INTERNATIONAL TOPKAPI CONGRESS-VI

January 9-11, 2026 / Istanbul, Türkiye

THE BOOK OF FULL TEXTS



EDITED BY
Prof. Dr. Arif GÖK

ISBN: 979-8-89695-315-9

INTERNATIONAL TOPKAPI CONGRESS VI

THE BOOK OF FULL TEXTS

EDITED BY
Prof. Dr. Arif GÖK

By Liberty Publishing House
Water Street Corridor New York, NY 10038
www.libertyacademicbooks.com
+1 (314) 597-0372
ALL RIGHTS RESERVED NO PART OF THIS BOOK MAY BE REPRODUCED IN ANY FORM, BY PHOTOCOPYING OR BY ANY ELECTRONIC OR MECHANICAL MEANS, INCLUDING INFORMATION STORAGE OR RETRIEVAL SYSTEMS, WITHOUT PERMISSION IN WRITING FROM BOTH THE COPYRIGHT OWNER AND THE PUBLISHER OF THIS BOOK.
© Liberty Academic Publishers 2025
The digital PDF version of this title is available Open Access and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non-Commercial 4.0 license (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits adaptation, alteration, reproduction and distribution for noncommercial use, without further permission provided the original work is attributed. The derivative works do not need to be licensed on the same terms.
adopted by Mariam Rasulan

www.izdas.org/topkapi

Issued: 25.01.2026
ISBN: 979-8-89695-315-9

CONGRESS ID

INTERNATIONAL TOPKAPI CONGRESS VI

DATE AND PLACE

January 9-11, 2026 / Istanbul

PRESENTATION

Online/ İn-person

ORGANIZING COMMITTEE

Dr. Bülent BAYRAKTAR - Bayburt University
Dr. Froilan Mobo - Philippine Merchant Marine Academy
Assoc. Prof Dr. Ethem İlhan ŞAHİN - Adana Alparslan Türkeş Science and Technology University
Dr. Violla MAKHZOUM - Islamic University of Lebanon
Dr. Terane NAGIYEVA - Azerbaijan State Pedagogical University
Dr. Metanet Şahaliyeva - ANAS, Institute of Manuscripts named after Muhammad Fuzuli
Dr. Mehmet Kadri AKYÜZ - Dicle University

COORDINATOR
Gulnaz GAFUROVA

PARTICIPANT COUNTRIES:

Turkiye, Azerbaijan, TRNC, USA, Romania, Algeria, India, Bangladesh, Nigeria, Iran, Georgia, Indonesia, Albania, Morocco, Vietnam, Italy, Moldova, Afganistan

TOTAL NUMBER OF PAPERS
132

THE NUMBER OF PAPERS FROM TÜRKİYE
64

OTHER COUNTRIES
68

EVALUATION PROCESS
All applications have undergone a double-blind peer review process

SCIENTIFIC & REVIEW COMMITTEE

Assoc. Prof. Dr. Gulbaxar TAVALDIEVA - Tashkent Institute of Chemical Technology

Assoc. Prof. Dr. Rabihan YÜKSEL ARABACI - Bursa Uludag University

Assoc. Prof. Dr. Bülent BAYRAKTAR - Bayburt University

Assoc. Prof. Dr. Huseyin CIHAN- Bursa Uludag University

Assoc. Prof. Dr. Nuray DEMİR, Atatürk University

Assoc. Prof. Dr. İryna DRYGA - National Academy of Sciences

Assoc. Prof. Dr. Cavit POLAT - Kahramanmaraş Sütçü İmam University

Assoc. Prof. Dr. Hüseyin ERİŞ- Harran University

Assoc. Prof. Dr. Mehmet Emin KALGI - Ardahan University

Dr. Esma DEMİREZEN -İstanbul University -Cerrahpaşa

Dr. Violla MAKHZOUM - Islamic University of Lebanon

Dr. Terane NAGIYEVA - Azerbaijan State Pedagogical University

Dr. Damejan SADYKOVA - Kazakh State Women's Pedagogical University

Dr. Mariam S. OLSSON - Lebanese University

Dr. Burcu TEMEL - Adıyaman University

Dr. Elvan CAFAROV- Azerbaijan State Pedagogy University

Dr. Fatih GÜRBÜZ - Bayburt University

Dr. Filiz AYGÜN ERTÜRK - Bayburt University

Dr. Nuray DEMİR, Atatürk University

Dr. Murat GENÇ - Atatürk University

Dr. Seda KIZIL - Bayburt University

Dr. Vecihi AKSAKAL - Bayburt University

Dr. Zila Özlem KIRBAŞ - Bayburt University

PHOTO GALLERY





INTERNATIONAL
TOPKAPI
CONGRESS-VI

CONGRESS PROGRAM

January 9-11, 2026 / Istanbul, Türkiye
Online and in-person

Zoom Meeting ID: 829 5595 6031
Zoom Passcode: 101010
https://us02web.zoom.us/j/82955956031?pwd=HD3QnheB67eF8uaDJNj72ZIfkePmBq.1

IMPORTANT, PLEASE READ CAREFULLY

- To be able to attend a meeting online, login via **https://zoom.us/join** site, enter ID "Meeting ID or Personal Link Name" and solidify the session.
- The Zoom application is free and no need to create an account.
- The Zoom application can be used without registration.
- The application works on tablets, phones and PCs.
- The participant must be connected to the session 5 minutes before the presentation time.
- All congress participants can connect live and listen to all sessions.
- Moderator is responsible for the presentation and scientific discussion (question-answer) section of the session.

Points to Take into Consideration - TECHNICAL INFORMATION

- Make sure your computer has a microphone and is working.
- You should be able to use screen sharing feature in Zoom.
- Attendance certificates will be sent to you as pdf at the end of the congress.
- Requests such as change of place and time will not be taken into consideration in the congress program.

PARTICIPANT COUNTRIES:
Turkiye, Azerbaijan, TRNC, USA, Romania, Algeria, India, Bangladesh, Nigeria, Iran, Georgia, Indonesia, Albania, Morocco, Vietnam, Italy, Moldova, Afganistan

SESSION-1 / HALL-1
09.01.2026 /10:00-12:00 (Türkiye Time)

