ERGENLERİN STRESLE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİNİN AİLE İLİŞKİLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Hatice Yıldız

181104110

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi) Yüksek Lisans Programı

Danışman: Doç. Dr. Melis Seray Özden Yıldırım

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Şubat,2021

ERGENLERİN STRESLE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİNİN AİLE İLİŞKİLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Hatice Yıldız

181104110

Orcid: 0000-0001-8280-7315

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Gelişim Psikolojisi Yüksek Lisans Programı

Danışman: Doç. Dr. Melis Seray Özden Yıldırım

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Şubat,2021



JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "*Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge*" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "*Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge*" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

TEŞEKKÜR

Tez yazma sürecim boyunca desteği, bilgi ve tecrübeleri ile her zaman yanımda olan sevgili tez danışmanım Doç. Dr. Melis Seray Özden Yıldırım'a sevgi ve teşekkürlerimi sunarım.

Süreç boyunca yanımda olan aileme destekleri için teşekkür ederim. Her zaman yanımda olmanızı temenni ederim.

İyi dilekleri ve motivasyonları ile her zaman yanımda olan arkadaşlarıma teşekkür ederim. İyi ki varsınız.

Veri toplamak amacıyla gönüllü olarak araştırmama katılarak zaman ayıran lise öğrencilerine teşekkürlerimi sunarım.

Hatice Yıldız

Şubat, 2021

ÖZ

ERGENLERİN STRESLE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİNİN AİLE İLİŞKİLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ

Hatice Yıldız
Yüksek Lisans Tezi
Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi) Yüksek Lisans Programı
Danışman: Doç. Dr. Melis Seray Özden Yıldırım
Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2021

Bu çalışmada ergenlik döneminde bulunan bireylerin stresle başa çıkmak için kullandıkları stratejilerin, aileleri ile ilişkileri açısından incelenmesi amacıyla Denizli ilinde Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı olan Aydem Fen Lisesi, Mustafa Kaynak Anadolu Lisesi, Orhan Abalıoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi olmak üzere 4 lisede eğitim ve öğretimine devam eden 400 öğrenciden veri toplanmıştır. Katılımcılardan elde edilen demografik bilgiler, Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği ve Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği ile değerlendirilerek SPSS paket programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Verilen istatistiksel olarak yorumlanması amacıyla bağımsız gruplar t Testi, tek yönlü ANOVA testi, Pearson korelasyon testi ve regresyon analizi uygulanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre katılımcıların başa çıkma stratejileri anne, baba ve ailece zaman geçirme, cinsiyet ve evde yaşayan başka biri veya birileri olması durumuna göre farklılık göstermektedir. Başa çıkma stratejileri boyutlarından sosyal destek arama ve problem çözme boyutlarında ebeveyn ergen ilişki niteliğinin anne açıklama, baba açıklama, anne olumlu ergen ilişkisi ve baba olumlu ergen ilişkisi ile pozitif yönde ilişkili bulunmuş, kaçınma boyutunda ise anne olumsuz ergen ilişkisi ve baba olumsuz ergen ilişkisi ile pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Ebeveyn ergen ilişki niteliğinin başa çıkma stratejileri üzerindeki yordayıcı rolü incelendiğinde model olarak anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn ergen ilişkisi, Başa çıkma stratejileri.

ABSTRACT

ANALYZING STRATEGIES OF COPING WITH STRESS IN TERMS OF FAMILY RELATIONS IN ADOLESCENTS

Hatice Yıldız
Master Thesis
Department of Psychology
Psychology (Option: Developmental Psychology) Programme
Advisor: Assoc. Prof. Melis Seray Özden Yıldırım
Maltepe University Graduate School,2021

In this study, Aydem Science High School, Mustafa Kaynak Anatolian High School, Orhan Abalıoğlu Vocational and Technical Anatolian High School and Atatürk Vocational and Technical High School, which are affiliated to the Directorate of National Education in Denizli, in order to examinethe predictive role in terms of relations with their families used by adolescents to cope with stress Data were collected from 400 students attending education in 4 high schools, including Anatolian High School. The demographic information obtained from the participants was analyzed with the Parental Adolescent Relationship Quality Scale and the Coping Strategies Scale and analyzed using the SPSS package program.

Independent groups t test, one-way ANOVA test, Pearson's correlation test and regression analysis were used for statistical interpretation of the data.

According to the findings obtained from the study, the coping strategies of the participants differ according to their mother, father and family time, having someone or somebody living at home, and their gender. In the dimensions of coping strategies, seeking social support and problem solving dimensions, parent-adolescent relationship quality was found to be positively associated with mother explanation, father explanation, mother positive adolescent relationship and father positive adolescent relationship, while in the avoidance dimension, mother negative adolescent relationship and father negative adolescent relationship have been found as a positive relationship. When the predictive role of parent-adolescent relationship quality on coping strategies was examined, it was seen that it did not predict significantly as a model.

Keywords: Parent-adolescent relationship, Coping strategies.

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI ii
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI iii
TEŞEKKÜR iv
ÖZ v
ABSTRACT vi
İÇİNDEKİLER vii
TABLOLAR LİSTESİ ix
ÖZGEÇMİŞ xi
BÖLÜM 1. GİRİŞ 1
1.1.Araştırmanın Problemi 1
1.2. Araştırmanın Amacı 5
1.3. Araştırmanın Hipotezleri 7
1.4. Araştırmanın Soruları 8
1.5. Araştırmanın Önemi 8
1.6. Araştırmanın Varsayımları 9
1.7. Araştırmanın Sınırlılıkları 10
1.8. Araştırmanın Tanımları 10
BÖLÜM 2. KURAMSAL ÇERÇEVE 11
2.1.Ergenlik 11
2.2.Ergenlik Dönemi Genel Özellikleri 12
2.3.Ergenlik Dönemiyle İlgili Yaklaşımlar 15
2.3.2. Sigmund Freud 17
2.3.4. H. S. Sullivan 20
2.3.5. L. D. Elkind 21
2.3.6. Erik Erikson 21
2.3.7. Peter Blos 23
2.3.8. Mc Candless 25
2.3.9. Albert Bandura 26
2.3.10. Kurt Lewin 26
2.3.11. Margaret Mead 27
2.3.12. Ruth Benedict 28
2.3.13. Urie Bronfenbrenner 28
2.3.14. Jean Piaget 29
2.4. Ergenlikle İlgili Yapılan Ulusal Araştırmalar 31
2.5. Ergenlikle İlgili Yapılan Uluslararası Araştırmalar 33
2.6. Stresle İlgili Yaklaşımlar 34
2.6.1. Stres 34
2.6.2.Fizyolojik Stres Kuramı 34
2.6.3.Psikolojik Stres Kuramı 35
2.6.4.Nedensel Stres Kuramı 37
2.6.5. Stres ve Başa Çıkma ile İlgili Ulusal Araştırmalar 37
2.6.6. Stres ve Başa Çıkma ile İlgili Uluslararası Araştırmalar 38
BÖLÜM 3.YÖNTEM 40
3.1. Araştırma Modeli 40
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi 40

3.3. Veri Toplama Araçları 40
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu 40
3.3.2. Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği 40
3.3.3. Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği 41
BÖLÜM 4. BULGULAR VE YORUMLAR 43
4.1.Katılımcılara Ait Betimleyici İstatistikler 43
4.2. Araştırma Soruları ve Hipotezleri Doğrultusunda Verilerin Analizi 47
BÖLÜM 5.TARTIŞMA VE YORUM 60
5.1. Demografik Özellikler Açısından Araştırma Değişkenlerine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 60
5.1.1. Ebeveynlerin Eğitim Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 60
5.1.2. Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 61
5.1.3. Zaman Geçirme Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 62
5.1.5. Evlilik Devamlılığı Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 65
5.1.6. Cinsiyete Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 65
5.1.7. Ekonomik Düzeye Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 66
5.1.8. Okul Türlerine Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 66
5.2. Ebeveyn Ergen İlişkisi ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişkiye Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması 67
BÖLÜM 6. SONUÇ VE ÖNERİLER 70
Özet 70
Öneriler 73
EK'LER 75
EK-1 ETİK KURUL KARARI 75
EK-2 ARAŞTIRMA İZNİ 76
EK-3 KİŞİSEL BİLGİ FORMU 77
EK-4 EBEVEYN ERGEN İLİŞKİ NİTELİĞİ ÖLÇEĞİ 79
EK-5 BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ ÖLÇEĞİ 80
KAYNAKÇA 83

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1 : Katılımcıların okul türlerine göre dağılımı 43
Tablo 2 : Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı 43
Tablo 3 : Katılımcıların sınıfa göre dağılımı 44
Tablo 4 : Katılımcıların anne eğitim durumuna göre dağılımı 44
Tablo 5 : Katılımcıların baba eğitim durumuna göre dağılımı 44
Tablo 6 : Katılımcıların anne- babalarının evlilik durumuna göre dağılımı 45
Tablo 7 : Katılımcıların anne- babalarının ikinci evlilik durumuna göre dağılımı 45
Tablo 8 : Katılımcıların anne çalışma durumu dağılımı 45
Tablo 9 : Katılımcıların baba çalışma durumu dağılımı 45
Tablo 10 : Katılımcıların aile ekonomik düzey durumu dağılımı 46
Tablo 11 : Katılımcıların kardeş durumu dağılımı 46
Tablo 12 : Katılımcıların anne, baba ve kardeş dışında evde yaşayan durumu dağılımı 46
Tablo 13 : Katılımcıların anne ile zaman geçirme durumu dağılımı 47
Tablo 14 : Katılımcıların baba ile zaman geçirme durumu dağılımı 47
Tablo 15 : Katılımcıların ailece zaman geçirme durumu dağılımı 47
Tablo 16 : Annenin Eğitim Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları 48
Tablo 17 : Babanın Eğitim Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları 48
Tablo 18 : Annenin Çalışma Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları 49
Tablo 19 : Babanın Çalışma Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları 49

Tablo 20 : Anne ile Zaman Geçirme Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları 50
Tablo 21 : Baba ile Zaman Geçirme Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları 51
Tablo 22 : Ailece Zaman Geçirme Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları 51
Tablo 23 : Anne-Baba ve Kardeş Dışında Evde Yaşayan Olup Olmaması Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları..... 52
Tablo 24 : Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları 53
Tablo 25 : Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları 54
Tablo 26 : Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Okullara Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları..... 54
Tablo 27 : Ebeveyn-Ergen İlişki Niteliği ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Alt Boyutları Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları 56
Tablo 28 : Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Boyutlarının Stresle Başa Çıkma Stratejilerinden Sosyal Destek Arama Boyutunu Yordayıcı Rolüne İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları..... 57
Tablo 29 : Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Boyutlarının Stresle Başa Çıkma Stratejilerinden Problem Çözme Boyutunu Yordayıcı Rolüne İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları 58
Tablo 30 : Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Boyutlarının Stresle Başa Çıkma Stratejilerinden Kaçınma Boyutunu Yordayıcı Rolüne İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları 58

ÖZGEÇMİŞ

Hatice Yıldız

Psikoloji Anabilim Dalı

Eğitim

Derece	*Yıl*	*Üniversite, Enstitü, Anabilim/Anasanat Dalı*
Y.Ls.	2020	Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı
Ls.	2018	Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı
Lise	2013	Servergazi Ufuk Anadolu Lisesi

Alınan Burs ve Ödüller

Yıl	*Burs/Ödül*
2014	Gelişim Üniversitesi Eğitim Bursu

Kişisel Bilgiler

Doğum yeri ve yılı : Denizli, 1994 Cinsiyet: K
Yabancı diller : İngilizce (orta)
e-posta : hatice_yldz94@hotmail.com

BÖLÜM 1. GİRİŞ

1.1.Araştırmanın Problemi

Tüm insanlar hayatının başlangıcından bitişine kadar bir gelişme içindedir. Bu gelişmelerin insan yaşamına etkisi oldukça fazladır. Yaşam içinde algılar,düşünceler, fiziksel özellikler, yapılan seçimler zamanın da getirisiyle değişmektedir, gelişmektedir ve bireyin benliğinde bir yer edinmektedir. İnsanlar doğum öncesi dönemden itibaren farklı gelişim evrelerinden geçmektedirler. Her gelişim evresinin de kendine ait dönemsel özellikleri ve normları bulunmaktadır. Her birey bir tanedir ve kendine özeldir, farklıdır ve farklı özelliklere sahiptir. Her bireyin içinde bulunduğu dönemi geçirme süreci, geçiş aşamaları, beklentileri, tepkileri ve sorunları farklı olmaktadır. Bu gelişim dönemlerinden bir tanesi de ergenlik dönemidir. Ergenlik dönemi bireyin benliğini bulma, kişiliğini oluşturma, gelecek yaşamını şekillendirme adına da oldukça etkili olan bir dönemdir.

