu ve düşüncelerini iletmesidir.

Sen dili, kişinin karşısındaki kişiyi suçlayarak, aşağılayarak konuşmasıdır. Sen dili suçlayıcıdır.

3. Ben dili –Sen dili

Ben Dili

1. Savunmaya itmez.
2. Suçluluk hissettirmez.
3. Duygunun nedeni anlaşıldığı için iletişim sağlıklı olur.
4. Ben iletisi alan kişi başkalarını düşünmeyi de öğrenir.
5. Yakınlaşmayı sağlar.
6. Anlaşmazlıkları azaltır.
7. Konuşan kişiyi rahatlatır.

"Sürekli konuşmanız dikkatimi dağıtıyor."

"Anlaşılmamak beni üzüyor."

"Sorumluluklarını yerine getirmemen beni endişelendiriyor."

"Kendimi dışlanmış hissediyorum."

3. Ben dili –Sen dili

Sen Dili

1. Suçlayıcıdır.
2. Davranıştan çok kişiliğe yöneliktir.
3. Kişiyi anlaşılmadığını hissettirir.
4. Yeniden konuşma isteğini engelleyicidir.
5. Neye kızıldığının anlaşılmamasına neden olur.
6. Kişiyi incitir, kırar.

"Yeterince açık konuşmuyorsun."

"Sürekli sözümü kesiyorsun."

"Çok fazla gürültü ediyorsun."

"Dikkatini bana vermiyorsun."

"Arkadaşlarına haksızlık ediyorsun."

Oyun Zamanı 😊

Olay 1

"Sabah otobüse bindiğinizde en iyi arkadaşlarınızdan biri sizi görmezlikten geldi.

Ne hissedersiniz?

Ne yaparsınız?"

"Bu davranışı yaptığın için sana kızıyorum."

"Beni görmezlikten geldiğin için kendimi değersiz hissediyorum ve kızgınlık yaşıyorum."

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Oyun Zamanı 😊

Olay 2

"Hava kararmak üzere ve kardeşiniz dışarı çıkmak için babanıza ısrar ediyor. Babanız ise kardeşinizin başına kötü şeyler gelmesinden endişelendiği için dışarı çıkmasına izin vermiyor. Bu durumda babanız bunu nasıl kardeşinize ifade etmelidir?
" Hava karardığı için sokağa çıkman beni endişelendiriyor."

Oyun Zamanı 😊

Olay 3

"Kardeşiniz sizin eşyanızı haberiniz olmadan almış. Siz eşyalarınızın başkası tarafından izinsiz kullanılmasına çok kızyorsunuz. Ne yaparsınız?"
Sonra aşağıdaki soru sorulur:
"Onun kardeşi olsaydınız ne hissedersiniz? Nasıl tepki verirdiniz? .

Neler Öğrendik!!!



•Teşekkür ederim 😊



Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1. Kendini Tanıma ve İfade Edebilme
2. Davranış Çeşitleri ve Özellikleri
3. Atılganlık
4. Sosyal haklar ve Sınır kavramı
5. "Hayır" diyebilme
6. İletişim ve Beden Dili
- 7. Empati ve Etkili Dinleme**
8. Eleştiri İle Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü

1 Empati

Bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak olaylara onun bakış açısıyla bakması, o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi sürecine "empati" denir.

1 Empati

Empati günlük yaşamın hemen her kesiminde insanları birbirine yaklaştırma, iletişimi kolaylaştırma özelliğine sahiptir.

Empati kuracak kişinin,

- 1.Kendisini karşısındakinin yerine koyması,
- 2.Karşıdaki kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması,
3. Anladığını karşıdaki kişiye belirtmesi gerekmektedir.

Oyun Zamanı ☺

**HERKES SIRAYLA EMPATİK KİŞİLİK
SANDALYESİNE SIRAYLA OTURUR**

Aşağıdaki olayı yaşayan öğretmene empati yapalım.

- 1.Siz ders anlatıyorsunuz ve iki öğrenci sürekli kendi aralarında konuşuyor.

- 1.YERİNE KOY
- 2.DUYGU DÜŞÜNCE
- 3.İFADE ET

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Aşağıdaki olayı yaşayan öğretmene empati yapalım.