Moderator: Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ

Zoom Meeting ID: 829 5595 6031 / Zoom Passcode: 101010

AUTHOR	AFFILIATION	TITLE
Dilara KARAKILIÇ Dr. Volkan TÜRKMEN	*University of Health Sciences*	EXAMINING THE EFFECT OF OCCUPATIONAL BALANCE LEVEL ON ACADEMIC MOTIVATION IN UNIVERSITY STUDENTS
Tuğba TAŞDEMİR Prof. Dr. H. Zekavet KABASAKAL	*Dokuz Eylül University*	THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL CAPITAL AND ORGANIZATIONAL ALIENATION AMONG TEACHERS: A LITERATURE REVIEW
Yusuf Erdem YILDIZ Prof. Dr. Hatice Zekavet KABASAKAL	*Dokuz Eylül University*	THE EFFECT OF PSYCHOLOGICAL CAPITAL IN TEACHERS ON BURNOUT: A SYSTEMATIC REVIEW
Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ Yusuf Erdem YILDIZ	*Dokuz Eylül University*	A SYSTEMATIC EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND EMOTIONAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENTS
Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ Mustafa YİĞİT	*Dokuz Eylül University* *Ministry of Education*	EFFECTIVE INTERVENTION METHODS FOR COGNITIVE FLEXIBILITY IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS: A SYSTEMATIC REVIEW
Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ Gülay KOCATAŞ	*Dokuz Eylül University* *Ministry of Education*	EXAMINATION OF RESEARCH ON PEER BULLYING DURING ADOLESCENCE BASED ON ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY
Assoc. Prof. Dr. Ali ÇEKİÇ Seval ÇAKMAK	*Gaziantep University*	INVESTIGATION OF THE LONG-TERM EFFECTS OF THE FEBRUARY 6 KAHRAMANMARAŞ EARTHQUAKE ON ADOLESCENTS
Asst. Prof. Dr. Haldun TURAN Gülcan AĞIR	*İstanbul Rumeli University*	ASSESSMENT OF OCCUPATIONAL HEALTH AND SAFETY RISKS OF WORKERS IN PLASTIC INJECTION PRODUCTION: KOCAELI OSB ENTERPRISES
Erdem YAŞAR Asst. Prof. Dr. Zehra İNCEDAL SONKAYA	*Amasya University*	THE EFFECT OF WORK STRESS AND JOB SATISFACTION ON THE FREQUENCY OF WORK ACCIDENTS AMONG EMPLOYEES IN THE FOOD INDUSTRY

Dilara KARAKILIÇ Volkan TÜRKMEN	EXAMINING THE EFFECT OF OCCUPATIONAL BALANCE LEVEL ON ACADEMIC MOTIVATION IN UNIVERSITY STUDENTS	141
Duong The Hien Duong To Quoc Thai Nguyen Thanh Tuan	AGRICULTURAL POLICIES AND SOCIO-ECONOMIC TRANSFORMATION IN AN GIANG, SOUTH VIETNAM (1955–1965)	149
Duygu ÇELİK	THE IMPACT OF INSTITUTIONAL QUALITY ON ECONOMIC GROWTH: THE CASE OF THE BRICS-T COUNTRY GROUP AND ‘’THE GREASING THE WHEELS’’ EFFECT	167
Eda GÖRGÜN Arif GÖK	THE USE OF NEXT GENERATION MATERIALS IN INTERIOR SPACES AND SAMPLE APPLICATIONS	181
Erdal AKTAŞ Hakan ÇAĞLAR Arzu ÇAĞLAR	THE USE OF WALNUT SHELLS IN THE PRODUCTION OF BUILDING MATERIALS: A BRIEF REVIEWS	189
Esra TAYAN Ferhat BOZKURT	SEGMENTATION OF BRAIN MRI IMAGES USING A DEEP LEARNING BASED U-NET ARCHITECTURE	199
Fatemeh Aghakhani Chegeni Narjes Asgari Vartooni Mahmoud Afrouz	CHALLENGES OF TRANSLATING FOR THE NEW GENERATION: CHILDREN VERSUS ADOLESCENTS	207
Faten A.H. MOHAMAD Mehmet Taciddin AKCAY	MACHINE LEARNING FOR EARLY DIABETES DETECTION: A CROSS-POPULATION STUDY WITH INTERPRETABILITY ANALYSIS	213
Fatma Ebru İKİZ Mustafa YİĞİT	EFFECTIVE INTERVENTION METHODS FOR COGNITIVE FLEXIBILITY IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS: A SYSTEMATIC REVIEW	225
Fatma Ebru İKİZ Gülay KOCATAŞ	EXAMINATION OF RESEARCH ON PEER BULLYING DURING ADOLESCENCE BASED ON ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY	242
Fatma Ebru İKİZ Yusuf Erdem YILDIZ	ERGENLERDE STRES VE DUYGUSAL ZEKÂ ARASINDAKİ İLİŞKİ: SİSTEMATİK GÖZDEN GEÇİRME	253
Fatma KÜÇÜK	COMPARISON OF GODEC AND ROSURE ALGORITHMS PERFORMANCE FOR ANOMALY DETECTION IN HYPERSPECTRAL IMAGES	266
Ferhat Atik	POPULAR CULTURE AND MEDIA CONSUMPTION: MASS CULTURE AND DIGITAL IDENTITY CONSTRUCTION	275
Ferhat Atik	BUILDING TRUST IN THE INFORMATION ECOSYSTEM: SOCIAL CAPITAL IN DIGITAL INTERACTIONS	286
Gizem YAĞCI Çimen BAYBURTLU	THE USE OF HIGH-PIGMENT ARTISTIC PAINTS AS AN ALTERNATIVE COLORING METHOD IN CONTEMPORARY JEWELRY DESIGN	300

ERGENLİKTE AKRAN ZORBALIĞI VE KABUL VE KARARLILIK TERAPİSİ TEMELLİ ARAŞTIRMALARIN İNCELENMESİ

Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ
Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi,
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, Buca, İzmir
0000-0003-4381-1658

Yüksek Lisans Öğrencisi Gülay KOCATAŞ
Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi,
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü, Buca, İzmir
0009-0008-1537-2161

ÖZET
Ergenlik dönemi bireyde kimlik arayışı ve sosyal uyum süreçlerinin ön planda olduğu kritik bir dönemdir. Bu dönemde akran zorbalığı bireyin benlik algısını olumsuz etkileyen, psikolojik iyi oluşunu tehdit eden en yaygın psikososyal sorunlardan biridir. Akran zorbalığı ile baş etmede ergen bireyler, düşünceleri ile kurduğu ilişkiyi dönüştüren ve psikolojik esneklik becerisi geliştirmelerine katkı sağlayan ACT temelli çalışmalara ihtiyaç duymaktadırlar. Bu çalışmanın amacı, ergenlik döneminde akran zorbalığı davranışının Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT) temel alınarak incelendiği araştırmaları incelemek, sistematik olarak gözden geçirmek ve elde edilen sonuçları değerlendirmektir. Bu çalışmanın yöntemi sistematik gözden geçirme olup Web Of Science, Google Scholar ve Dokuz Eylül Üniversitesi (DEÜ) Vetis veri tabanlarında , "ergenlik", "akran zorbalığı", "kabul ve kararlılık terapisi" anahtar kelimeleri Türkçe ve İngilizce olarak alan yazın taraması yapılmıştır. Elde edilen 329 sayıdaki makale, PRISMA Rehberi çerçevesinde belirlenen dahil etme ve dışlama kriterlerine göre değerlendirilmiş, ergenlik dönemi örneklemini kapsayan 3 çalışma incelemeye alınmıştır.
Seçilen araştırmalarda, ergenlik dönemindeki bireylerin akran zorbalığı problemleri üzerinde ACT temelli çalışmaların etkisi ve istatistiksel bulguları incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, ACT temelli çalışmaların ergenlik döneminde akran zorbalığını önleme ve azaltmada etkili olduğunu göstermiştir. Literatür genelinde ergenlerin akran zorbalığı davranışları üzerinde ACT temelli yaklaşımların etkililiği ve bu çalışmaların arttırılmasının önemi ortaya koyulmuştur.
Anahtar Kelimeler : Ergenlik dönemi, akran zorbalığı, kabul ve kararlılık terapisi.