İnsanların benliğinin oluşumunda gelişimsel süreçler etkili olmakla beraber kalıtımsal ve çevresel faktörlerin de etkisi oldukça fazladır. Birey anne ve babasından almış olduğu genetik özelliklerini çevresel faktörlerle birleştirerek bir benlik oluşturmaya çalışmaktadır. Aile yapısı, çevresel faktörler, aile ilişkileri, yaşam alanları, bireyin arkadaşları, eğitimi, kültürel birikimi, gelenekleri gibi birçok alan bireye etki etmektedir. Ergenlik, çocukluk döneminden farklı olarak fiziksel, duygusal ve sosyal birçok değişikliğe adım atılan ve birçok gelişim görevini kapsayan bir dönemdir. Bu dönem içinde bireyler doğal olarak bu değişikliklere uyum sağlamakta güçlük çekebilmektedirler. Karşılaştıkları bu yeni durumlar bireyin hayatında yoğun stres durumu olarak görülebilmektedir. Ergenlik bütün gelişim dönemleri arasında psikolojik açıdan oldukça önemli bir yere sahip bir dönemdir (Steinberg, 2017).

Ergenlik döneminde bulunan birey bedensel gelişiminde ve kişiliğinde oluşan değişimler doğrultusunda kendisini daha güçlü görerek ailesine ihtiyacının kalmadığını düşünebilmektedir. Bireyin hayatını kendi kararlarına göre yaşama isteği ailesi ile çatışmalarını arttırır nitelikte olabilmektedir (Şahin & Özçelik, 2016). Ergenlik dönemindeki birey bağımsızlığa yönelme isteğiyle birlikte aile ortamından uzaklaşmak

isterken arkadaş ortamıyla daha yakın ilişkiler kurmak istemektedir. Artık bir birey olarak kendi kararlarını almak ister, aile veya herhangi bir otoritenin kararlarına uymayı reddeder. Bireyin onayı alınmadan ona sunulan her istek onda karşıt görüş geliştirme isteği uyandırabilmektedir. Bu süreçte önemsenme, söz sahibi olabilme ve karar mekanizmasında etkili sayılma istekleri aile bireyleriyle aralarında stres ve çatışmaların artmasına yol açabilmektedir. Ergenlik döneminde tamamlanması gereken birçok gelişimsel süreç bulunmaktadır ve birey kendi kimliğini keşfetme, cinsel role uyum sağlama, bedeninde oluşan farklılıkları inceleme, beden imajına dikkat etme, sosyal rolünü keşfetme ve uyum sağlama, benliğini, çevresini kabullenme çabasında olmaktadır. Bu keşfetme ve uyum süreci aynı zamanda kontrolü dışında bedeninde ve bakış açısında oluşan değişiklikler bireyin birçok stres durumunda kalmasına neden olabilmektedir (Aydın, 2008).

Yaşanılan hayatın getirisiyle birey gün içinde birçok olayla karşılaşmaktadır. Karşılaşılan olayların neticesinde de farklı duygu ve davranışlar oluşmaktadır. Bu olayların bireyler üstünde oluşturduğu stres durumları ise bireyin hayatında oldukça önemli bir etken sayılmaktadır. Günlük konuşmalarda çok fazla kullanılan stres kelimesi, gün içinde oluşan duygu ve davranışları nitelendirmek amacıyla sık sık başvurulan bir kelime olmaktadır.Yaşadığımız dönem açışından stres birçok psikolojik ve fizyolojik hastalığın temelini oluşturmaktadır. Gelişim dönemleri arasında oldukça önemli ve kritik sayılan ergenlik döneminde bireyler fiziksel, zihinsel, duygusal, sosyal birçok değişikliğe maruz kaldıkları için stres durumlarına elverişli hale gelirler (Aydın,2008). Uyum sağlama her yaş için zorluk gerektiren bir durum olmaktadır. Yeni bir şeye uyum sağlayabilmek stres ve gerilimi içinde taşıyan bir süreç olarak görülebilmektedir. Uyum sağlama süreci zihinsel olduğu kadar bedensel olarak da değişim gerektirmektedir. Birey doğumundan ergenlik sürecine gelene kadar bir birikim sağlamaktadır. Bu birikimler içinde düşünceler, alışkanlıklar, kabul görmüş kurallar bulunmaktadır. Ergenlik dönemine gelen birey geçmişten getirdiği birikimlerin yetersiz geldiğini fark ederek yeni birikimler edinmek istemektedir ve bu süreç birey için duygusal olarak gerginlik oluşturmaktadır (Yavuzer, 2019).

Gelişim dönemlerinden ergenlik döneminde olan birey için aile ilişkileri fazlasıyla önem kazanmaktadır. Ergen bireyin bu içsel ve bedensel farklılık döneminde

davranış ve iletişiminde oluşan değişiklikler etrafına yansırken en çok zaman geçirdiği, yaşadığı yer evi olması nedeniyle de bu süreç ailesine oldukça etki etmektedir(Santrock,2017). Anne, baba ve ergen bireyin arasındaki ilişkinin dengesini korumak adına her bireyin varlığını kabul ederek ve ona alan tanıyarak davranmalıdır. Bu kabulün olmaması halinde bireyler, kendilerini yalnız duygusal hissetmeye başlayabilmektedir (Ulusoy,Demir&Baran,2005). Aile ile ergenlik dönemindeki bireyin çatışmaları genellikle bireyin alması gereken sorumluluklara, günlük işlerin dağılımı, ailelerin bireyden beklentileri üstüne olurken en önemli unsurlardan biri ise aile ile ergen arasındaki iletişimin yapısı olmaktadır. Kurulan iletişimin olumsuzluk ve eleştirel olması birey ile aile arasındaki ilişkiyi etkilemekte ve bireylerin öz kontroller becerilerinin gelişmesine engel olabilmektedir (Gül&Güneş,2009).

Ergenlik dönemi bireylerin hayatında yaş aralığı olarak, lise eğitiminin devam ettiği dönemi de kapsayan bir aralığa gelmektedir ve bu dönemde bireylerin gelecek kaygısı, sınav stresi, meslek seçimi gibi karar vermelerini ve seçim yapmalarını gerektirecek durumlar ortaya çıkmaktadır. Karar verme ve belli seçimlerin etkilerini düşünmekle beraber ailelerin çocuklarının gelecekleri ve seçimleri adına belli fikirleri, müdahaleleri ve istekleri olabilmektedir. Bu durumların birleşimi ergenin hayatında birçok stres faktörünü tetikler niteliktedir. Bu süreç içinde yaşayan birey için değişim ve gelişim ile birlikte, ailesine karşı duygu, düşünce, tutum ve davranışlarında değişiklikler oluşturmaktadır. Bu sürecin bir yansıması olarak da ailelerin değişim ve gelişim içindeki çocuklarına karşı tutum ve davranışları da farklılık kazanmaktadır. Ergenlik dönemindeki bireylerin karşılaştıkları stres durumlarında ailelerini algılama biçimleri, aileleriyle olan iletişimleri, aile ilişkilerinin kalitesi, ailelerinin işlevselliği de stresle baş etme durumlarında oldukça etkili olabilmektedir.

Bireyin ilk sosyalleşme alanı ailesidir. Ailesiyle kurduğu ilişkiler,ailenin yapısı, ailelerin ekonomik durumu, çevrenin ve ailelerin karar mekanizmaları, kalıp yargıları ergen bireylerin riskli davranışlara ve suça yönelmesinde etkili olabilmektedir(Sarı&Arslantaş, 2018).İnsan gelişiminde aileler için anne ve babalık hakkında hayata geldikleri andan itibaren sahip oldukları kazanımlar bulunmamaktadır. Aileler bu kazanımları kendi ailelerinden veya zaman için bilgi ve farkındalıklarla kazanmaktadır(Çetin&Çok,2011).Bireyler tüm gelişim dönemlerinde ailenin içinde olan

ebeveyn, kardeş veya başka üyelerden kültür, ailenin değer yargılarına, fikirlerine karşı birçok farkındalık kazanabilmekte ve etkilenmektedir (Dinçer-Set&Özbesler,2020).

Aile ilişkilerinin kuvvetli ve karşılıklı olarak olumlu olabilmesi açısından ailenin davranışları,tepkileri, sözlü sözsüz bütün eylemleri ilişkiyi oldukça etkilemektedir. Aileler geçmişten getirdikleri kültürel değerleri çocuklarına tutum ve davranışlarında yansıtmaktadır ve kendi kültürel birikimlerini çocuklarına aktarmaktadırlar (Sümer, Aktürk &Helvacı,2010). Aile yapıları incelendiğinde ergenlik dönemi içindeki bireye ihtiyaç duyduğunda yalnız kalabileceği, düşünebileceği bir alan, iletişimsel bir sorun yaşandığında tüm aile bireylerinin toplanıp çözüm için iletişim kurabileceği ortak bir alan oluşturulması, aile ilişkileri için önemli bir önlem sayılabilmektedir (Santrock,2017).Ergen bireyin bu dönemde değişen bakış açısı ailede iç dengeleri değiştirirken aynı zamanda da ailede kaygı düzeyini arttırmaktadır. Bu kaygı sonucunda ise aile bu değişim ve gelişim sürecinin bireyde oluşan etkisinin kalıcı olacağı fikrinden korkarak, otoritesini kaybettiğini düşünür ve çocukluk sürecinde olduğu gibi egemen ve yönlendirici anne baba rolünde devam etmek istemektedir. Aynı zamanda anne ve babanın arasındaki ilişkinin, anne babalık durumunu etkilediği ve bu doğrultuda çocuklarının davranış ve gelişiminin etkilediğini Belsky (1981) yaptığı çalışma sonucunda savunmaktadır (akt.Akün,2013) ve aile ilişkilerinin ergen bireyin eğitim süreci açısından da oldukça etkili olduğu ve iyi ilişkilerin bu sürece oldukça katkı sağladığı gözlenmektedir. Olson (1993) aile yapısının sağlıklı olması ve evlilik içinde eşlerin birbirleriyle uyumlu olmasının çocuğun sosyalleşmesine etki ettiğini bildirmektedir. Aynı zamanda aile içindeki ve eşler içinde yaşanan problemlerin tüm aileye etki ettiğini bildirmektedir (akt.Tümkaya,Çelik, Aybek, 2010).