2.Sınav sırasında bazı öğrencilerinizin kopya çekmeye çalıştığını gördünüz.

- 1.YERİNE KOY
- 2.DUYGU DÜŞÜNCE
- 3.İFADE ET

Aşağıdaki olayı yaşayan öğretmene empati yapalım.

3.Öğrencilerinizin kendi aralarında, sizinle ilgili olarak "öğrenciler arasında ayrım yapıyor" biçiminde dedikodu yaptıklarını duydunuz.

- 1.YERİNE KOY
- 2.DUYGU DÜŞÜNCE
- 3.İFADE ET

Aşağıdaki olayı yaşayan öğretmene empati yapalım.

4.Bir öğrencinizin derste anlamadığı konuları, sizden çekindiği için soramadığını öğrendiniz.

- 1.YERİNE KOY
- 2.DUYGU DÜŞÜNCE
- 3.İFADE ET

Aşağıdaki olayı yaşayan öğretmene empati yapalım.

5.Bir kaç öğrencinizin sizden etkilenecek öğretmen olmaya karar verdiklerini öğrendiniz.

- 1.YERİNE KOY
- 2.DUYGU DÜŞÜNCE
- 3.İFADE ET

Aşağıdaki olayı yaşayan öğretmene empati yapalım.

8.Öğretmenler gününde öğrencilerinizin sınıf adına, bahçelerinden topladıkları bir demet çiçeği size verdiler.

- 1.YERİNE KOY
- 2.DUYGU DÜŞÜNCE
- 3.İFADE ET

2 Etkili Dinleme

Seslerin veya izlenilen materyallerin farkında olmayla ve onlara dikkati vermeye başlayan ve sonrasında dinlenenlerin hatırlanmasıyla süren ve anlamlandırılmasıyla son bulan süreç dinleme denir.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

2 Etkili Dinleme

Dinlemede birey birden fazla ses içerisinde kendisine lazım olanı seçilmektedir; dolayısıyla dinleme, bilinçli bir faaliyettir.

Dinleme insanın anne karnından beri kazandığı ilk dil becerisidir.

Etkili dinleme aktif dinleme olarak adlandırılmaktadır.

2 Etkili Dinleme

Etkili dinleme aktif dinleme olarak adlandırılmaktadır.

Etkili bir dinleme sonucu Konuşan kişiye değer verildiği hissettirilir.

Etkili dinleme ile öğrenilen bilgiler artmaktadır. Öğrenme alışkanlığı kazanılır.

Etkili dinlenmediğinde karşıdaki kişi ile iletişimi kuvvetlendirir

- **Sağır:** Nasılsın?
- **Hasta:** Ölüyorum
- **Sağır:** Çok şükür, çok şükür... Peki ne yiyorsun?
- **Hasta:** Sinirlenerek zehir der.
- **Sağır:** Çok güzel afiyet olsun.. Peki hangi doktor tedavi ediyor?
- **Hasta:** Büyük bir öfkeyle Azrail der.
- **Sağır:** Oh oh mutlu oldum, çok iyi ! Ayağı uğurlu bir doktordur şansın var diye konuşur.

Neler Öğrendik!!!



•Teşekkür ederim 😊



Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

ATILGANLIK EĞİTİMİ

1. Kendini Tanıma ve İfade Edebilme
2. Davranış Çeşitleri ve Özellikleri
3. Atılganlık
4. Sosyal haklar ve Sınır kavramı
5. "Hayır" diyebilme
6. İletişim ve Beden Dili
7. Empati ve Dinleme
- 8. Eleştiri İle Başa Çıkma ve Öfke Kontrolü**

ATILGANLIK EĞİTİMİ

8
Eleştiri İle Başa Çıkma
ve
Öfke Kontrolü

Öfke
 Öfke durumunda vücut tepkileri
 Öfkeyi ifade etme ve Öfke kontrolü
 Eleştiri

1 Öfke

Öfke, insanın beş temel duygusu olan mutluluk, üzüntü, korku ve nefretten birisidir.

Öfke, doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere verilen, son derece doğal, evrensel bir tepkidir.