EXAMINATION OF RESEARCH ON PEER BULLYING DURING ADOLESCENCE BASED ON ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY

ABSTRACT
Adolescence is a critical period characterised by the search for identity and social adjustment processes. During this period, peer bullying is one of the most common psychosocial problems that negatively affects an individual's self-perception and threatens their psychological well-being. Acceptance and Commitment Therapy (ACT)-based approaches are thought to be helpful in coping with peer bullying, as they enable adolescents to realistically assess their thoughts, themselves, and the relationships they form, transform them, and contribute to the

development of psychological flexibility skills. The aim of this study is to review research examining peer bullying during adolescence based on ACT, systematically review it, and evaluate the results obtained. The method of this study is systematic review. A literature search was conducted in Turkish and English using the keywords 'adolescence', 'peer bullying', and 'acceptance and commitment therapy' in the Web of Science, Google Scholar, and Dokuz Eylül University (DEU) Vetis databases. The 329 articles obtained were evaluated according to the inclusion and exclusion criteria determined within the framework of the PRISMA Guide, and three studies covering adolescence were included in the review. The studies included in the research examined the impact and statistical findings of studies based on ACT on adolescents and peer bullying. The results obtained showed that studies based on ACT were effective in preventing and reducing peer bullying during adolescence. The literature generally highlighted the effectiveness of ACT-based approaches on adolescents' peer bullying behaviours and the importance of increasing these studies.
Keywords: Adolescence, peer bullying, acceptance and commitment therapy.

GİRİŞ

Ergenlik ve Akran Zorbalığı

Ergenlik dönemi, insan gelişiminde bebeklikten sonra bir sonraki en hızlı gelişim dönemidir (İkiz, 2022). Ergenlik insan gelişiminde yalnızca biyolojik bir gelişme süreci değil, aynı zamanda çocukluk döneminden yetişkinlik dönemine geçişte bilişsel, duygusal ve sosyal yeniden yapılanmanın yaşandığı önemli bir evredir (Santrock, 2021). Bu dönem aynı zamanda ergenin, sorumluluklar almaya başlayarak kendine ait bir kimlik oluşturduğu ve bireyleştiği bir dönemdir (Büyükcebeci, 2022). Erikson'a (1968) göre bu dönemde kimlik kazanım sürecinde olan ergenler için akran grubu önem kazanmakta ve kendini tanımladığı temel bir ayna işlevi görmektedir **.** Bu yoğun sosyal yönelim ergenleri akran reddine, dışlanmaya ve zorbalığa karşı yetişkinlere kıyasla çok daha savunmasız bırakmaktadır.

Ergenlik dönemi aynı zamanda bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçişte birçok zorluk ve değişimle baş etmek zorunda olduğu bir dönem olarak açıklanmaktadır. Ergenlik döneminde bireyler; sigara, madde ve alkol kullanımı, riskli cinsel davranışlar, çeteleşme ve akran zorbalığı gibi ciddi birçok riskli durumlar ile karşı karşıya kalabilmektedir. (Aydın & Kıran, 2024). Dünya Sağlık Örgütü 2019 verilerine göre ergenlik döneminde gelişen ruh sağlığı sorunları, bireylerin eğitim ve kariyer süreçlerini, yetişkinlik döneminde ilişki kurma ve sürdürme şekillerini ve ebeveynlik biçimlerini etkileyebilmektedir. Bu nedenle, bireyin ergenlik döneminde ruh sağlığını olumsuz etkileyebilecek deneyimlerini daha iyi anlamak önemlidir. Bu olumsuz deneyimlerden bir tanesi de akran zorbalığı olarak görülmektedir (Halliday vd., 2021). Okullardaki öğrenciler arasında akran zorbalığı, eğitim ortamlarında görülmekte olan şiddetin en yaygın biçimlerinden birini oluşturmaktadır (Menesini & Salmivalli, 2017).

Olweus'a (2013) göre zorbalık, kasıtlı zarar verme amacı taşıyan, süreklilik ve tekrar davranışları içeren, taraflar arasında belirgin bir güç eşitsizliğinin bulunduğu bir saldırganlık türüdür. Akran zorbalığı fiziksel, sözel, sosyal ve siber zorbalık olarak 4 türde görülmektedir Fiziksel yollarla uygulanan zorbalık vurmak, çelme takmak; sözel zorbalık isim takmak, alay etmek; sosyal zorbalık kişinin arkasından kötü hikayeler ve söylentiler yaymak, kişiyi sosyal gruplardan dışlamak şeklinde olabilmektedir (Menesini & Salmivalli, 2017). Siber zorbalık, kişilere e-posta, kısa mesaj, sosyal ağ siteleri veya farklı çevrimiçi ortamları kullanarak zarar vermek veya rahatsız etmek durumu olarak tanımlanmaktadır (Hymel & Swearer, 2015). Zorbalık döngüsüne bakıldığında zorba, kurban ve seyirci şeklinde 3 ana rol görülmektedir (Olweus, 2013). Zorbalar, akran grubu içerisinde genellikle sosyal açıdan güçlü bir konumda iken; mağdurlar daha savunmasız ve yalnız bir profil çizmektedir. Zorbaların

temel motivasyonu, mağdurun sosyal güvenliğini tehdit ederek kendisinin gücünü ve statüsünü artırmaktır. Bu nedenle zorbalık eylemleri genellikle, zorbaların gücünü kanıtladıkları bir akran grubu önünde gerçekleştirilmektedir. Seyirci grubunun zorbalık davranışlarına müdahale etmeme veya pasif katılımları, zorba ve kurban arasındaki güç eşitsizliğini derinleştiren, kurbanın savunmasızlığını ve zorbalığın etkisini artıran çok önemli bir çevresel faktördür (Cantone vd., 2015). Tsaousis'in (2016) meta-analiz çalışmasına göre çocukluk döneminde zorbalık sonrası mağduriyet çok yoğun görülürken, ergenlik döneminde ise zorbalık yapma davranışı daha belirgin hale gelmektedir.

Akran zorbalığı, hem çocuklar hem de ergenler arasında psikolojik, sosyal ve akademik alanda ciddi sorunlara yol açmaktadır. Zorbalığa maruz kalan ergenlerde depresyon anksiyete, düşük benlik saygısı, sosyal dışlanma, akademik başarıda düşüş ve intihar düşüncesi sıklıkla görülebilmektedir. Kız öğrencilerde depresyon ve anksiyete gibi psikolojik etkiler erkeklere göre daha yoğun bir şekilde görülmektedir (Halliday vd., 2021; Menken vd., 2022).

Literatür incelendiğinde akran zorbalığı konusunda ergenlerde etkili olabilecek olan yaklaşımlar arasında Kabul ve Kararlılık Terapisi yaklaşımı (ACT) bulunmaktadır (Yalnız, 2019; Noushari vd., 2023).

Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT)

Davranış terapisi, ortaya çıkışından bu yana bilimsel temellere dayalı olarak gelişen bir yaklaşım olmuştur. Tarihsel süreç içerisinde üç temel dalga şeklinde evrilmiştir. Birinci Dalga, ampirik davranış ilkelerine odaklanmakta, gözlemlenebilir davranışların doğrudan değişimini hedeflemektedir. Bu yönüyle ampirik temele dayanmayan yaklaşımlara bir tepki olarak doğmuştur. İkinci Dalga, bilişsel ve sosyal öğrenme kuramlarının entegrasyonu ile davranışsal hedeflerin yanına bilişsel süreçleri de eklemektedir. Böylece düşünce ve inanç sistemlerini terapötik sürecin önemli bir parçası haline getirmektedir. Zamanla bilimsel ve felsefi paradigmada yaşanan değişimler, bu iki dalganın sınırlarını genişletmiş ve Üçüncü Dalga terapilerin doğuşuna zemin hazırlamıştır. Bu dalga içerisinde en çok öne çıkan yaklaşımlardan biri Kabul ve Kararlılık Terapisi (Acceptance and Commitment Therapy – ACT) olmuştur (Hayes, 2004).