Ergenlik döneminin başlamasından son bulmasına kadar bireyler için yetişkin kimliğinin oluşması adına kişilik ile ilgili önemli yapı taşları oluşmaktadır. Ailelerin bu süreci hem kendileri için hem de birey için daha işlevsel atlatabilmeleri adına doğru bir iletişim yolu seçmeleri ve ortak bir paydada buluşabilmeleri için çaba göstermeleri gerekmektedir. Ebeveynler ile ergenlik dönemindeki bireyin sık sık çatışma yaşaması ve bunun derecesinin artması durumunda çatışmalar daha büyük problemleri beraberinde getirebilmekte ve bireyde birçok psikolojik sıkıntılar oluşturabilmektedir. Bu dönem içindeki birey aile iletişiminden kaçınarak, düşüncelerini ve sıkıntılarını ailesiyle

paylaşmayı reddederek belli noktalarda kendisini riske atabileceği durumlara girebilmektedir. Madde kullanımı, alkol, sigara alışkanlık oluşturabilecek ciddi zararlar verebilecek risk davranışları arasındadır (Saygılı, 2017). Aile üyeleri bu değişim sürecinin geçici olduğunu kabul ederek, bireyin artık yetişkin düzeyinde kendini ortaya koyma isteğini anlayıp, saygıyla ve sevgiyle, karşısında değil yanında yer alarak kaygıları azaltıp süreci yönetebilmeyi başarabilmektedir. Bu süreçte ergen ailelerinin bilgilendirilmesi, eğitilmesi ve daha da bilinçlenmesi ergen bireylerin kişilik gelişiminde, psikolojilerinde ve akademik başarılarında oldukça etkili olabilmektedir(Özeke-Kocabaş,2006).

Ailelerin çocuklara olan etkisinin yadsınamaz düzeyde olduğunu savaş sonrası ailelerini kaybeden çocuklar üstünde yapılmış olan bir araştırmada (Rathbun,DiVirglio ve Waldfogel,1958) çocukların evlat edinilerek yeni ailelerinin yetiştirmeleriyle kaybettikleri çoğu sosyal beceriye ve entelektüel becerilere yeniden kavuştuklarını gözlemlenmiştir (akt.Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, Loftus, Bem ve Maren,2020). Yapılan başka bir araştırma doğrultusunda ise boşanma yaşanmış ailelerin ergen çocuklarında ruhsal uyumsuzluk oranın daha yüksek gözlemlenmesi de aile ilişkisinin birey için etkili olduğunu gösterebilmektedir (akt.Avcı,2010). Aynı zamanda aileler dışında çevre faktörü de ergen bireye etki eden unsurlar arasında bulunmaktadır. Bu unsurlar arasında ise ailenin ekonomik durumu, eğitim durumu, anne-babanın çalışma durumları ve şartları, evde yaşayan kişiler, ev ortamı, kardeş durumu, gibi etkenlerde aile ergen arasındaki ilişkiyi etkileyebilmektedir (Oskay,1990). Wilson(1985) aile ilişkileriyle ergen bireylerin baş etme stratejileri arasında anlamlı bir etkileşim olduğunu ifade etmektedir(akt.Kocayörük,2010).Bu araştırmanın da problem cümlesi aşağıdaki şekilde oluşturulmuştur:

Ergenlik döneminde yaşanan stres durumlarında, ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinde aile ilişkilerinin rolü nedir?

1.2. Araştırmanın Amacı

Hayatın her döneminde farklı yoğunluklarda yaşanılabilen uyum sağlamayı gerektiren değişiklikler söz konusu olmaktadır. Bu değişiklikler ve uyum sağlama süreci her birey için farklı yoğunlukta ve gerçekleşme hızı da farklı olmaktadır. Stres ve başa çıkma çoğunlukla yetişkin çalışmalarında yer verilen bir konu olmuştur. Ancak stres,

sadece yetişkinlerde değil tüm gelişim dönemlerinde görülebilir niteliktedir. Gelişim dönemleri arasında ergenlik dönemi birey için oldukça değişiklik ve uyum sağlama gerektiren bir dönemdir. Bu dönemde birey için olumlu, olumsuz, kolay ve zor birçok değişiklik vardır ve her bireyin bu değişikliklere uyum sağlaması ve uyum sağlama süresi farklılık göstermektedir. Jakson ve Bosma (1990) ergenlik döneminde psikoloji ile ilgili çalışmaların iki boyutta incelendiğini ifade etmişlerdir. İlk boyut başa çıkma ve gelişimsel görevler diğeri boyut ise kimlik gelişimi ve benlik kavramıdır (akt.Oral, 2004).

Ergenlik dönemi her kültürde, her birey için farklı olarak ilerleyebilmektedir. Ergenlik dönemi içindeki birey yaşadığı değişikliklere uyum sağlamaya çalışırken çevresinde bulunan kişiler, bu kişilerin beklentileri ve bireyin onlara karşı sorumlulukları da değişmektedir. Bu dönem kapsadığı yaşlar nedeniyle birey için gelecek kaygısını ve ailelerin çocukları için beklentilerini beraberinde getirmektedir. Bu süreçte ailesi ve çevresinin birey üzerindeki etkisi, olumlu veya olumsuz yönde artmaktadır. Sosyal gelişme ergenlik döneminde oldukça önemli bir gelişim boyutu olarak kabul edilmektedir. Bireyler ilk sosyalleşme deneyimlerini aileleriyle yaşamaktadırlar (Koç,2004). Bireyin aynı yaşam alanını paylaşmak durumunda olduğu ailesiyle ilişkisi ise oldukça önem kazanmaktadır. Ergenlik dönemi bireyin hayatına değişiklikler sağladığı gibi ailelerin hayatında da birçok değişiklik oluşturmaktadır. Ebeveynlik adına bildikleri ve uyguladıkları yöntemlerin bireyde etkisiz kaldığı veya zıt olarak nitelendirildiği durumlar oluşabilmektedir. Ergenlik döneminde bireyler birçok değişimi kısa sürede yaşamalarının getirdiği stresle nasıl başa çıkacaklarını bilmezler. Bu durumda kendilerini göstermek adına normal dışı davranışlar sergilemeye, kendilerini göstermeye ve ispat etmeye dayalı riskli durumlara girebilmektedirler (Gül&Güneş,2009).

Ergenlik döneminde bireyler için sıkıntılı olan durumlardan birisi ise ailelerin, toplumun davranış ve beklentilerinin yetişkin ve çocuk karışımında sürmesidir. Bu durum ergenin algısı zorlaştıran belirsizlik oluşturan bir durum olabilmektedir. Bazı anlarda yetişkine ait görev ve beklentilerin kendisinden beklenerek artık büyüdüğünün vurgulanması, bazı durumlarda ise daha bir yetişkin olmadığı ve o sınırları elde edemeyeceğinin vurgulanması gibi durumlar oluşabilmektedir (Kulaksızoğlu,1989).

Belirsizlikler de bireylerin stres durumuna etki eden nedenler arasında olabilmektedir. Bu nedenle bu çalışmadaki amaç ergenlerin bu dönem içinde yaşadıkları stres durumlarıyla başa çıkma süreçlerinin aile ilişkileriyle nasıl bir etkileşim içinde olduğu incelemektir.

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

H1: Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden sosyal destek arama boyutu arasında ilişki vardır.

H0: Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden sosyal destek arama boyutu arasında ilişki yoktur.

H2: Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden problem çözme boyutu arasında ilişki vardır.

H0: Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden problem çözme boyutu arasında ilişki yoktur.

H3: Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden kaçınma boyutu arasında ilişki vardır.

H0: Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden kaçınma boyutu arasında ilişki yoktur.

H4: Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden sosyal destek arama boyutu arasında ilişki vardır.

H0: Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden sosyal destek arama boyutu arasında ilişki yoktur.

H5: Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden problem çözme boyutu arasında ilişki vardır.

H0: Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden problem çözme boyutu arasında ilişki yoktur.

H6: Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden kaçınma boyutu arasında ilişki vardır.

H0: Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden kaçınma boyutu arasında ilişki yoktur.

1.4. Araştırmanın Soruları

1. Ergenlerin annelerinin eğitim durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2. Ergenlerin babalarının eğitim durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

3. Ergenlerin annelerinin çalışma durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

4. Ergenlerin babalarının çalışma durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

5. Ergenlerin anneleri ile zaman geçirme durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

6. Ergenlerin babaları ile zaman geçirme durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

7. Ergenlerin ailece zaman geçirme durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

8. Ergenlerin anne ve baba dışında evde yaşayan olup olmaması durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

9. Ergenlerin kardeş durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

10. Ergenlerin anne babaların evlilik devamlılığı durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

11. Ergenlerin cinsiyete göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

12. Ergenlerin ailelerinin ekonomik düzeylerine göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

13. Ergenlerin okul türlerine göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.5. Araştırmanın Önemi

Bu çalışmada kritik dönemlerden biri olan ergenlik döneminde bireyin stres durumlarıyla başa çıkmada, aileleriyle olan ilişki durumları incelenerek değerlendirme

ve öneriler sunulacaktır.Ergenlik dönemi bireyin yetişkinlik dönemi için oldukça önemli bir köprü niteliğindedir. Aynı zamanda bu dönemin içinde bulunmakta olan üniversite sınavı ve meslek seçimi birey için karar verme zorunluluğu sunmakta ve stres oluşturmaktadır. Ailelerin gelecek kaygılarını bireye yansıtmaları birçok değişikliğe uyum sağlamaya çalışan birey için bir sorumluluk oluşturmaktadır. Bu dönem içinde gençler, okul ve okulun getirdiği sorumluluklar, ailenin bu sürece uyumu, tepkisi ve ailelerin beklentileri, yaşadıkları ortamdaki bireyselliği, aynadaki görüntüleri, arkadaşlarıyla ilişkileri, gelecekte ne olmak istedikleri, şuan hissettikleri arasında birçok stres faktörüyle baş etme durumdadırlar. Ergenlik dönemi kültürel farklılıklara göre önem ve algılanış olarak her bireyde farklı etkiler göstermektedir.

Longo(2000)'ya göre ergenler stres durumlarını genellikle düşük öz saygı, güvensizlik ve öfke ile göstermektedirler. Aysan (1988)'a göre ise günlük hayatta stresle başa çıkmada zorlanılması ruh ve fizik sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir (akt. Aydın, 2008). Ergenlik döneminde yaşanılan stres durumlarında bireyler yanlış kararlar alabilmekte veya riskli davranışlara yönelebilmektedir. Bu nedenle kaçınılmaz olan stres durumlarında bireyin kullandığı başa çıkma stratejileri ve doğru ebeveyn desteği ile bireyin bu dönemi daha rahat atlatması sağlanabilmektedir. Ergenlik döneminin oluşturduğu stresin ve başa çıkma stratejilerinin algılanması, bu doğrultuda yanlış veya yetersiz kalan stratejilerin değerlendirip ebeveynlerin ve ergen bireylerin verilecek eğitimlerle ve önerilerle desteklenmesinde bu çalışmanın katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.6. Araştırmanın Varsayımları

Ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinin aile ilişkileri açısından incelendiği araştırmaya dair varsayımlar aşağıdaki gibidir;

Araştırmada kullanılan Kişisel Bilgi Formunun, Başa Çıkma Stratejileri Ölçeğinin ve Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeğinin güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracı olduğu kabul edilmiştir.

Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin, Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği, Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formuna içten ve samimi bir şekilde cevap verdikleri varsayılmaktadır.

1.7. Araştırmanın Sınırlılıkları

Ergenlerin aile ilişkileri Ebeveyn Ergen İlişkisi Niteliği Ölçeğinden elde edilen verilerle sınırlıdır.

Ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinin belirlenmesi stresle başa çıkma stratejileri ölçeğinden elde edilen verilerle sınırlıdır.

Araştırma sonuçları örneklem grubundan elde edilen verilerle sınırlıdır.

1.8. Araştırmanın Tanımları

Ergenlik: Latince pubertas kelimesinden gelen, yetişkinlik yani erinlik anlamında kullanılmaktadır. Ergenlik çocukluktan yetişkinliğe geçiş süreci olarak kabul edilirken kız veya erkeklerin biyolojik değişim ve fiziksel değişim süreçlerini içinde barındırmaktadır (Steinberg, 2017).

Stres: Kişinin içinden ya da dışarıdan gelen ve mevcut dengeyi veya duygusal, bilişsel,sosyal işleyişi bozma eğilimi gösteren ve onu bu dengeyi korumaya veya bozulan dengeyi yeniden kurmaya yönelik yeni davranışlara zorlayan gerçek ya da algılanan uyarıcılara verdiği fiziksel-ruhsal- bilişsel tepkilerdir (Sezgin,Budak&Kara,2017).