1 Öfke

Engellenme, incinme veya gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi, kızgınlık, hisim, hiddet, gazap anlamlarına da gelir.

Öfkenin temelinde kendini savunma ve karşıdakini uyarma vardır.

2. Öfke Durumunda Vücut Tepkileri

VÜCUDUNU DİNLE

Titreme	Kas gerginliği
Hızlı soluk verme	Deri soğuması
Kalp atımı hızlanma	Göz bebeklerinde büyüme
Vücutta ve Avuç içinde terleme	Vücut ısısında artış
Bas dönmesi	Adrenalin salgısının artması
Mide bulantısı	Karın ağrısı
Kusma	
Yeterli nefes alamama	
Boğulma hissi	
Söylenenleri anlamama veya duymama	

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

3 Öfkeyi İfade Etme ve Öfke Kontrolü

Öfkeyi doğru ifade etme becerisini kazanmaya "öfke kontrolü" denir

Öfke kontrolden çıkıp yıkıcı hale dönüşürse sorunlara yol açar.

Öfke kontrolünde temel amaç; saldırganlıktan uzak, şiddet içermeyen, kişinin kendisine ve çevresindekilere zarar vermeyecek şekilde duygusunu ifade etme becerisini kazanmasıdır

• Doğru nefes almanın özellikleri

- Doğru bir nefes burundan alınır ve ağızdan verilir.
- Doğru bir nefes yavaş yavaş alınır ve yavaş yavaş verilir.
- Doğru bir nefes ağızdan boşaltılırken sanki bir muma üfler gibi boşaltılır.
- Doğru bir nefes almak için nefesi ciğerlerimizden iyi boşaltmalıyız

• Doğru nefes almanın özellikleri

- Doğru bir nefes önce ciğerlerimize değil; önce diyaframa doldurulur.
- Göğüs kafesi yerine karın bölgesi yükselir.
- Nefes alırken ve verirken kendimizi zorlamadan alınıp verilir

Uygulama

1. Oturarak veya ayakta dik bir pozisyonda durun.
2. Dikkatinizi nefes alış verişinize verin.
3. Bir elinizi fazla bastırmadan karnınızın üzerine diğerini göğsünüze koyun ve nefes alış verişinizi takip edin. Her nefes alışınızda karnınızın şişmesini ve her nefes verişte inmesini takip edin.

Uygulama

4. Yavaş bir şekilde burnunuzdan derin bir nefes alın. Havanın yavaş bir şekilde karnınıza dolup karnınızın üzerindeki elinizi itmesini izleyin.
5. Nefesinizi yavaşça ağızınızdan verin ve sakin bir şekilde ağızınızdan bir rüzgar üfleyormuşsunuz gibi hissedin.

Gevşeme Egzersizi

a) **Gevşeme hayali:** Özel, kişisel gevşeme hayalini göz önüne getirerek öfke ile başa çıkma becerilerinin zihninde oluşturulur. Bunun için hafif bir müzik parçası eşliğinde katılımcılardan hayal kurmaları ve kendilerini iyi hissedecekleri canlı ya da cansız bir şey düşünmeleri istenir. Bir süre seçtikleri şey rolünü hissedip yaşamalarına zaman tanınır.

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

Gevşeme Egzersizi

b) Kontrollü gevşeme: Harekete geçirecek kelimelerle kontrollü gevşeme; yavaş yavaş gevşeme ya da sakinleşme gibi kelimelerle bireyin sözel olarak gevşeme ya da sakinleşme kavramları yerleştirilmeye çalışılır.

Gevşeme Egzersizi

c) Gerilimsiz gevşeme: Kas geriliminden kurtulma, bireyin öfke sırasında vücudunda meydana gelen çeşitli kas gerginliklerinden kurtulması ile rahat bir duygu durumuna geçiş sağlanır.

Gevşeme Egzersizi

d) Nefes alarak gevşeme: Oturumun başında öğretilen doğru nefes özellikleri gönüllü bir öğrenciye tekrar ettirilir. Tüm sınıf yeniden uygular.

Oyun Zamanı 😊

BALON VE ÖFKE

Öfke ve balon arasında benzerlik var mı?