ACT'nin temelleri 1980'li yılların başında atılmış, ilk dönemlerinde "kapsamlı uzaklaşma" olarak adlandırılmıştır. 1990'lı yıllarda bağımsız bir model haline gelen ACT, İngilizce kısaltmasıyla "eylemde bulunma, harekete geçme" anlamlarına da gönderme yapmaktadır. Model, üç temel süreç üzerine kuruludur: A = Düşünce ve duygularını kabul et, anı deneyimle (Accept), C = Değerlerin doğrultusunda bir eylem seç (Commit) ve T = Harekete geç (Take action) (Harris, 2016).

ACT, insan dili ve bilişinin deneysel analizi olan İlişkisel Çerçeve Kuramı'na (Relational Frame Theory – RFT) dayanmaktadır. Bu kuram, doğrudan değişim yerine kabulü, psikolojik esnekliği ve değerler doğrultusunda eyleme geçmeyi temel alan bir müdahale yaklaşımı sunmaktadır (Hayes, 2004). ACT'a göre birçok psikolojik sorun ve duygusal sıkıntının temelinde insan dili yatmaktadır. Bu nedenle yaklaşım, dilin bireyin yaşantısındaki işlevine odaklanır ve bireyin dili daha işlevsel biçimde kullanabilmesine yardımcı olmayı amaçlamaktadır. RFT, insanların dünyayı "ilişkisel" biçimde kavradığını öne sürer ve bu yönüyle dil ve biliş üzerine yapılan davranışsal araştırmalardan beslenir (Köroğlu, 2011).

ACT'ın temel amacı, bireyin yaşamını anlamlı ve doyumlu bir şekilde sürdürmesine destek olmak; yaşamın doğal bir parçası olan acı ve sıkıntılardan kaçınmak yerine, bunları kabul edebilmesini sağlamaktır (Harris, 2017).

ACT'a göre, acı verici duygu ve düşüncelerden kaçınmak ya da onları bastırmaya çalışmak yerine, bu deneyimlerin birey üzerindeki etkisini azaltmak ve onların yaşam üzerindeki

belirleyiciliğini zayıflatmak önemlidir. Bu nedenle ACT, bireyin acı verici duygu ve düşüncelerle birlikte yaşayabilmeyi öğrenmesini temel bir süreç olarak görmektedir (Harris, 2016).

Hayes vd. (2006) ACT'ı, bireyin yaşadığı temel psikolojik sorunları, genel olarak psikolojik esnekliği artırma hedefi doğrultusunda ele almaktadır. Psikolojik esneklik; bireyin bilinçli bir şekilde şimdiki anla tam temas kurabilmesi ve değerleri doğrultusunda, gerektiğinde davranışlarını değiştirebilme veya sürdürebilme kapasitesi olarak tanımlanmaktadır. ACT'a göre bu esnekliğin gelişimi, altı temel süreç aracılığıyla gerçekleşmektedir. Bu süreçlerin her biri yalnızca psikopatolojiden uzaklaşmayı değil, aynı zamanda bireye işlevsel ve olumlu psikolojik beceriler kazandırmayı amaçlayan yapılar olarak kavramsallaştırılmaktadır.

Hayes vd. (2006)'ya göre bu altı süreç, pozitif psikolojik beceriler olarak kavramsallaştırılmış olup, Farkındalık ve Kabul Süreçleri ile Kararlılık ve Davranış Değişikliği Süreçleri şeklinde iki ana başlık altında toplanmaktadır.

Bunlardan ilki olan farkındalık ve kabul süreçleri; uygulanabilir bir davranışsal farkındalık (mindfulness) tanımını sağlamakta ve kabul, ayrışma ve şimdiki anla temas bölümlerinden oluşmaktadır. Kabul (Acceptance); deneyimsel kaçınmaya bir alternatif olarak öğretilen temel bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Kişinin geçmişi tarafından tetiklenen özel olayları (duygular, düşünceler, duyumlar) aktif ve bilinçli bir şekilde kucaklamayı içerir. Bu süreç, bu özel olayların sıklığını veya biçimini değiştirmeye yönelik gereksiz çabalar olmaksızın, özellikle bu çabaların psikolojik zarara yol açacağı durumlarda, deneyimin farkında olmayı hedeflemektedir. Kabul, kendiliğinden bir amaç değil, değer temelli eylemi artırmanın bir yöntemi olarak düşünülmektedir. Bilişsel ayrışma / defüzyon (Cognitive Defusion) süreci tekniklerinin temel amacı, düşünceleri ortadan kaldırmak veya azaltmak değil; düşüncelerin sahip olduğu davranışsal etki gücünü değiştirmektir. Bu yaklaşım, bireyin kendi düşünceleriyle kurduğu etkileşimin niteliğini farklılaştırarak, düşünce ile gerçeklik arasındaki bağı çözmektedir. Birey, düşünceye 'bakılan bir gerçeklik' penceresinden bakmak yerine, onu 'deneyimlenen bir süreç' olarak fark etmeyi öğrenmektedir. Böylece, düşüncelerin içeriğine duyulan otomatik inanç azalmakta ve birey, olumsuz bilişsel içeriklerin kontrolünden uzaklaşarak daha esnek bir gözlemci konumuna geçmektedir. Şimdiki anla temas (Contact with the Present Moment / Being Present) sürecinde ACT, psikolojik ve çevresel olaylarla sürekli ve yargılayıcı olmayan bir temas kurulmasını teşvik etmektedir. Bu süreçte, danışanların dünyayı daha doğrudan deneyimlemesini sağlamak, davranışlarının daha esnek hale gelmesi ve eylemlerinin sahip oldukları değerlerle daha tutarlı olması amaçlanmaktadır (Hayes vd., 2006).

İkinci başlık olan kararlılık ve davranış değişikliği süreçleri; yaşam kalitesini artırmak için eyleme odaklanmaktadır. Bu süreç; bağlam olarak benlik, değerler ve kararlı eylem bölümlerini içermektedir. Bağlam olarak benlik (Self as Context) kavramı, bireyin deneyimlerin akışına (düşünce ve duygulara) içerik olarak değil, bir bakış açısı veya konum olarak farkında olmasını sağlayan aşkın bir benlik duygusu olarak tanımlanmaktadır. Değerler (Values) kavramı ACT açısından, amaçlı eylemin seçilmiş nitelikleri olarak tanımlanmaktadır. Bir nesne olarak elde edilemeyecek, ancak yaşayarak somutlaştırılabilen yaşam yönleri olarak görülmektedir. ACT, kaçınma, sosyal uyum veya bilişsel füzyon kaynaklı seçimleri zayıflatarak, danışanın yaşamın çeşitli alanlarında (kariyer, aile, maneviyat vb.) yaşam yönlerini seçmesine yardımcı olmak için çeşitli alıştırmalar kullanmaktadır. Kararlı eylem (Committed Action) süreci, birey için seçtiği değerlere bağlı olan, giderek daha büyük ve etkili eylem kalıplarının geliştirilmesini teşvik etmektedir. Kararlı eylem, maruz bırakma, beceri edinimi ve hedef belirleme gibi davranışsal olarak tutarlı davranış değiştirme yöntemlerini ACT protokolüne dahil etmektedir. Bu eylem çabaları, kişinin diğer ACT süreçleri (kabul, ayrışma vb.) aracılığıyla ele alınacak psikolojik engellerle temas etmesine yol açmaktadır (Hayes vd., 2006).