Stresle başa çıkma: Stresli olaylar ve günlük telaşlarla ilgili olarak fiziksel duygusal vepsikolojik yükü azaltmayı hedefleyen bir tepki olarak tanımlanabilmektedir(Folkman & Lazarus, 1980; akt.Hamarata,Arslan,Saygın&Özyeşil,2009).

BÖLÜM 2. KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1.Ergenlik

Ergenlik kelimesi yetişkinliğe doğru büyüyen anlamında kullanılmakta olan Latin kökenli adolescere yükleminden gelmektedir. Ergenlik kelimesi birçok toplumda çocukluk ile yetişkinlik arasında bir köprü görevi gören, bireyin kendisini olgunluğa hazırladığı bir dönem olarak nitelendirilmektedir. Bu geçiş döneminin kapsamış olduğu fiziksel, psikolojik, toplumsal değişiklikler bulunmaktadır. Bireyin bu süreçte geçirdiği değişimlere bakıldığında; başlangıçtan bitişe kadar kendisiyle daha fazla ilgilendiği, görünüşünün daha fazla önem kazandığı, gelecekteki benliğinin ve süreceği hayatın seçimleriyle kaldığı, cinsel gelişim adına birçok değişim yaşayarak artık çocuk sahibi olabilecek olgunluğa geldiği, bu olgunlaşmaların ona etkisi ve farklı düşünme yeteneği geliştirmesi, gelecek kaygısı ve bağımsızlık isteği bireyin hayatına oldukça etki etmektedir. Biyoloji, tarih, sosyoloji, antropoloji, psikoloji, eğitim gibi birçok alan bizlere ergenlik ile ilgili belli görüşler ve bakış açıları sunmaktadır. Ergenlik dönemi incelenirken bir evre gibi görmektense evreler dizisi olarak, geniş bir bakış açısıyla incelemek daha faydalı olabilmektedir (Steinberg, 2017).

Tarihsel olarak bakıldığında milattan önce Antik Yunan filozofları Aristotales ve Platon gençlik olarak nitelendirerek bu sürecin doğasına ilişkin yorumlarda bulunmuşlardır. Platon akıl yürütmenin çocukluğa dair olmadığını ve ergenlikte ortaya çıktığını söylemektedir. Aristotales ise olgunlaşmanın gençlik için ayırıcı bir özellik olduğunu ve bu dönemde seçme yeteneği gibi önemli bir yön kazanıldığını söylemektedir. Orta çağ incelendiğinde çocuk ve ergenler küçük bir yetişkin olarak görülmekte ve katı bir davranış şekline maruz kalabilmektedirler. Fransız filozof Jean-Jacques Rousseau ise on sekizinci yüzyılda çocuk olmanın veya ergen olmanın yetişkinlikle alakası olmadığına dair farklı bir bakış açısı sunmuştur ve akıl yürütmenin ergenliğin bir getirisi olduğunu söylemiştir. Bireyin bu dönemde duygusal olarak olgunlaştığını ve benmerkezcilikten etrafına ilgi duyar hale geldiğini savunan Jean-Jacques Rousseau gelişimin farklı yaşlarda farklı şekillerde olduğunu

söylemektedir(Santrock,2017). Jean-Jacques Rousseau aynı zamanda bu dönemde bulunan bireyin enerjisinin oldukça fazla olduğunu ve bunun bireyi merak etmeye yönelttiğini ve bu merakın öncelikli olarak kendini keşfetmede etkili olduğu vurgulamaktadır (akt.Çelen,2011).

Ergenlik dönemi yaşayan bireyin, ailesinin, çevresinin hatta uzmanların dahi tanımlamakta zorlandıkları bir dönem olabilmektedir. İçinde çok fazla değişim ve gelişimi barındırması sınırlandırılmasını zorlaştırırken, bireye göre oldukça farklı özellikler barındırmaktadır. G.Stanley Hall bu dönemi "fırtına ve stres" olarak nitelendirirken, Blos'a göre psikoseksüel gelişim evresinin sonucu olarak nitelendirilebilmektedir. Birçok kuramcı farklı olarak tanımlamış olsalar da ergenlik dönemi bireyi, çevresini ve toplumu etkilemekte olan bir dönem olma özelliğindedir. Gençler genellikle ülkelerin, kültürlerin ve ekonominin şekillenmesinde oldukça rol oynayan bir kesim olmaktadır. Gençlerin ilgileri ve istekleri besinden, kitaplara, giysilerden düzenlenecek aktivitelere kadar birçok alana etki etmektedir. Ergenliği başından sonuna bir yolculuk olarak düşünürsek bireyin gelecekte oluşturacağı kişi için uğradığı duraklardan bilişsel, bedensel, toplumsal birçok kazanım alarak yoluna devam etmesi vardığı noktadaki benliğine oldukça katkı sağlamaktadır. Bu dönem bireye gelecekte karşılaşmakta olduğu sorunları çözmekte toplamış olduğu kazanımlarını kullanabilecek bir nitelik kazandırmaktadır (Gander & Gardiner,2015). Ergenlik dönemi birey için yüksek haz dönemi ve ödül duyarlılığı olarak nitelendirilmektedir. Genellikle bireylerin cinselliğe olan ilgilerinin üst noktada yaşandığı, riskli davranışlara ve tehlikeye ilginin arttığı, duygu durumunun sık sık değiştiği bir dönem olan ergenlik dönemi bireylerin tutku ve heyecan düzeylerini arttırmaktadır. Bu üst düzey tutku ve heyecanın sınırsız yaşanmasına engel olan bir unsurda beyin yapısının gelişmesidir. Beyin yapısının gelişmesi bireye daha kapsamlı düşünme özelliği kazandırarak heyecan düzeyini daha kontrollü yaşamasına neden olabilmektedir (Steinberg, 2018).

2.2.Ergenlik Dönemi Genel Özellikleri

Gelişim, yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Ergenlik dönemi birçok değişim örüntüsünün gözlenebildiği bir dönemdir. Bireyde oluşan fiziksel değişimler biyolojik temelli, akıl yürütme ve düşüncelerdeki değişimler bilişsel temelli, duygularda ve ilişkilerde oluşan değişimler sosyoduygusal temelli olabilmektedir. Çocukluk çağının

belli gelişim görevlerini tamamlamış olan bireyler ergenliğe girerek o döneme ait gelişim görevleriyle yüzleşmektedir. Ergenlik dönemi için sabit bir yaş bulunmamaktadır. Her birey için kendi gelişim sürecine göre ergenliğe giriş ve ergenlik bitişi bulunmaktadır. Yaklaşık olarak ergenliğin başlangıcı 10-13 yaşları olup bitişi ise 18-22 yaşlarda olabilmektedir. Erken ve geç ergenlik durumları da bireylerde etkili olabilmektedir (Santrock,2017). Her gelişim döneminde olduğu gibi ergenlik dönemi içinde bireyin üstesinden gelmesi gereken belli gelişim görevleri bulunmaktadır. Bu görevler bireyin içinde bulunduğu topluma ve kültüre göre değişiklik gösterebilmektedir. Bu görevler bireyin gelişmekte olan bedenine uyum sağlayabilmesi,akranlarıyla ilişki kurabilme, meslek seçimine karar verme, kendi kararlarını verebilme, kişisel değerlerini oluşturma bunlardan bazıları sayılabilmektedir (Baymur, 2017).

Ergenlik dönemi her birey için farklı seyreden bir dönem olsa bile bazı evrensel noktalar ergenliğin bileşenleri olarak karşımıza çıkmaktadır. Bunlar; ergenlik döneminin getirdiği biyolojik değişinler, ileri düşünme yeteneklerinin ortaya çıkması ve bireyin toplumda yeri roller edinebilmesidir. Bu bileşenleri tamamlayan arkadaş, aile, okul, çevre gibi birçok faktörde bireye oldukça etki etmektedir. Ergenlik döneminde birey kendini keşfetmeye ve anlamaya başlar ve kendisine bir kimlik edinmeye çalışır.Bu sürecin getirisiyle bazı bireyler de yetişkin olduğunda başarılı ve yetkin bir kişi olma amacı oluşurken bazılarında ise başarı kaygısı olmadan okuldan uzaklaşmalar görülebilmektedir. Bu döneme uyum sağlamakta güçlük çeken veya bu süreci zor bir yaşamın içinde geçirmekte olan bazı bireylerde madde ve alkol kullanımı, çatışma sıklığı ve şiddet kullanımı, suçluluk, dışa vurum ve depresyon gibi sorunlar gözlemlenebilir (Steinberg, 2017).

Ergenlik dönemi bahsedilen birçok stres durumunu içinde bulundurmaktadır. Bu süreçte bireylerin en çok ihtiyaç duyduğu şeylerden biri ailelerinin desteği olmaktadır. Bu değişim sürecinde parçalanmış ailelerde yaşayan bireyler için stres durumu diğer bireylere göre daha fazla olabilmektedir. Boşanma veya kayıp yaşanmış ailelerde tek ebeveyn olması ya da farklı kişilerin aileye dahil olması ergen bireyi etkileyebilmektedir. Yaşları ne olursa olsun her birey ailesi tarafından sevgi ve ilgi görmeye ihtiyaç duymaktadır. Bu ilgi ve sevginin eksilmesi veya sevgi gösterilmemesi

bireyin süreç içinde yaşadığı zorluğu arttıran niteliktedir(Çivilidağ,2020). Ergenlik dönemi içindeki birey kendisini her şeyin merkezi olarak görmektedir ve dünyanın sadece onun etrafında döndüğünü düşünmektedir. Yaptıklarına, söylediklerine, görünüşüne, hislerine ve düşüncelerine oldukça önem verdikleri bir dönemin içindedirler (Sarı,2008). Ergenlik döneminde bireyler sınırları zorlama isteğiyle birçok şey yapabilmektedirler. Bu süreçte aslında istekleri her şekilde kabul görebileceklerini bilmektir. Aileler çocuklarına her zaman bunu ifade etseler de çocuk buna dair bir kanıt görmek için sınırları zorlar ve ailesinin yanında olup olmamasına bakar. Aileler çocuklarına gerekli güveni, desteği ve ihtiyaç duydukları iletişimi verdiklerinde süreç içinden büyük bir stres paydasını çocuklarıyla paylaşmaktadır (Villanueva,2019).

Yaşadığımız hayatın getirisi olarak belli bir yaşa kadar başka bir kişiye bağlı bir hayat sürmekteyiz. Aynı evde yaşayan insanların ilişkileri birbirlerini etkilemektedir. Belsky (1981) yaptığı çalışma sonucunda evlilik sürecindeki ilişkinin, anne babalık durumunu da etkilediği ve bu doğrultuda çocukların davranışlarının ve gelişiminin de etkilediğini savunmaktadır (akt. Akün,2013). Ülkemizde bireyler ergenlik döneminde genellikle ailesi ile birlikte aynı evi paylaşmaktadır. Aileler düşünce yapılarına, rollerine, ilişkilerine göre farklı özellikler gösterebilmektedir. Doğumdan itibaren ailesinin düşünceleri, inançları ve yönlendirmesi ile ilerlemekte olan birey, ergenlik döneminde değişen düşünce yapısıyla birlikte ailesinin düşünce ve kararlarını da sorgulamaya başlamaktadır. Ergenlikte bireyin özerk olma, karar mekanizmasında yer alma isteği, kendi düşünce ve istekleri birey ile ailesinin ilişkisini oldukça etkilemektedir. Ailelerin bu durumu kabul etmeme, uyum sağlamada güçlük çekme veya tepki göstermeleri gibi durumlar gözlemlenirken, birey ve ailenin iletişimi, ilişkisi ergenlik dönemini oldukça etkileyen bir alan tutmaktadır (Kulaksızoğlu, 2017).