4. Eleştiri

Eleştiri iletişimin önemli parçalarında birisidir.

Eleştiri somut ya da soyut her türlü nesnenin iyiliğini ya da kötülüğünü, doğruluğunu ya da yanlışlığını belirtmeye yönelik bir değerlendirme yöntemidir.



**2) KÖTÜ ELEŞTİRİLERE KARŞI
ÖFKENİ KONTROL ET**

Ek-6. (devam) Atılganlık Eğitimi Sunumları

- Rahatlama, gevşeme egzersizleri
- Çevrenizi (Ortamı) Değiştirmek
 - Uzak tutma Kalma
 - Sosyal Aktiviteler
 - Mizah
- Düşüncelerimizi Değiştirme
- İçimizden 10 a kadar sayma

Genel Tekrar



- Teşekkür ederim 😊



Ek-7. Gazi Üniversitesi Etik Komisyon Yazısı



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Etik Komisyonu



Sayı : 77082166-604.01.02-116332
Konu : Değerlendirme ve Onay

11/11/2014

Sayın Doç. Dr. Sultan AYAZ
Hemşirelik Bölümü - Öğretim Üyesi

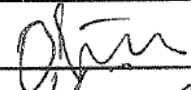
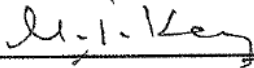
Tez Danışmanı olduğunuz Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi Fatma AVŞAR'ın tez çalışması olan "*Okul Çağı Çocuklarına Verilen Atılganlık Eğitiminin Akran Zorbalığı ve Atılganlık Üzerine Etkisi*" başlıklı araştırma öneriniz incelenmiş ve Üniversitemiz Etik Komisyon ilkelerine uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Aysu DUYAN CAMURDAN
Komisyon Başkanı

EK :
1 Liste

Ek-7. (devam). Gazi Üniversitesi Etik Komisyon Yazısı

GAZİ ÜNİVERSİTESİ ETİK KOMİSYONU KATILIM LİSTESİ	
TOPLANTI TARİHİ : 27.10.2014	TOPLANTI SAYISI : 09
ADI-SOYADI	İMZA
Prof.Dr.Aysu DUYAN ÇAMURDAN (Başkan)	
Doç.Dr.Eda KÖKSAL (Başkan Yrd.)	
Prof.Dr.Hüseyin Güçlü YAVUZCAN	KATILAMADI
Prof.Dr.Oğün DOĞRU	
Prof.Dr.Hülya ÇENGEL KASAPOĞLU	
Prof.Dr. Hayati BEŞİRLİ	KATILAMADI
Prof.Dr.N.Nilüfer TURAN DURAL	KATILAMADI
Prof.Dr.F. Nur BARAN AKSAKAL	- KATILAMADI
Doç.Dr.Cumhur TUNCER	
Doç.Dr.Mustafa İsmail KAYA	
Doç.Dr.Müjde AKTÜRK	
Doç.Dr.Ramazan YILDIZ	
Yrd.Doç.Dr.Ayşe Bikem HACIÖMEROĞLU	

Ek-8. İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü izni

Gönderi Tarih ve Sayısı: 08/10/2014-103410



Fatma Avşar



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 14574941-302.08.01-
Konu : Bilimsel ve Eğitim Amaçlı

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA
(Hemşirelik Bölümü)

Enstitümüz Hemşirelik Programı Yüksek Lisans öğrencisi Fatma AVŞAR'ın tez çalışması ile ilgili olarak gelen uygunluk yazısı ekte gönderilmektedir.
Bilgilerinize rica ederim.

Doç. Dr. Ufuk KOCA ÇALIŞKAN
Enstitü Müdürü

EK :
Yazı Fotokopisi

Binniyet Mah. Taş Sok. No: 3 06330 Ezoeddin Fakültesi Dekanlık Binası 1. Kat Etiler Y.Mahalle/ANKARA
Tel:0 (312) 202 33 87 Faks:0 (312) 212 49 85
E-Posta : saglikb@gazi.edu.tr Web Adresi :http://saglikb.gazi.edu.tr/

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek-8. (devam). İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü izni



ANKARA VALİLİĞİ
Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 14588481/605.99/4341689

01/10/2014

Konu: Araştırma izni

GAZİ ÜNİVERSİTESİNE
(Sağlık Bilimleri Enstitüsü)

İlgi: a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 2012/13 nolu Genelgesi.
b) 18/09/2014 tarihli ve 2510 sayılı yazınız.