Literatür incelendiğinde üçüncü dalga davranışçı terapiler arasında etkililiği incelenen yaklaşımlar arasında ACT bulunmaktadır. ACT'ın etkililiği öz şefkat, duygusal yeme davranışı,

başa çıkma yeterliği, yaşamın anlamı, benlik saygısı, psikolojik uyum, beden imgesi esnekliği, sosyal görünüş kaygısı, olumsuz değerlendirilme korkusu, sınav kaygısı ve akran zorbalığı gibi birçok değişken açısından incelenmiştir (Kayacan & Bingöl, 2023). Akran zorbalığı ile ACT temelli çalışmaların literatürde detaylı şekilde incelenmesine ihtiyaç olduğu görülmüştür. Bu araştırmada ergenlik döneminde akran zorbalığı ve ACT temelli araştırmaların incelenmesine odaklanılmıştır. Bu doğrultuda konu ile ilgili kaynaklar sistematik bir şekilde taranmıştır ve çalışmanın alanyazındaki bilgi birikimine katkı sunması, ileride yapılacak olan çalışmalara kuramsal bir zemin oluşturması hedeflenmektedir.

Bu araştırmanın amacı; ergenlik döneminde akran zorbalığı probleminin ACT temelli incelendiği araştırmaların incelenmesidir. Ergenlik döneminde akran zorbalığını ACT temelli inceleyen araştırmalarda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1) Örneklem ve katılımcılar kimlerdir?
2) Kullanılan araştırma desenleri nelerdir?
3) Müdahale programlarının oturumlarının süreleri ve içerikleri nasıldır?
4) Müdahale programları hangi teknik ve yöntemlere dayanmaktadır?
5) Çalışmalarda kullanılan ölçme araçları nelerdir?
6) Müdahalelerin etkililiğine ilişkin ulaşılan bulgular nasıl sonuçlar ortaya koymuştur?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, Türkiye' de ve yurt dışında , ergenlik döneminde akran zorbalığını inceleme, önleme veya azaltmada Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT) temelli çalışmaların etkililiğini deneysel, yarı deneysel ve deneysel olmayan araştırma desenleri kullanılarak inceleyen çalışmaların özelliklerinin incelenmesini kapsayan bir sistematik gözden geçirme çalışmasıdır. Bu çalışmada sistematik gözden geçirme işlemi PRISMA rehberi (Moher, Libertai, Tetzlaff, Altman ve PRISMA Group, 2009) kullanılarak yapılmıştır. Literatür, Web Of Science , Google Scholar ve Dokuz Eylül Üniversitesi (DEÜ) Vetis veri tabanları kullanılarak, İngilizce ve Türkçe makaleler belirlenen anahtar sözcüklerle (Ergenlik, Akran Zorbalığı, Kabul ve Kararlılık Terapisi) taranmıştır.

Dâhil Etme ve Dışlama Kriterleri

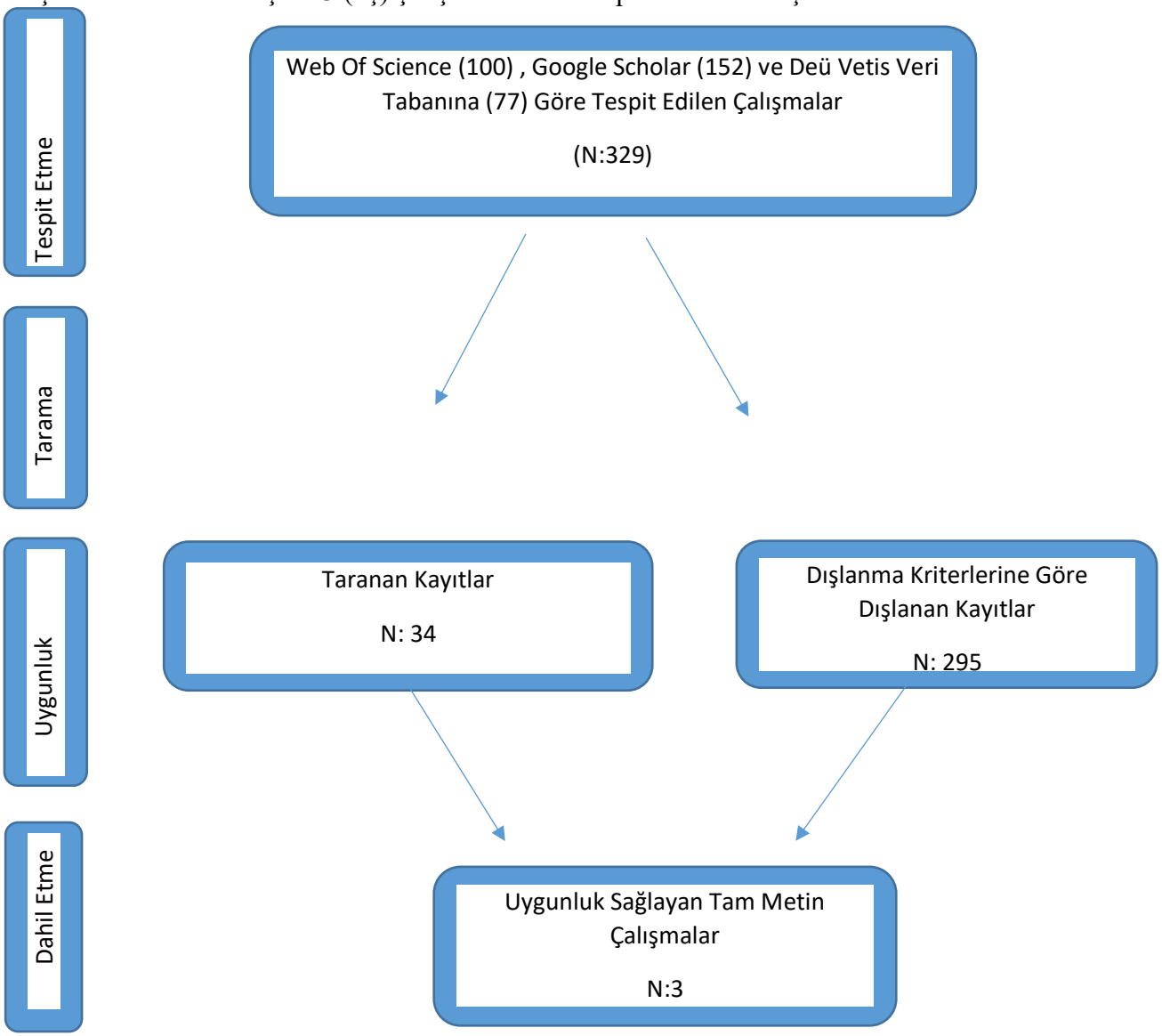
Alan yazında yapılan tarama sonucunda ulaşılan tüm makaleler, araştırmanın amacı doğrultusunda belirlenen aşağıdaki dâhil etme ve dışlama kriterlerine göre PRISMA rehberi kullanılarak değerlendirilmiştir. Dâhil etme için kriterler olarak (1) Kabul ve Kararlılık Terapisi uygulamalarının etkililiğini inceleyen deneysel, yarı deneysel ve deneysel olmayan çalışmalar, (2) ergenlik dönemine yönelik yapılan çalışmalar, (3) akran zorbalığı davranışlarını inceleme, önleme veya azaltmaya yönelik çalışmalar, (4) Türkçe veya İngilizce dillerinde tam metin ulaşılan çalışmalar olarak belirlenmiştir. Dışlama için kriterler olarak (1) çocuklar ve yetişkinler ile yapılan çalışmalar, (2) Türkçe ve İngilizce olmayan çalışmalar, (3) tam metnine ulaşılamayan çalışmalar (4) ACT'ı temel almayan çalışmalar olarak belirlenmiştir.