Ergenlik döneminde bireyler uyum sağlama süreci geçirirken, ebeveynlerde uyum sağlama süreci geçirmektedir. Doğumdan bu yaşa kadar çocuklarında gördükleri, benimsedikleri çoğu özellik artık değişmektedir. Aileler bu süreçte çocuklarının kendi düşünce ve algılarından uzaklaşmasını kabul etmekte güçlük çekerken, çocuklarıyla çatışma ve zıtlıkların doğması olağan kabul edilmektedir. Ebeveyn ile ergen bireyin ortak bir iletişim kurma yolunu tercih etmemeleri halinde çatışma oluşumu engellenerek çözüm yoluna ulaşmak daha kolay olabilmektedir. Bireyler ailelerle yaşadıkları olumsuz

deneyimlerle nasıl başa çıkacaklarını öğrenmedikleri zaman ilerleyen yaşlarda kedine yabancılaşma duygularını tahlil edememe veya bastırma gibi durumlar gözlenebilmektedir (Atalar &Atalay,2018). Ebeveynlerin düşüncelerin aksine ergenlik döneminde bulunan bireyler değişen bilişsel yapıyla birlikte verdikleri kararların getirilerini düşünerek sonuçlarını göze almaya daha yatkın olmaktadır (Şen,2011). Bu nedenle ailelerin farklı düşüncelerin ve bakış açılarının zararlı olmadığını ve birbirlerini anlamaya çalıştıkça, saygı duydukça ortak çözüm noktaları bulabileceklerini bilmeleri iki taraf içinde olumlu yönde olacaktır (Abalı,2012).

Wang, Liu ve Wang, (2013) doğrultusunda ergen bireylerin aileleri ile ilişkilerinin olumsuz olmasının, ergen bireyin sorunlu davranışlar sergilemesinde ve duygusal sorunlar yaşabilmesinde en önemli risk faktörü olduğunu bilmekteyiz (akt.Say,2016). Ergenlik dönemi içinde güven çerçevesinde kurulan sağlam bağlar ergen birey için oldukça önemli kabul edilmektedir. Aileler bu dönemde bağımsızlığına daha çok önem veren ve kendine bir alan yaratma isteğinde olan çocuklarını kaybettiklerini düşünmek yerine anlama ve destekleme yöntemini tercih ettiklerinde bağlılıkları daha da artabilmektedir (Aydın,2015). Ergen birey ile anne ve babasının ilişkilerinin önemini vurgulayan Winnicott (1971) bu dönemin sadece bedensel bir gelişimden ibaret olmadığını aynı zamanda bireyin bağımlılık durumundan bağımsızlık durumuna geçiş yaptığını ifade etmektedir (akt.Seçkin,2015).

2.3.Ergenlik Dönemiyle İlgili Yaklaşımlar

2.3.1. G.Stanley Hall

G.Stanley Hall (1844 - 1924) ergenlik dönemi ile ilgili bilimsel çalışmalarda öncülük eden bir psikolog olma özelliği taşımaktadır. Ergenlik dönemine oldukça önem veren Hall, evrim kuramcısı Charles Darwin'den etkilenmiştir. Charles Darwin'in benimsediği görüşlerini ergenlik dönemine yansıtarak, gelişimin biyolojik kontrol sistemi tarafından kontrol edildiğini savunmuştur. Hall ergenlik dönemini çatışma ve duygu dalgalanmalarının fazla olduğu bir dönem olarak ifade ederek bu döneme "fırtına ve stres " dönemi olarak nitelendirerek bireyin içinde bulunduğu durumu ifade etmiştir. Stanley Hall ergenlik dönemi içindeki bireyin duygu ve davranışlarında çalkantılar olabileceğini söylemektedir. Bir an kibirli bir davranış sergilerken başka bir alçak

gönüllü olabilmektedir. Mutluluk ve üzüntü anlarını anlayabilmek oldukça güç olmaktadır. Arkadaşlarına karşı benimsediği tutum bir söz veya davranış sonucu çok çabuk değişebilmektedir. Hall bu değişkenliği irdeleyerek değişkenliğin ve stres durumundaki artışın ergenlik döneminin bir getirisi olduğunu o dönemde ifade etmiştir (Santrock,2017).

Granville Stanley Hall modern psikolojinin öncüsü olmuş Amerikalı bir psikologdur. Hall insanın gelişim düzenlemelerinin her bireyin kendinde kayıtlı olduğunu savunmaktadır. Birey anne karnından itibaren olgun döneme gelene kadar geçmişten gelen genetik izleri taşır ve bu izleri yeniden yapılandırır buna özününü yenileme denilmektedir. Hall geçirilen her dönemin evrimde bir karşılığı olduğunu söylemiştir. Çevrenin önemsiz olduğunu savunmuştur içten getirilenle evrimin önemini vurgulamıştır. Granville Stanley Hall gelişimi dört evreye bölerek işlemiştir.

1-Küçük çocukluk (0–4 yaşlar)

2-Çocukluk (5-7 yaşlar)

3-Gençlik ya da ön ergenlik (8–12 yaşlar)

4-Ergenlik (13-24 yaşlar)

Ergenlik dönemini karmaşık ve stresli bir dönem olarak gören Hall ergenliğin yaşamın gidişatını değiştirebilecek bir dönem olduğunu savunmaktadır. Bu dönem içinde ergen bireyin toplumda rol edinerek, bilinci artarak ve akıl yürütme, iletişim gibi alanlarda aktif rol alarak olgunlaşma sürecine gireceğini ifade etmektedir. Çevre etkisini yadsıması bu kuram için eksi özellikte olmuştur ve Hall bu konuda çok eleştiri almıştır. Hall anne babaların ve eğitimcilerin bunu dert etmemesini ve çevre etkisinden bireyi etkilemeyeceğini genetik mirasın yeterli olacağının üstünde durmaktadır (Cloutier & Onur, 2019).

Hall bu dönemde ergenin özgeci davranışının arttığını ayrıca ergenlerin çok fazla arkadaş grubunda etkilendiğini belirtmektedir. Ergenlerin davranışlarında ve karar almalarında ikilemler ve belirsizlikleri sık yaşadığını belirten Hall ergenliği fırtınalı dönem olarak nitelendirmiştir (Çelen,2011). Bilim adamı olan Hall, ergenlik dönemi kavramını psikolojiye kazandırmasıyla ünlenmişti ve uğraş alanı olarak kendine çocuk

ve ergenliği seçmiştir. Kuramında Darwinden etkilenmiş ve onun görüşlerini kendi uğraş alanıyla ilişkilendirmiştir. Ergenlik dönemindeki bireyi çelişkili ve farklı tepkiler veren geçiş süreci içinde görmüştür. Hall ergenlik dönemindeki bireyin düşünebilen, karar verebilen, mantıklı seçenekler üretebilen ve hayatına yön veren kararlar alabilen nitelikte olduğunu savunur. Bu kuram geliştirilememesi ve eksik bilgi birikiminden dolayı 20.yüzyılın başlarında değerini kaybetmiştir (Kulaksızoğlu, 2017)

G.Stanley Hall özünü yineleme kuramında gelişimin çevre etkisinin oldukça az olduğunu düşünmektedir. Hall genetik miras ve biyolojik güçlerin oluşturduğu içgüdünün gelişimi yönettiğini savunmaktadır. G.Stanley Hall ergenliği türümüzün uygarlığa dönüşmesi olarak betimleyip, evrimle bağlantılı bir düşünceye sahip olmaktadır. Bu dönem için hormonal birçok değişikliğe maruz kalan bireyler için, başta kendileri ve etrafındaki insanlar için bir dizi karışıklık meydana gelmektedir. Hall, hormonların tetiklediği gençler öfkelendiğinde en ideal yolun ortak bir yönetme yolu bulmak olacağını düşünmektedir (Steinberg, 2017).

G.Stanley Hall ergenlik döneminde kızların ve erkeklerin farklı çizgilerde hareket ettiğini savunmaktadır. Bu dönemde bireyselliğin geliştiğini ve yeniden bir doğuş gerçekleştiğine inanmaktadır. 1904 yılında yayınlamış olduğu iki ciltlik kitabında cinsel gelişimden fiziksel gelişime, ergenlik aşkından bu dönemde yapılan yanlışlara, zihinsel gelişimden sosyal dürtülere birçok konuda bölümler yer almaktadır. Hall aynı zamanda evrimden etkilenerek çocukluğu evrimin en alt düzeyine benzeterek ergenliği daha üst düzey olarak kıyaslamış ve ergenlik dönemindeki bireyin daha eğitilebilir ve şekillendirilebilir olduğunu savunmuştur. G.Stanley Hall'un özünü yineleme ismini verdiği kuramı 20. yüzyılın başlarında eleştirilere maruz kalmış ve kuramı zayıf olarak nitelendirilmiştir. Eduard Thorndike (1904) çocukların evrim ile kıyaslanarak hayvanlar aleminden bir canlıya benzetilerek kıyaslanmaması gerektiğini ve çocuğun çok daha üstün özelliklere sahip olduğunu belirterek Hall'un kuramını eleştirmektedir (akt.Kulaksızoğlu, 2017).

2.3.2. Sigmund Freud

Sigmund Freud danışanlarıyla görüşmelerini analiz ettiğinde, danışanlarının sorunlarının genellikle yaşamlarının ilk yıllarıyla bağlantılı olduğu düşüncesine varmıştır. Freud çocukların gelişimleri sırasında haz odaklarının ağız, anüs ve genital

bölge olarak sıralandığını ifade etmektedir. Freud gelişimi oral dönem, anal dönem, fallik dönem, latent dönem ve genital dönem olmak üzere beş döneme ayırmıştır. Freud yetişkin dönemimizdeki kimliğimizin, bu her dönemdeki haz ve gerçeklik çatışmalarıyla bağlantılı olduğunu söylemektedir. Sigmund Freud gerilim ve çatışmanın ergen yaşamında olduğunu ifade ederken, gerilim sebebinin bilinçdışına atılanlar olduğunu ifade etmektedir (Santrock, 2017).

Sigmund Freud psikoanalitik kuramda çocukluk üstünde yoğunlaşmış ergenliğe daha az değinmiştir fakat çocukluğun ergenlik dönemi hatta yetişkinlik dönemindeki etkisini de göz ardı etmemiştir (Kulaksızoğlu, 2017).

Freud psikanalitik kuramında analiz ettiği bireylerin problemlerinin doğumdan sonraki ilk dönemlerde yaşananlarla bağlantılı olduğunu savunmuştur. Freud gelişimi oral dönem, anal dönem, fallik dönem, latent dönem ve genital dönem olarak beş döneme bölerek incelerken haz duygusunu temel almıştır. Freud ergenlik dönemindeki bireyin yaşadığı problemleri ve içsel çelişkileri bilinç dışına attığını ve bu problemlerin birikerek büyüdüğünü savunmaktadır.

Freud kişilik kavramını id, ego ve süperego olmak üzerek üç bölüme ayırarak incelemiş ve bireyin kişiliği oluşurken bilinçdışının etkisini vurgulamıştır (Santrock, 2017).

a) İd: haz kaynağıdır içgüdülerin ve dürtülerin toplandığı yerdir. Aynı zamanda ego ve süperegonun enerji kaynağı olarak nitelendirilir.

b) Ego: dentim merkezi olarak nitelendirilmektedir. Bireyin yaşamın gerçekliğine uyum sağlamasını ve zihinsel işlevleri kontrol etmektedir.

c) Süperego: ahlaki boyutu ele almaktadır. İyiyi, kötüyü, yasakları nitelendirmektedir.

Freud her zaman biliçdışına çok önem vermiştir ve asıl dikkat edilmesi gereken noktayı bilinçdışı olarak görmüştür. Freud kuramında iki önemli noktaya değinmektedir.

1) Çevreye uyum sağlamada etkin olan ego gelişimi

2) Psikoseksüel gelişimin beş evresine göre yol alma.

Psikoseksüel gelişimin beş evresi ise;

A) Oral dönem (0-1, 0-1,5) haz kaynağı olarak ağız ön plandadır.