Üniversiteniz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi Fatma AVŞAR' ın "Okul çağı çocuklarına verilen atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisi" başlıklı tezi kapsamında çalışma yapma talebi Müdürlüğümüzce uygun görülmüş ve araştırmanın yapılacağı İlçe Milli Eğitim Müdürlüğüne bilgi verilmiştir.

Anket formunun (6 sayfa) araştırmacı tarafından uygulama yapılacak sayıda çoğaltılması ve çalışmanın bitiminde iki örneğinin (cd ortamında) Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme (1) Şubesine gönderilmesini arz ederim.

Ali GÜNGÖR

Müdür n.

Şube Müdürü

Elektronik imza
Adı ile Aynıdır.

01.10.2014

Yusuf SUBAŞI
Şef

Konya yolu Başkent Öğretmen Evi arkası Beşevler ANKARA
e-posta: istatistik06@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: Emine KONUR
Tel: (0 312) 221 02 17/135

Ek-9. Veliler İçin Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu

Araştırmanın adı: Okul Çağı Çocuklarına Verilen Atılmanlık Eğitiminin Akran Zorbalığı Ve Atılmanlık Üzerine Etkisi

Sorumlu Araştırmacı: Doç. Dr. Sultan Ayaz

Sayın Veli,

Okul Çağı Çocuklarına Verilen Atılmanlık Eğitiminin Akran Zorbalığı Ve Atılmanlık Üzerine Etkisi' adlı çalışmaya kızınız/oğlunuzunkatılması için davet edilmiş bulunmaktadır. Bu çalışma Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Yüksek Lisans Programı kapsamında araştırma amaçlı yapılmaktadır. Kızınız/oğlunuzun çalışmaya katılmasına izin vermeden önce çalışmayla ilgili bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırın ve bu bilgileri kızınız/oğlunuz ve ailenizle tartışınız. Aşağıdaki bilgileri okuyup anladıktan sonra çocuğunuzun araştırmaya katılmasını isterseniz formu imzalayıp araştırmacıya gönderiniz.

Okullarda şiddet olayları her geçen gün artmaktadır. Okullarda görülen şiddet olayları içinde akran zorbalığı ile sık karşılaşmaktadır. Akran zorbalığı bir ya da daha fazla öğrencinin bir başka öğrenciye sürekli olarak olumsuz eylemlerde bulunması şeklinde tanımlanmaktadır. Bir eylemin akran zorbalığı olması için; kasıtlı olarak zarar verme amacı gütmesi, süreklilik göstermesi ve zorba ve kurban arasında fiziksel ya da psikolojik güç dengesizliğinin olması gerekmektedir. Zorbalık hem zorba hem de kurban açısından önemli psikolojik ve sosyal sonuçları olan ciddi bir problemdir ve depresyon, düşük özsaygı ve problemli davranışlar gibi yaşam boyu süren etkileri olabilmektedir. Ülkemizde zorbalığın önlenmesine yönelik programlar yapılmaktadır. Bu çalışma kızınız/oğlunuza zorba davranışlardan kaçınmayı öğretmek, kendini daha iyi tanımasını, arkadaşları ile sağlıklı ilişkiler kurmasını desteklemek veatılmanlık eğitiminin akran zorbalığının önlenmesine etkisini belirlemek amacıyla planlanmıştır.

Bu araştırma 2014-2015 eğitim öğretim yılında uygulanacaktır. Eğitim programı Şubat-Nisan aylarını kapsamaktadır. Araştırma 5. ve 6. sınıflarda öğrenim gören gönüllü 80 öğrenci ile yapılacaktır. Kızınız/oğlunuzun çalışmaya katılmasını istemeyebilirsiniz. Ayrıca izin verseniz bile, herhangi bir aşamada izninizi geri çekme hakkına sahipsiniz. Çalışmaya katılım sizin izninizle birlikte oğlunuz/ kızınızın isteğine bağlı, istemezse çalışmaya katılmayabilir.