Anahtar kelimelerle yapılan tarama sonucunda toplam 329 çalışmaya ulaşılmıştır. Tarama verileri tarama motorlarına göre Google Scholar (n:152), Web of Science (n:100), Deü Vetis (n:77) dağılım göstermiştir. Dâhil etme ve dışlama kriterleri doğrultusunda yapılan elemeler sonucunda araştırma kapsamına, toplam 3 (üç) çalışma dâhil edilmiştir. Araştırmaya dahil edilen çalışmaların sistematik bir şekilde gözden geçirilme ve seçim aşamalarını gösteren PRISMA akış şeması şekil 1'de gösterilmektedir.

Veri Analizi

Derlemeye dahil edilecek çalışmaların seçimi, nesnel ve sistematik bir yaklaşımla yürütülmüştür. Bu kapsamda, belirlenen dahil etme ölçütlerine uygun olan tüm makalelerin başlık ve özetleri, araştırma ekibinde yer alan yazarlar tarafından incelenmiştir. Değerlendirme

sürecinde yayınların her biri en az iki araştırmacı tarafından gözden geçirilmiştir. Nihai olarak araştırma konusu ile ilişkili 3 (üç) çalışma derleme kapsamına alınmıştır.



Şekil 1. PRİSMA Akış Şeması

BULGULAR

Literatürde Ergenlik Döneminde Akran Zorbalığı ve ACT ile ilgili çalışmalar incelenmiş; elde edilen araştırmalar Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. *Ergenlik Döneminde Akran Zorbalığı ve ACT ile ilgili yapılan çalışmalar*

Yazar–Yıl	Yer	Örneklem	Yöntem	Bulgular	Sonuç
Abdullah YALNIZ (2019)	Türkiye	Çorum İlinde MEB'e bağlı bir lisede öğrenim gören 232 öğrenciden Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeğinde zorba ve mağdur puanı yüksek çıkan öğrencilerden seçilen 24 öğrenci (12 kişi deney grubu, 12 kişi kontrol grubu)	Ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel desen	Uygulanan psikoeğitim sonrası deney grubunun zorbalık davranışları sergilemede azalma ve zorbalıkla baş etme becerilerini geliştirmede etkili olduğu bulunmuştur.	ACT temelli Psikoeğitim Programı'nın, deney grubundaki ergenlerin hem zorbalık yapma hem de zorbalığa maruz kalma düzeylerini azaltmada anlamlı derecede etkili olduğu ve bu etkinin kalıcı olduğu görülmüştür.
Büşra KABAKÇI (2021)	Türkiye	İç Anadolu Bölgesinde devlet üniversitesi çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 561 (473 kız ve 88 erkek) üniversite öğrencisi	İlişkisel tarama modeli	Siber zorbalığa ilişkin duyarlılık ile psikolojik katılık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ve siber zorbalığa ilişkin duyarlılığın psikolojik katılık puanları üzerinde yordayıcı olduğu bulunmuştur.	İnternet bağımlılığı ve siber zorbalığa ilişkin duyarlılığın öğrencilerin psikolojik katılık puanlarını yordayıcı olduğu sonucu ortaya konmuştur.
Farzaneh Ranjbar Noushari vd (2023)	İran	Rasht şehrinde bir ortaokuldaki Zorbalık Ölçeği ortalamalarına göre belirlenen 30 erkek öğrenci (15 kişi deney grubu, 15 kişi kontrol grubu)	Ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel desen	Uygulanan ACT temelli psikoeğitim sonrası zorbalık davranışı gösteren öğrencilerin psikolojik sermayesi ve bu sermayenin alt boyutları anlamlı düzeyde artmıştır.	ACT, öğrencilerin psikolojik esnekliğini artırarak; onların psikolojik sermaye ve alt boyutlarından umut, dayanıklılık, iyimserlik ve öz yeterlilik becerilerine katkı sağladığı görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu sistematik derleme çalışması, ergenlerde akran zorbalığını ve ACT temelli araştırmaların etkililiğini ve yaygınlığını bütüncül bir bakış açısıyla değerlendirmeyi amaçlamıştır. Çalışmaya dahil edilen araştırmaların analizi sonucunda; ACT müdahalelerinin, zorbalığa maruz kalan ergenlerin baş etme becerilerini güçlendirmede ve zorbalık davranışlarının azalmasında etkili olduğu görülmektedir.

Anahtar kelimeler ile sistematik bir şekilde yapılan araştırma sonucunda ergenlik döneminde akran zorbalığı ACT temelli çalışmalar hakkında detaylı incelemeler yapılmış, ancak dahil etme ve dışlama kriterleri sonrasında ancak 3(üç) araştırma çalışmaya dahil edilebilmiştir. Sistematik inceleme sırasında konu ile ilgili literatürde çok az araştırma bulunduğu göz önünde bulundurularak konu hakkında araştırmalara ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Çalışma kapsamında incelenen araştırmalardan birisi Yalnız'ın (2019) tez çalışmasıdır. Yalnız bu çalışmada bir lisede öğrenim gören 232 öğrenciden Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeğinde zorba ve mağdur puanı yüksek çıkan öğrencilerden seçilen 24 öğrenci ile ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel desen kullanarak araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırmada ölçek olarak araştırmacının geliştirdiği "Kişisel Bilgi Formu" ve Pişkin ve Ayas (2007) tarafından geliştirilen "Akran Zorbalığı Belirleme Ölçeği Ergen Formu" kullanılmıştır. Bu tez çalışmasında araştırmacı 10 oturumluk ACT temelli müdahale teknik ve yöntemleri içeren psiko-eğitim programı geliştirmiş ve psko-eğitim programını deney grubuna uygulamıştır. Psiko-eğitim oturumları haftada bir kez her bir oturum 90 dk olacak şekilde uygulanmıştır. Program oturumları (1) tanışma; (2) varoluşsal değer ve kendini tanıma; (3) düşünce, duygu ve davranış ilişkisi; (4) stres, kaygı ve yılmazlık; (5) psikolojik esneklik ve farkındalık; (6) zorbalık türleri ve yöntemleri; (7) izolasyon ve sosyal dışlanma; (8) empati ve sosyal beceriler; (9) sınır koyma ve atılganlık; (10) sonlandırma başlıkları ile oluşturulmuş ve uygulanmıştır. Çalışmanın bulguları, ACT Yönelimli Psiko-eğitim Programı'nın ergenlerdeki akran zorbalığı üzerinde hem zorba hem de kurban boyutunda iyileştirici ve önleyici etkilerinin güçlü olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırmaya katılan deney grubundaki öğrencilerin psko-eğitim uygulaması sonrasında hem zorba olma hem de zorbalığa maruz kalma puanlarında istatistiksel olarak anlamlı düşüşler olduğu görülmektedir. Bununla birlikte psiko-eğitim programının zorbalığın alt boyutlarından fiziksel zorbalık, sözel zorbalık, dışlama, eşyalara zarar verme ve söylenti yayma boyutlarında da etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulunan etkinin kalıcılığını araştırmak için 2 ay sonra yapılan izleme testi sonuçlarına göre de zorbalık ve mağduriyet puanlarındaki düşüsün devam ettiği görülmektedir. Bu durum, öğrencilerin kazandıkları kabul, ayrışma, anda olma, değerler gibi becerileri yaşamlarına yansıtarak davranış değişikliğinin kalıcı olduğu sonucunu ortaya koymaktadır.