B) Anal dönem (1, 1,5–3) haz kaynağı anal bölge olarak nitelendirilmektedir.

C) Fallik dönem (3–6) genital organlara farkındalık ve doyum.

D) Gizil dönem (7–12) çevresinin oluşmaya başladığı dönemdir.

E) Genital dönem (12-18, 12-20) cinsel doyum ve dürtünün artması dönemidir (Cloutier & Onur, 2019).

Freud okulun ve kültürel değerlerin sosyal becerilerin gelişimde çok fazla etkili olduğunu savunurken rol denemelerinin gelecek adına etkisini de ergen gelişiminde etkili bulmaktadır. Freud genital dönem bireyin cinsel dürtülerini doyuma ulaştırmak istediğini fakat çevre ve gelenek baskısı nedeniyle bunun engellendiğini savunmaktadır (Çelen, 2011).

Sigmund Freud birey için 0-6 yaşın önemini vurgulayarak bu süreçte yaşadıklarının bireyin tüm hayatında etkili olduğunu ifade etmektedir. Freud kendi ifadesiyle kuramını " bir çeşit sinirsel enerji ekonomisi" olarak tanımlamaktadır. Aynı zamanda kuramında sinirsel enerjiyi libido, gerilim veya ruhsal enerji, dürtü enerjisi gibi de betimlemektedir. Fizik alanından esinlenerek ifade etmiş olduğu sinirsel enerji, zihinsel imgelerle etkileşimde bulunarak dönüşebilir veya boşaltılabilir. Bu enerji boşatılamadığında anksiyeteye dönüşebilmektedir. Bireyler için biyolojik temelli olan ve talepler oluşturan içgüdüler bulunmaktadır (Steinberg, 2017).

2.3.3. Anna Freud

Sigmund Freud'un kızı olan Anna Freud (1895-1982) ergenlik süreci ile daha fazla ilgilenmiş ve bu dönemin oldukça etkili olduğunu vurgulamaktadır. Anna Freud ergenlik dönemindeki bireyin karşılaştığı problemlerin ve kararsızlıkların çocukluk döneminden daha farklı olduğun savunmaktadır. Anna Freud ergenlik dönemi sonunda süperegonun arttığını ve bu durumun birey için güçlük oluşturduğunu ifade etmektedir. Birey yetişkin hayatına adapte olmaya çalışırken, haz durumları ile süperego arasında kalarak çelişkili bir sürecin içinde yer almaktadır. Bireyin zihinsel yapısı ergenlik

döneminin etkisiyle hızla gelişmekte ve bireyi daha fazla düşünmeye itmektedir. Anna Freud bireylerin bu dönemde zihinsel süreçlerini savunma mekanizmalarında kullandıklarını ifade etmektedir. Anna Freud bireylerin ergenlik dönemi içinde cinsel dürtülerle karşılaşması durumunda çare olarak anne ve babasından uzaklaşmayı seçtiklerini ve uzaklaşma sonucu ailesinin sevginin ve desteğinin eksikliğini arkadaşlarıyla kapatmaya çalıştıklarını savunmaktadır (Çelen, 2011)

Anna Freud savunma mekanizmalarının ergeni anlamak adına oldukça önemli olduğunu ifade etmektedir. Savunma mekanizmalarını kaygılarını azaltmak için kullanan ergen bireyler, bu mekanizmaları kullanmayı arttırarak, hayatlarına dahil ettiklerinde bu durum sağlıksız bir boyuta dönüşebilmektedir (Santrock,2017).

2.3.4. H. S. Sullivan

Sullivan (1892-1949) insanların en çok ihtiyaç duydukları şeyin güven olduğunu belirtmektedir. Güveni insanların kaygılarını yenebilme ihtiyacı olarak tanımlayan Sullivan, yakınlık, sevgi gibi kişilerarası ihtiyaçların önemini vurgulamıştır. Sullivan kaygıyı oluşturan şeyin insanların arasındaki ilişkiler olduğunu ifade etmektedir ve özellikle çaresizliğin kaygı oluşumunda oldukça etkili olduğunu savunmaktadır. Aynı zamanda Sullivan kaygının temellerinin bebeklik döneminden geldiğini ifade etmektedir. Sullivan ergenlik dönemini "cehennem" olarak nitelendirmekte ve bu nitelendirmenin kültürlerden kaynaklandığını açıklamaktadır. Sullivan kültürlerin ergenlik dönemindeki birey için açıklayıcı ve hazırlayıcı bir tutumda bulunmaması ve özellikle cinsellik konusunda kısıtlayıcı tutum sergilemesinin bireyin hayatını cehenneme çevirme olarak yorumlamaktadır. Sullivan ergenliği insanlar arası ilişkilerin önemini göze alarak ön ergenlik, erken ergenlik ve geç ergenlik olarak üç grupta incelemektedir. Sullivan ön ergenliği bireyin kendi cinsiyle bağ kurma ihtiyacının ortaya çıktığı dönem olarak ifade etmektedir. Bireylerin cinselliğe karşı ilgilerinin artması ve cinsel davranışlarda bulunmaya başlamasıyla, erken ergenlik döneminde olduğunun anlaşıldığını vurgulamaktadır. Sullivan bireyin sorumluluk almaya başladığı, yaşamak istediği cinsellik seçiminin yetişkinlik döneminde de sürdürülebilir olduğunu düşündüğü dönemin ise geç ergenlik dönemi olduğunu ifade etmektedir (Dinçel, 2006).

Sullivan bu süreç sonrasında artık bireyin kişiliğinin oturduğunu ve ilişki kurabilir hale geldiğini, yaşadığı gerilim ve stresi yönetmede daha başarılı olduğunu ve

farklı savunma mekanizmaları kullanabilir hale geldiğini vurgulamaktadır. Aynı zamanda bu dönemleri başarılı şekilde atlatarak yetişkinlik dönemine geçen bireylerin uygarlığa ulaştığını daha insani özellikleri yerine getirmeye başladığını savunmaktadır (Geçtan,2020).

2.3.5. L.D. Elkind

Elkind (1967) ergenlik dönemi benmerkezlilik kavramının üstünde yoğunlaşarak bu kavramı iki düşünce şekliyle ele almaktadır. Bunlardan ilki kişisel söylencedir. Kişisel söylencenin nitelendirdiği özellikler bireyin eşsiz ve benzersiz olduğunu, kendine özgü ve biricik olduğunu, zarar görmeye uzak olduğunu ve bireyin yaşadıklarının sadece bireyin yaşayabileceği şeyler olduğunu düşündüren özelliklerdir. Diğer bir düşünce ise hayali seyirci adını verdiği ergenlik döneminde bulunan bireyin zihninde kurguladığı, kendini seyreden bir seyircinin olduğu düşüncesidir. Bu seyirci ergen bireyle oldukça ilgilenen, onu gözlemleyen, hatalarını fark eden, davranışlarını kontrol edebilen bir niteliktedir. Elkind benmerkezlilik kavramının en yüksek noktasının ergenliğin başlangıç döneminde olduğu ve ilerleyen zamanlarda azaldığını ifade etmektedir (Aydemir Sevim,Doğan Laçin,Aşçıoğlu Önal, Avşar, 2019).

Elkind ergenlik dönemindeki bireyleri anlatırken kendilerini bir sahnede gibi gördüklerini ve oldukça önemsediklerini vurgulamaktadır. Ergen bireylerde bu önemsemenin ve benlik bilincinin artmasının sonucu olarak kendini beğenme ve kendine dikkat verip kusur bulma arasında bir git gel yaşanmaya başlamaktadır. Erkek ergenlerde saçlarına dikkat etme ve ünlü kişilere özenme, kız ergenlerde ise dergilerde bulunan örnek aldıkları kişiye benzeme çabası ve makyaj yapma gibi durumlar gözlenebilmektedir. Elkind ergenlik dönemindeki bireylerin gözlem yapmak yerine gözlenmek istediklerini ifade etmektedir. Ergenlik döneminde yaşanan bu durumun bireyin on beş, on altı yaşlar gibi sona erdiğini artık gözlendiğini düşünmediğini daha gerçekçi düşünmeye ve davranmaya başladığını düşünmektedir (akt.Gander&Gardiner, 2015).

2.3.6. Erik Erikson

Erikson, (1968) Freud'un doğumdan sonraki ilk dönemlere yönelimini eleştirel yaklaşarak, gelişim sürecinin ve değişebilirliğin doğumdan ölüme kadar devam ettiğini savunmaktadır.

Erikson’a göre gelişim sekiz farklı bölümden oluşmaktadır.Bunlar;

-Güvene karşı güvensizlik

-Özerkliğe karşı utanç ve şüphe

-Girişimciliğe karşı suçluluk

-Başarıya karşı aşağılık duygusu

-Kimlik kazanımına karşı kimlik karmaşası

-Yakınlığa karşı yalnızlık

-Üretkenliğe karşı durgunluk

-Benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk 'tur.

Her bölümün kendi içinde atlatılması gereken bir görevi bulunmaktadır. Birey bu görevleri tamamlamadıkça gelişmekte ve yol almaktadır. Ergenlik dönemindeki birey kendini, hayatını, cinsiyetini, kimliğini ve geleceğini tanımlama çabasındadır (Santrock, 2017).

Gizil döneme karşılık gelen bu dönemde birey çevresine ve ilgi alanlarına ağırlık vererek gelişmektedir. Kimlik bulanımı adı verilen beşinci evre ise ergenlik dönemidir. Bu dönemi bir keşfetme dönemi olarak gören Erikson bu dönemde bireyde oluşan duygu ve düşüncelerin bireyden bireye değişen kendine özgü olduğunu savunmaktadır. Bu dönemin oldukça önemli olduğunu vurgulayan Erikson bu dönemde kişisel kimlik oluşumunun sağlandığı ve bu dönemde herhangi bir başarısızlığın sorumluluğunun bütün yaşamı etkileyeceğini savunmaktadır. Altıncı evre ise yakın ilişki diye adlandırılan yakınlık evresi, iki kimliğin kaynaşması olarak nitelendirilmektedir. Soy üretme evresi diye adlandırılan yedinci evrede çocuk sahibi olma ve onlara yardımcı olma genel anlamda bir iz bırakma dönemidir. Sekizinci evre ise aşkınlık olarak isimlendirilir. Yaşamın son bölümünü oluşturan bu evrede yapacağının en iyisini yapmış olma düşüncesi hâkimdir (Cloutier & Onur, 2019).

Erik Erikson kimliği şekillendirmenin ergenlik dönemi için en önemli görevlerden olduğunu düşünmektedir. Ergenlik döneminde birçok önemli karar vermesi

gereken birey, aslında bu süreçte geleceğe dair planlar oluşturabilme özelliğini kazanmamış durumdadır. Bu nedenle ergenlik döneminde bazı bireylerde ipotekli kimlik gözlenebilmektedir. İpotekli kimlik bireye bir otorite tarafından dayatılmış kararlardan oluşmaktadır. Bu bireyler kişisel sorumluluk almak yerine başka düşüncelere uyum sağlamayı tercih ederler. Zıt bir düşünceyi kabul etmekte sıkıntı yaşarlar. Bu kimliğe sahip bireylerin benlik saygısı araştırıldığında yüksek bulunmaktadır (akt.Çelen,2011). Erikson, kimliği ifade ederken bireyin hayatı boyunca kendisine sorduğu "ben kimim?" sorusunun içinde bulunduğu döneme ait cevabından oluştuğunu vurgulamaktadır. Böylelikle kimlik her dönemin gerekli görevlerini tamamlayarak bir sonraki döneme geçen bireyler için her dönem sonunda yeniden doğrulanmaktadır (akt.Miller,2017).

2.3.7. Peter Blos

Peter Blos (1904-1986) Freud'un grubuna katılıp çalışmalarını ergenlik dönemi üzerinde yapmıştır. Peter Blos ergenlik döneminde bireylerin tamamlaması gereken dört görev olduğunu ifade etmektedir.