Ek-9. (devam). Veliler İçin Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu

Çalışma anket yöntemi(yüz yüze görüşme) ve Atılganlık eğitimi (grup eğitimi yöntemi) ile yapılacaktır. Kızınız/oğlunuzun verdiği cevaplar hiç kimse ile paylaşılmayacaktır. Eğitim programı okul derslerini engellemeyecektir. Eğitimler okul yönetiminin uygun gördüğü zamanlarda yapılacaktır. Atılganlık eğitimi kızınız/oğlunuzun ilişkilerinde eşitlik sağlayabilmesini, özgüvenini geliştirmesini; başkalarına saygı duymasını; kendini savunabilmesini; duygularını dürüstçe ve rahatlıkla ifade edebilmesini sağlayacaktır.

Araştırmanın yapılması için gerekli izinler yazılı olarak alınmıştır. Çalışmaya katılmak için size ek ödeme yapılmayacaktır ve herhangi bir ücret istenmeyecektir. Çalışmanın sonuçları, sizin ve kızınız/oğlunuzun kişisel bilgileri gizli tutularak bilimsel amaçlı olarak kullanılacaktır. Bu çalışmanın sonuçları tarafınıza ve okul yönetimine kimlik belirtilmeden yazılı olarak bildirilecektir.

Çalışma ile ilgili tüm sorunuzu sormak ya da çalışmayla ilgili ek bilgi almak istediğinde araştırmaya ulaşabilirsiniz. Aşağıda araştırmacının iletişim bilgileri yer almaktadır. İmzalı bu form kağıdının bir kopyası sizde kalacaktır. Araştırmaya verdiğiniz destek için teşekkür ederim.

İmza

Velinin Adı Soyadı:

Araştırmacılar

Yüksek lisans Öğrencisi: Arş.Gör. Fatma Avşar, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Danışman: Doç. Dr. Sultan Ayaz, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

İletişim Adresi

Tez Öğrencisi:Arş.Gör Fatma AVŞAR

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü Teknikokullar Beşevler/Ankara

Tel:05435983946

email: fatmaavsar@gazi.edu.tr

Ek-10. Ölçek İzinleri

Zeynep Gültekin

28 Nisan

Ayrıntıları gizle

Kimden: Zeynep Gültekin
<zeynepgltekin@yahoo.com>

Kime: fatmavsar@hotmail.com
<fatmavsar@hotmail.com>

Konu: Re: Ölçek İzin Talebi (Arş. Gör. Fatma Avşar)

Tarih: 28 Nisan 2015 Salı 00:40:22

Fatma hanım, merhaba

Melike hocam mailinizi bana yönlendirdi. Ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz. Mailinizde ek olduğunu belirtmişsiniz. Ben mailinize ekli dosya varsa da ulaşamadım. Ölçekle ilgili bilgi için şu makaleye baş vurabilirsiniz:

Gültekin, Z. & Sayıl, M. (2005). Akran Zorbalığını Belirleme Ölçeği Geliştirme Çalışması, *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(15), 47-61

İyi çalışmalar dilerim

Zeynep Gültekin Ahçı

Sent from my iPhone

On 24 Nis 2015, at 15:57, Melike Sayıl

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel bilgiler

Soyadı, Adı : Avşar Fatma
 Uyruğu : T.C.
 Doğum tarihi ve yeri : 12/05/1989Gediz
 Medeni hali : Bekâr
 e-posta : fatmavsar@hotmail.com



Eğitim Derecesi

Yüksek Lisans
 Lisans
 Hemşirelik Bölümü
 Lise

Okul/Program

Gazi Üniversitesi/Hemşirelik Bölümü
 Ankara Üniversitesi
 Niksar Anadolu Lisesi

Mezuniyet Yılı

Devam ediyor
 2012
 2007

İş deneyimi, Yıl

2012-2013

Çalıştığı yer

Gaziosmanpaşa Üniversitesi

Görev

Araştırma
 Görevlisi
 Araştırma
 Görevlisi

2013- Devam ediyor

Gazi Üniversitesi

Yabancı Dili: İngilizce



GAZİ GELECEKTİR