İncelenen bir diğer çalışma Kabakçı'nın (2021) üniversite öğrencilerinde psikolojik katılık, internet bağımlılığı ve siber zorbalığa ilişkin duyarlılık arasındaki ilişkileri inceleyen yüksek lisans tez araştırmasıdır. Araştırmada Kabakçı (2021), internetin yanlış kullanımının bireylerin siber zorbalığa ilişkin duyarlılığı ve ACT için önemli kavramlardan olan psikolojik katılık üzerindeki etkilerini analiz ederek bu değişkenlerin birbirini nasıl yordadığını belirlemeyi amaçlamaktadır. İlişkisel tarama modeli kullanılmış betimsel bir araştırmadır. Araştırma için katılımcıların mevcut durumlarına ölçmek amacıyla Yavuz ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Kabul ve Eylem Formu-2", Kutlu ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu", Tanrıkulu ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen "Siber Zorbalığa İlişkin Duyarlılık Ölçeği" ve araştırmacı tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" ölçekleri kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini 2020-2021 eğitim-öğretim yılında İç Anadolu Bölgesi'ndeki bir devlet üniversitesinin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 473'ü kadın, 88'i erkek olan 561 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada bir teknik yada müdahale uygulanmamıştır, psikolojik katılık kavramı ACT temelli bir kavram olduğu için araştırma ACT üzerinden ve psikolojik esneklik ile birlikte temellendirilmiştir. Araştırma bulguları arasında, internet bağımlılığı ve siber zorbalığa ilişkin duyarlılığın, öğrencilerin psikolojik katılık düzeylerini anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Araştırma sonuçları internet bağımlılığı ve siber zorbalığa ilişkin duyarlılık arttıkça, öğrencilerin psikolojik katılık puanları da arttığını ortaya koymaktadır. Araştırma; internet ortamında geçirdiği zaman fazla olan ve siber risklere karşı aşırı duyarlı olan bireyin psikolojik esnekliğinin zayıflayarak psikolojik katılığının beslediğini göstermektedir.

Noushari ve arkadaşları'nın (2023) araştırmasında; ACT'ın okullarda zorbalık yapan öğrencilerin psikolojik sermaye düzeyleri üzerindeki etkisi özyeterlik, umut, dayanıklılık ve iyimserlik alt boyutları ile birlikte incelenmektedir. Çalışmada zorbalık davranışlarının önlenmesinde öğrencilerin içsel kaynaklarını geliştiren üçüncü dalga psikoterapi yöntemlerinin

önemi vurgulanmaktadır. Araştırmanın örneklemini 2022-2023 eğitim-öğretim yılında İran'ın Rasht şehrindeki bir ortaokulda öğrenim gören erkek öğrencilerden seçilmiş 30 öğrenci (15 kişi deney grubu, 15 kişi kontrol grubu) oluşturmaktadır. Örneklem Zorbalık Ölçeği'nden ortalamanın üzerinde puan alan öğrencilere göre amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Araştırma modelinin, ön test- son test kontrol gruplu yarı deneysel desen olduğu görülmektedir. Çalışmada ölçek olarak Espelage ve Holt (2001) tarafından geliştirilen "Zorbalık Ölçeği", Luthans ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilen psikolojik sermayeyi özyeterlik, umut, dayanıklılık ve iyimserlik alt boyutları ile birlikte ölçen "Psikolojik Sermaye Anketi" kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından Hayes, Strosahl ve Wilson'ın (1999) tedavi protokolüne göre yapılandırılmış ACT temeline dayanan 8 oturumluk müdahale programı oluşturulmuş ve deney grubuna uygulanmıştır. Müdahale programı oturumlarının haftada 2 oturum şeklinde her biri 90 dk sürecek şekilde planlandığı ve uygulandığı görülmektedir. Oturum içeriklerinin (1) tanışma ve terapotik ilişkinin kurulması; (2) "yaratıcı umutsuzluk" kavramının vurgulanması, kontrol etmeye çalışmanın çözüm değil, problemin kendisi olduğu anlayışının geliştirilmesi; (3) bireysel olarak değerlerin tanımlanması, değerler, eylemler ve engeller hakkında farkındalık oluşturma; (4) bireylerin değerlerinin incelenmesi ve değerler hakkında metaforların kullanılması; (5) bilişsel birleşme ve ayrışma kavramlarının incelenmesi, metaforlar kullanılarak ayrışma egzersizlerinin yapılması; (6) rol ve bağlam kavramlarının açıklanması; (7) "şimdiki anda olma" kavramına vurgu yapılması; (8) kararlılık öğretimi, hayat öykülerinin incelenmesi, değerlere uygun davranışsal planların oluşturulması ve kapanış şeklinde oluşturulduğu görülmektedir. ACT'da yer alan tekniklerden kabul ve farkındalık, bilişsel ayrışma, değer odaklı eylem ve metafor kullanımı gibi teknikler ile öğrencilerin rahatsız edici duygu ve düşüncelerle savaşmak yerine bunları kabullenmelerini, anı yaşamalarını ve kendi değerleri doğrultusunda kararlı adımlar atmalarını sağlayan bir program oluşturulmuştur. Müdahale programı uygulanan deney grubunun toplam psikolojik sermaye puan ortalamasının eğitim öncesinde 79.53 iken, eğitim sonrasında 95.67'ye yükseldiği görülmektedir. Araştırma bulgularına göre ACT temelli müdahale programının zorbalık gösteren ortaokul öğrencileri üzerinde psikolojik sermayelerini arttırmada çok yüksek düzeyde etkili olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Psikolojik sermayeyi oluşturan alt boyutlar incelendiğinde en yüksek etki boyutunun dayanıklılık alt boyutunda gerçekleştiği görülmektedir. ACT temelli müdahale programı ile öğrencilerin psikolojik esnekliğinin arttığı ve rahatsız edici duygu ve düşüncelerden kaçınmak yerine, onları kabullenmeyi öğrendikleri; düşüncelerini kesin gerçekler olarak görmek yerine, onları sadece "düşünce" olarak görmeyi fark ettikleri ve böylece dürtüsel davranışlarının azaldığı; anlık dürtülerle hareket etmek yerine, kendi belirledikleri bireysel değerleri doğrultusunda eylemlerde bulunmayı öğrendikleri sonuçları ortaya koyulmaktadır. Araştırmacılar ACT'ın okullarda zorbalıkla mücadelede etkili bir müdahale yöntemi olarak kullanılabileceği sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırmaya dahil edilen 3 çalışmada da ergenlik döneminde akran zorbalığı önleme ve müdahale çalışmalarında ACT yönelimli çalışmaların etkili olduğu görülmektedir.