Bunlar; 1- İkinci bireyselleşme

2-Çocukluk travmaları

3-Ego sürekliliği

4-Cinsel kimlik

İkinci bireyselleşme sürecinin dayanağı olan birinci bireyselleşme süreci olmaktadır. M. Mahler (1975) fizyolojik doğum ve psikolojik doğum olarak doğumu iki şekilde ele almaktadır. Erken çocukluk döneminde çocuğun annesi ile ortak yaşamdan ayrılarak anneyi içselleştirdiği ve ayrı işlev gördüğü doğuma psikolojik doğum denir. Mahler bu ayrışma ve bireyselleşmenin kimlik gelişimi için oldukça önemli olduğunu düşünmektedir. Yeni doğmuş bir bebek kendisini dış dünyadan ayırt edemez ve dış dünyaya dair farkındalığı oluşmaz. Büyümeye başladıkça dış dünyayı ayırt etmeye başlar. Annesini veya bakım verenini fark etmeye başlar. Bebek annesi veya bakım verenini kendisinin uzantısı olarak görmektedir. Annesi veya bakım verenini uzantısı olarak değil, ayrı varlıklar olarak algılamaya başladığında ayrışmada başlamaktadır.

Bebekler için bu oldukça zor bir süreç olmaktadır. Bu nedenle iki yaş civarında problemler yaşanabilmektedir.

Anneden veya bakım verenden ayrışmak zor bir süreç olduğu için bebek anneyi veya bakım vereni içselleştirmektedir. Bu zor süreç bazı çocuklarda ikilemlerin artmasına sebep olabilmektedir. Yemek isteyip yememek, çoğu şeye hayır demek, gitmek isteyip istememek gibi durumlar gözlenebilmektedir. Bu nedenle bu dönemi rahat geçirme adına geçiş objeleri kullanılmaktadır. Winnicott (1953) tarafından isimlendirilen geçiş objeleri anne veya bakım vereni ile temas etmiş objeler olmaktadır. Peter Blos ikinci bireyselleşme sürecinde birinci bireyselleşme ayrışma sürecinde içselleştirilmiş temsili anne, babanın ergenlik döneminde dışa atıldığını ifade eder ve bu duruma "simbiyotik zardan kurtulma" ismini vermektedir (akt.Çelen,2011).

Blos'a göre 2 ve 3 yaşlarındaki çocuk ile 11 ve 12 yaşlarındaki çocuk hızlı değişiklikler ve görülen patolojiler açısından birbirine benzer nitelikler taşımaktadır. Bu dönemi başarılı tamamlaması için bireyin kendisi ve diğerleri ile arasında bir denge sağlaması gerekmektedir. İkinci bireyselleşme sürecinde birincide olduğu gibi kararsızlıklar görülebilmektedir. Genellikle bunun nedeni bağımsızlık isteği olmaktadır.Ergen bireyler aileleriyle sevgi ve nefret karşımı bir ilişki şekli benimsemektedir. Belli zamanlarda ailesi ile çatışma yaşayan bireyler savunma mekanizmalarını kullanmaktadır. Bunlardan en sık rastlananlar geriye dönüş, karşıt tepki gösterme olabilmektedir. Ergenlik döneminde de geçiş objeleri kullanılır fakat bunlar birinci döneme göre farklı nesneler olmaktadır. Bunlar markalar, günlük defterleri, hobiler gibi gözlemlenmektedir.

Ergenlik döneminde ayrışmada zorluk yaşanmasının nedeni güvensiz bağlanma olarak görülebilmektedir. Çocukluk travmalarının üstesinden gelme konusunda Blos, bireyin bu travmalarla baş edebilmesini ve bunları aşmadığı sürece yetişkinlik hayatının sağlıklı devam edemeyeceğini ifade etmektedir. Peter Blos ergenlik döneminin birey için çocukluktan gelen travmalarının çözümlenebileceği bir dönem olduğunu düşünmektedir. Blos bireyin çocukluktan getirdiği travmaların karakter üzerinde artıları ve eksileri olduğunu belirtmektedir. Bazı travmalar bastırılır, bazıları ise karakter oluşumuna dahil olabilir. Ergenlik döneminde bireyin daha önceden içselleştirdiği anne ve baba figürlerinden uzaklaşma isteği ego olgunluğu olarak ifade edilmektedir. Ego

sürekliliği ise geçmişteki artı ve eksileri, yaşanılan deneyimleri bütünüyle ifade etmektedir. Birey geçmişteki deneyimlerini kabul etmediğinde ego sürekliliğinden bahsedilememektedir. Peter Blos pozitif oedipal karmaşa ve negatif oedipal karmaşadan bahsetmektedir. Pozitif oedipal karmaşayı aynı cins ebeveyne duyulan sevgi, negatifi ise karşı cinse duyulan sevgi olarak ifade etmektedir. Ergenlik döneminde bireyin negatif karmaşayı çözümlemesi beklenmektedir (Çelen,2011).

2.3.8. Mc Candless

Mc Candless (1970) ergenlik ile ilgili düşüncelerinde sosyal öğrenme kuramını temel almıştır. Mc Candless bireyin davranışlarının dürtülerin etkisinde gerçekleştiğini ifade ederken dürtülerin öğrenme ile etkileşimli olduğunu da belirtmektedir. Ergenlik dönemi açısından cinselliğin önemli bir yer tuttuğunu vurgulamaktadır. Aynı zamanda saldırganlık, merak, bağımlılık gibi isteklerin veya dürtülerin bireye etki ettiğini ifade etmektedir.Bireylerin deneme ve yanılma yolu ile dürtülerinin istek ve sonuçlarını öğrendiklerini ve davranışlarının gidişatını öngörebildiklerini vurgulamaktadır. Candless ergen bireylerin içinde bulundukları kültürün dürtülerine etki ettiği ve bu durumun bireylerde baskı oluşturabildiğini belirtmektedir. Ergenlik döneminde farklılaşan toplum beklentisinin ergeni etkilediğini belirten Candless bu durumun bireyde çelişki yarattığını düşünmektedir (Kulaksızoğlu,2017)

Mc Candless bağımlılığın bireyi rahatsız eden bir dürtü olduğunu ifade etmektedir. Candless bazı kültürlerin bağımlılığı desteklerken aynı zamanda bağımsızlığı da destekler nitelikte olduğunu ve bu durumun bireyi çelişkiye düşürdüğünü belirtmektedir. Mc Candless ergenlik dönemini stresli kılan şeyin bireyin dürtülerini doyuma ulaştırmak isterken toplum ve kültürel baskının engeline takılması olarak düşünmektedir. Candless bireyler için bu dönemde rol karmaşası yaşayabileceklerini ve bazı rollerin birey hazır olmadan onlara yüklendiğini belirtmektedir. Bedensel değişim, çevrenin bireyi yetişkin olarak görüp ona farklı sorumluluklar yüklenmesine sebep olmaktadır. Değişen roller ve çevrenin beklentilerinin artması bireyi stres edebilmektedir. Ailelerin bireyi bu geçişe hazırlamaları stres durumuna olumlu etki etmektedir (Çelen,2011).

2.3.9. Albert Bandura

Albert Bandura çevre ve davranışın bilişsel süreçleri etkilediğini savunan bilişsel kuramın en önemli isimlerinden biridir. Bandura bireyin görerek daha etkili bir öğrenme geçireceğini ve taklit ederek,model alarak benimseyeceğini söylemektedir(Santrock,2017).

Albert Bandura ergenlik döneminin bunalımlı zor bir dönem olduğunu reddetmektedir. Bandura çalışmalar neticesinde sevgi temelli ve düzenli ailelerden gelmekte olan bireylerin bu dönemi sorunsuz şekilde geçirdiklerini ifade etmektedir. Aynı zamanda ergen bireyin bu tarz bir aile yapısından gelmesi sosyal hayatında ve kültürel değerlerini taşımalarında da etki etmektedir. Bandura sevgi ve düzen ortamında büyüyen bireylerin ailelerinin kültürel beklentilerine de uyum sağladıklarını belirtmektedir. Ergenlik döneminde sorun yaşayan bireylerin, sosyalleşme konusunda yeterince başarılı olamayan kişiler olduğunu savunmaktadır. Albert Bandura, problemli ve saldırgan davranışlar sergileyen bireylerinde bu davranışlarının yanlış öğrenmeler ve yanlış alışkanlıklar sonucu oluştuğunu düşünmektedir. Bandura saldırgan gençlerin problemli ve düzensiz ailelerden gelmekte olduğunu kanıtlamak amacıyla bir çalışma gerçekleştirmiş ve çalışması doğrultusunda bu fikrini savunmuştur (Kulaksızoğlu,2017).

2.3.10. Kurt Lewin

Kurt Lewin (1890-1947) bireyin davranışının şekillenmesinde çevresel ve bireysel faktörlerin etkileşim içinde olduğunu belirtmektedir. Yaş, zeka,yetenekler gibi birçok bireysel özellik aile, arkadaş, kurum gibi birçok çevresel faktör ile birleşerek bireyin yaşam alanını oluşturmaktadır. Aynı özelliklere sahip bireylerin çevrelerindeki farklılıkların bireyin farklı düşünmesine yol açar nitelikte olduğunu belirtmektedir. Yaşam alanı yaşa göre farklılık göstermektedir. Bebekler için daha basit olan yaşam alanı gençler için daha farklı olmaktadır. Ergenlik döneminde bireylerin yaşam alanları hızlı bir şekilde değişmekte ve farklı beklentiler ortaya çıkmaktadır. Aynı zamanda bireylerin bireysel özellikleri de hızla değişmektedir. Ergenlik dönemindeki bireyin kendisini bir gruba ait hissetmesi zordur. Birey kendisini bazen çocuk grubuna ait hissederken bazen de yetişkin grubuna ait olarak hisseder. Bu nedenle bir gruba ait hissetme bireyler için karmaşık bir durum haline dönüşür. Ergenlik döneminde beden

gelişimi oldukça hızlı seyretmektedir. Bu durum birey için önem kazanmaya başlarken bu sürece kadar oluşan beden imgesi de değişmektedir (Çelen,2011).

Kurt Lewin'e göre ergenlik dönemi stresli bir dönem olarak nitelendirilmektedir. Bireylerin hayatlarında oluşan değişiklikler kademeli olarak gerçekleşirse bireyler buna uyum sağlamakta zorluk çekmemektedirler fakat hızlı gerçekleşen değişiklikler bireyin strese girmesine neden olmaktadır. Lewin ergenlik döneminde hızlı değişimlerin yaşanmasının bireyde stres oluşturduğunu ve bu dönemin stresli geçmesine sebep olduğunu düşünmektedir. Bu dönemde gelecek ile ilgili kararlar alması beklenen birey, beklentiler ve kendi istekleri arasında kararsızlık yaşamaktadır (Kulaksızoğlu,2017).

2.3.11. Margaret Mead

Margaret Mead (1901-1978) bir antropologdur ve ergenlik dönemi içinde bulunan bireylerin yaşadığı problemlerin, süreç içindeki davranış şekillerinin farklılık gösterdiğini ve bu farklılığı oluşturan durumun kültürler olduğunu savunmaktadır. Ergen bireylerin her biri için kültürlerine göre ayrı bir mikro-kuram olduğunu ve genellenmemesi gerektiğini ifade etmektedir (Dinçel,2006). Margaret Mead ergenlik için biyolojik yaklaşıma katılmadığını ve ergenliğin sosyo-kültürel temelli olduğunu savunmaktadır. Biyolojik süreçlerin sosyo-kültürel süreçle ilişkili olarak ilerlediğini ve etkisinin yadsınamayacağını düşünmektedir. Kültürün ve sosyal yaşamın ergenliğin nitelendirdiği kavrama ve her toplumda nasıl yaşanacağına kadar belirleyici bir etkide olduğunu düşünmektedir (Taş,2020).