Yalnız (2019) ile Noushari ve arkadaşlarının (2013) çalışmalarında ACT temelli müdahale programları geliştirerek öğrencilerin akran zorbalığı davranışları üzerindeki etkisini istatistiksel olarak incelemektedirler. Her iki çalışma sonucunda da araştırmacıların geliştirdikleri ve örneklem grubuna uyguladıkları ACT yönelimli müdahale programları akran zorbalığının önlenmesi ve azaltılmasında etkili olduğu görülmektedir. Kabakçı (2021) araştırmasında ACT kavramlarından olan psikolojik esneklik kavramının karşıtı olan psikolojik katılığın yüksek olmasının, siber zorbalığa ilişkin duyarlılık ve internet bağımlılığı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuç ile psikolojik katılık düzeyi arttıkça, siber zorbalık dinamiklerine yatkınlık düzeyi de artmaktadır sonucuna ulaşılmaktadır.

Araştırmaya dahil edilen çalışmaların içeriğinde ergenlerde akran zorbalığı ile baş etmede psikolojik esneklik becerisi geliştirmenin önemine vurgu yapıldığı görülmektedir. Bu da Hayes

vd.'nin (2006) ACT'ı, bireyin yaşadığı temel psikolojik sorunları, genel olarak psikolojik esnekliği artırma hedefi doğrultusunda ele aldığı görüşünü destekler niteliktedir.
Araştırmaların çalışma gruplarına bakıldığında ortaokul, lise ve üniversite öğrenci grupları ile çalışıldığı görülmektedir. Her grup için ACT yönelimli çalışmaların akran zorbalığı ile ilgili etkililiği kanıtlanmaktadır.
Araştırmaya dahil edilen çalışmaların ortak sonucu olarak; ACT temel alınarak yapılan uygulamalar ile, ergenlerin psikolojik esnekliklerinin arttırılması veya psikolojik katılıklarının azaltılması, zorbalık davranışlarını azaltmada, zorbalık ile baş etme ve psikolojik dayanıklılıklarını artırmada etkili ve önemli bir araç olduğu söylenebilmektedir. Ancak ulaşılan çalışma sayısının azlığı, ACT ve ergenlerde akran zorbalığı ilişkisinin literatürde henüz yeterince araştırılmamış bir alan olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, ACT'ın önleyici ve iyileştirici etkisini daha fazla ortaya koyabilmek için geniş örneklemli, boylamsal ve randomize kontrollü deneysel araştırmalara ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. Gelecek araştırmaların ACT yönelimli ve okul temelli önleyici psikolojik danışmanlık ve rehberlik programlarına entegre edilmesi alana önemli katkılar sunacaktır.

KAYNAKÇA

Aydın, Y. E., & Kıran, B. (2024). *Ergenlerin intihar düşünceleri ve olasılığını azaltmaya yönelik Kabul ve Kararlılık Terapisi temelli psikoeğitim programı: Ruh sağlığı çalışanları için bir rehber*. Serüven Yayınevi.
Büyükcebeci, G. (2022). Çocuk ve ergenlerde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu. F. Savi Çakar (Ed.), *Çocuk ergen ruh sağlığı: Davranış bozukluklarında tanılama ve tedavi yaklaşımları* içinde (ss. 87-109). Pegem Akademi.
Cantone, E., Piras, A. P., Vellante, M., Preti, A., Daníelsdóttir, S., D'Aloja, E., Lesinskiene, S., Angermeyer, M. C., Carta, M. G., & Bhugra, D. (2015). Interventions on bullying and cyberbullying in schools: A systematic review. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, *11*(Suppl 1), 58–76. https://doi.org/10.2174/1745017901511010058
Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
Erikson, E. H. (2009). *Kimlik: Gençlik ve kriz* (J. Çetinkaya, Çev.). Metis Yayınları.
Halliday, S., Gregory, T., Taylor, A., Digenis, C., & Turnbull, D. (2021). The impact of bullying victimization in early adolescence on subsequent psychosocial and academic outcomes across the adolescent period: A systematic review. *Journal of School Violence*, *20*(3), 351–373. https://doi.org/10.1080/15388220.2021.1913598
Harris, R. (2016). *Mutluluk tuzağı* (Ç. Şaher, H. T. Karatepe & K. F. Yavuz, Çev.). Litera Yayıncılık.
Harris, R. (2017). *ACT'i kolay öğrenmek* (H. T. Karatepe & K. F. Yavuz, Çev.). Litera Yayıncılık.
Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy*, *35*, 639–665. https://doi.org/10.1016/S0005-7894(04)80013-3
Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, *44*(1), 1–25.
Hymel, S., & Swearer, S. M. (2015). Four decades of research on school bullying: An introduction. *American Psychologist*, *70*(4), 293–299. https://doi.org/10.1037/a0038928
İkiz, F. E. (2022). Çocuk ergen ruh sağlığı ve psikopatolojisi. F. Savi Çakar (Ed.), *Çocuk ergen ruh sağlığı: Davranış bozukluklarında tanılama ve tedavi yaklaşımları* içinde (ss. 1-35). Pegem Akademi.

Kabakcı, B. (2021). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik katılıklarının yordanmasında internet bağımlılığı ve siber zorbalığa ilişkin duyarlılığın rolü* [Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi].

Kayacan, İ., & Yılmaz Bingöl, T. (2023). Kabul ve kararlılık terapisi temelli psiko-eğitim programlarına bir bakış: Ulusal tezlerin derlenmesi. *Journal of Sustainable Educational Studies (JSES)*, *(Ö2)*, 97-107.

Köroğlu, E. (2011). *Bilişsel-davranışçı psikoterapiler: Temel kavramlar, temel yaklaşımlar* (2. Baskı). HYB Basım Yayın.

Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: The state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, *22*(S1), 240–253. https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740

Menken, M. S., Isaiah, A., Liang, H., Rodriguez Rivera, P., Cloak, C. C., Reeves, G., Lever, N. A., & Chang, L. (2022). Peer victimization (bullying) on mental health, behavioral problems, cognition, and academic performance in preadolescent children in the ABCD Study. *Frontiers in Psychology*, *13*, Article 925727. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.925727

Olweus, D. (2013). School bullying: Development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, *9*, 751–780. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185516

Ranjbar Noushari, F., Rasoolzadeh, B., Baradaran, M., Sedaghat, N., & Makvandi, L. (2023). The effect of Acceptance and Commitment Therapy on psychological capital promotion in bullied students. *Journal of Preventive Counselling*, *4*(4), 133–145. https://doi.org/10.22098/JPC.2023.13216.1175

Santrock, J. W. (2020). *Ergenlik* (14. basımdan çeviri) (D. M. Siyez, Çev. Ed.). Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal eserin yayın tarihi 2012).

Tsaousis, I. (2016). The relationship of self-esteem to bullying perpetration and peer victimization among schoolchildren and adolescents: A meta-analytic review. *Aggression and Violent Behavior*, *31*, 186–199. https://doi.org/10.1016/j.avb.2016.09.005

World Health Organization. (2019). *Coming of age*. https://www.who.int/news-room/spotlight/coming-of-age-adolescent-health

Yalnız, A. (2019). *Kabul ve Kararlılık Terapisi yönelimli psikoeğitim programının akran zorbalığı üzerindeki etkisi* [Doktora tezi, Sakarya Üniversitesi].