Margaret Mead (1928) yılında bir araştırma yayınlayarak ergenlik döneminin tüm bireyler için stresli bir dönem olmadığını savunmuştur. Samoa adası yerlileri ile gerçekleştirdiği araştırmasında Samoa adasındaki kızların ergenliği sorunsuz atlattıklarını ifade etmektedir. Mead bu durumu Amerikan kültürü ile kıyaslayarak Samoa adasında cinsellik ile ilgili herhangi bir kısıtlama bulunmaması stres durumu yaşamalarına engel olurken, Amerikan kültüründe ergenlik döneminde cinsellik için belli tabuların olması nedeniyle bireylerin isteklerini bastırmak zorunda kalarak stres durumlarını arttırdığını düşünmektedir. Bu düşünce antropoloji ve ergenlik adına önemli kabul edilmektedir (Kulaksızoğlu, 2017).

2.3.12. Ruth Benedict

Ruth Benedict (1938) bireylerin ergenlik dönemi yaşantılarının kültürlere göre farklılık gösterdiğini savunmaktadır. Bu dönemde etkili olan stres durumunun, bireyin içinde bulunduğu kültürden kaynaklanan sorunlar nedeniyle artış gösterdiğini ve sorunların çok olmadığı kültürlerde ergenlik döneminin daha rahat geçtiğini ifade etmektedir. Benedict ergenlik üzerine yapmış olduğu çalışmada, genellikle kültürler arasındaki farkları belirlemeyi amaçladığı gözlenmektedir. Sosyalleşme, eğitim ve yetiştirme tarzlarını kültürlere göre inceleyen Benedict bu çalışmasında stressiz kültürlerin stresli kültürlere göre eğitim ve sosyalleşme adına kademeli ve sürekli olduğunu bulmuştur. Benedict çocukluk ve yetişkinlik arasında kesin bir çizgi olduğunu ve bu çizginin kademeli olarak aşılıp ani değişiklik beklenmemesi gerektiğini savunmaktadır (Dinçel,2006).

2.3.13. Urie Bronfenbrenner

Bronfenbrenner (1917-2005) ekolojik kuram adını verdikleri beş çevresel sistemden oluşan bir kuram oluşturmuştur. Ergenlik dönemindeki bireyin yaşamının sınırları içindeki aile, arkadaş, okul, ev gibi alanlar kuramdaki sistemleri oluşturmaktadır. Bronfenbrenner çevresel koşullara ağırlık vermiştir, ilerleyen zamanda kuramını geliştirirken biyolojik faktörleri de eklemiş fakat ayrıntılı ele almamıştır (Santrock,2017). Bronfenbrenner kuramını geliştirmek için otuz yıllık çalışma süresini geride bırakmıştır. Ergenlik döneminde bulunana bireyin ailesi, çevresi, kültürü gibi birçok sistemin içinde geliştiğini savunmaktadır. Ergen bireylerin dünyadan, olan olaylardan, çevresindeki kişilerden oldukça etkilendiğini ve yetişkinliğe bu etkilerle ilerlediklerini ifade etmektedir. Ekolojik kuramda ergen birey tüm sistemlerin merkezinde bulunmaktadır (akt.Dolgin,2014).

Bu kuram diğerlerinden farklı bir bakış açısına sahiptir. Laboratuar deneylerini oldukça sert şekilde eleştiren kuram sadece doğal çevrede gözlenebilen şeyler evrensel değer taşır görüşünü benimsemektedir. Bireyin en büyük etkisinin çevre olduğunu ve bireyin çevreyle değişim ve gelişim sağlayacağını savunur. Ekolojik kuram ekolojik çevrenin gelişimde en önemli şey olduğunu söylerken bu çevreden öğrenim sağladığımızı ve gelişimimizi tamamladığımızı nitelendirir. Aileler, arkadaşlar, öğretmenler, toplum çevresel faktörlerin her biri gelişime ayna tutmaktadır görüşün

savunmaktadır. Kurama göre ergenlik dönemine giren birey çevrede daha aktif rol oynar ve bu nedenle çevresel gelişimi artar ve gelişir görüşünü ortaya atmaktadır. Bronfenbrenner ekolojik kurama yeni bir soluk getirmiş ve tekrar nitelendirmiştir.

Yeniden formüle ettiği kuramda;

1) İnsan Gelişiminin ekolojik kuramı

2) Ekolojinin yapısal düzeyleri; a- mikrosistem

b- mesosistem

c- eksosistem

d- makrosistem

3)Ekolojik geçiş aşaması

4) İnsan gelişiminin doğasının incelenmesi gibi başlıklarla yeniden nitelendirilen kuram bizlere 12 – 18 yaş hakkında bilgi vermektedir (Cloutier & Onur, 2019).

Mikrosistem ergenlik dönemindeki bireylerin etkileşim kurduğu ve ergen bireyin üzerinde etki oluşturabilen kişileri nitelendirmektedir. Mesosistem ise mikrosistemlerin ilişkisel olarak nitelendirildiği gruptur yani sistemlerin birbiri ile etkileşim kurmasıdır. Eksosistem, ailesi veya etkileşimde olduğu kişilerin yaşadığı olumlu veya olumsuz durumların bireyi de etkiler nitelikte olması yani ergenlik dönemindeki bireyin etki altında kalması fakat bu durumda aktif olmaması durumudur. Makrosistem daha çok kültürel değerleri, gelenekleri, kuralları ve görüşleri eğitim, din, politika gibi konuların tamamını nitelendiren gruptur. Makrosistem aynı zamanda kültürlere göre ergenlik veya çocukluk gibi dönemlerin tanımlarının ve değerlerinin oluşmasında da önemli rol oynamaktadır (Dolgin,2014).

2.3.14. Jean Piaget

Evre kuramcısı olarak bilinen J.Piaget bireyin öğrendiklerini, deneyimlediklerini oluşturduğu şemalarla akılda tuttuğunu ve bu şemaları düşünce örüntülerine dönüştürdüğünü ifade etmektedir. Birey yeni karşılaştığı durum karşısında bu şemalar doğrultusunda bir uyum gerçekleştiriyorsa bu duruma özümleme denir. Fakat şemalar yeterli gelmiyorsa ve uyum sağlamakta güçlük çekiyorsa uyma davranışında bulunarak yeni şemalar geliştirmektedir (Çelen,2011).

Organizasyon ve uyumu temel alan Jean Piaget gelişim kuramı dört dönemden oluşmaktadır. Duyusal-motor dönemi (doğumdan, 2 yaşa kadar), işlem öncesi dönem (2-7 yaş), somut işlemler dönemi (7–11 yaş), soyut işlemler dönemi (11'den yetişkinliğe) olarak incelenen kuramda yaşlara göre farklı nitelikler beklenmektedir. Jean Piaget her bir dönemin birey için farklı düşünme, farklı bilgi nitelikleri kazanma, geçmiş deneyimlerini arttırmada etkili olduğunu savunmaktadır (Santrock,2017).

Bilişsel gelişimi etkileyen bazı faktörler vardır.

Bunlar ;

1) Fiziksel olgunlaşma: Fiziksel, biyolojik kalıtsal özellikler

2) Deneyim: Toplumsal ve fiziksel deneyimler

3) Toplumsal aktarım: Genetik faktörler ve etkileşimler

4) Dengeleme: uyum sağlama ve düzenleme

Bilişsel gelişim kuramında dikkat edilmesi gereken iki nokta daha vardır bunlardan ilki içeriktir. İçerik çocukların bilgi sahibi olduğu konulardır. Bir diğeri ise işlevlerdir. İşlevler ise eylemde bulunma durumunu ifade etmektedir. Çocuk ergenlik döneminde somut işlemlerdeki kazanımlarını arttırarak daha gerçekçi bir bakış açısı kazanmaktadır. Çocukların soyut işleme geçmeden önce somut işlemi kazanmış olması ergenlik dönemi açısında önemli bir unsur olarak kabul edilmektedir. Ergenlik döneminde bireyler herhangi bir sorun ile karşılaştıklarında öncelikle değerlendirme yaparak gerçek ve olasılıklı düşünceler geliştirmektedir. Aslında bunu yaparak bireyler sorun için hipotezler üretmektedir. Ve ergenlik dönemindeki bilişsel süreçle birlikte düşüncelerini analiz ederek karşılaştırma yaparak doğru bilgiye ulaşabilir niteliğe gelmektedir (Ahioğlu-Lindberg, 2011).

Piaget bireyin bilişsel gelişimini, bulunduğu dönem içinde geçmişten getirdiği düşüncelerin dönem için yetersiz kaldığını ve çevresine uyum sağlamakta kolaylık sağlamadığını fark ettiğinde diğer bir döneme geçiş sağladığını ve bunu bireyin içinde bulunduğu toplum ve kültürün etkisi olduğunu ifade etmektedir. Bireylerden bazıları için ise toplum ve kültür uyumluluk sağlar ve zorluk azalabilir (Cüceloğlu,2020).

2.4. Ergenlikle İlgili Yapılan Ulusal Araştırmalar

Arslan ve Balkıs (2014) ergenlikte görülen problem davranışlar ve aile sorunları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla, örneklemini Isparta ilinde öğrenim gören 283 kız ve 298 erkek öğrencinin oluşturduğu araştırmada Gençtanırım-Kuru (2010) "Riskli Davranışlar Ölçeği" ve Tuğrul (1996) "Gençlik Dönemi Aile Sorunlarını Değerlendirme Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda problem davranışların aile sorunlarıyla pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkiye sahip olduğu bulunmuş ve ergenlik döneminde gözlenen problem davranışların aile sorunları tarafından anlamlı düzeyde yordandığı bulunmuştur.

Haşimoğlu ve Aslandoğan (2018) lise öğrencilerinin ergenlik dönemi sorunları ve duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Zonguldak ilinde gerçekleştirdikleri araştırmaya ortaöğretimde öğrenim gören 311 kişi katılım sağlamaktadır. 161 erkek ve 150 kız öğrenciden oluşan örneklem grubuna "Ergenlik Dönemi Sorunları Ölçeği" ve "Duygu Düzenleme Ölçeği" uygulanmıştır. Araştırma bulguları doğrultusunda ergenlik dönemi sorunları ve duygu düzenleme stratejileri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ergenlik dönemi sorunlarında sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark bulunmuş fakat cinsiyete göre bir fark bulunamamıştır.

Kuzucu ve Özdemir (2013) 15-17 yaş arası ergenlerde anne ve baba katılımının ergenin ruh sağlığına etkisini incelemişlerdir. Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin batısında yer alan orta büyüklükteki şehirlerden seçilmiş tesadüfi 4 farklı liseden 401 kişi oluşturmaktadır. Araştırmada "Saldırganlık Ölçeği" ve "Baba Katılım Ölçeği" araştırmacılar tarafından Türkçeye uyarlanarak kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular kişilerin algıladıkları anne-baba katılımı ile saldırganlık ve depresyon arasında negatif, yaşam doyumu ve benlik saygısı ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Araştırma sonucunda anne-baba katılımının ergenin ruh sağlığı açısından anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kalyencioğlu ve Kutlu (2010) ergenlerin aile işlevi algılarına göre uyum düzeylerini incelemişlerdir. Araştırmanın örneklemini Türkiye'nin İstanbul ilinde seçilmiş bir lisede öğrenim gören 275 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Veriler demografik bilgi formu, "Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE)" ve "Aile Değerlendirme Ölçeği" kullanılarak elde edilmektedir. Araştırmanın sonucunda ailenin ergenler tarafından

sağlıksız algılanmasının uyum düzeyini azalttığı bulunmuştur fakat araştırma belirli bir grup üzerinde olduğu için sonucu genellemek mümkün olmamaktadır.

Eryılmaz (2010) ergen öznel iyi oluşu ile aile yapısı arasındaki ilişkiyi inceldiği ve 15-16 yaş aralığında 99 erkek ve 124 kız öğrencinin örneklemini oluşturduğu çalışmada Ölçek olarak "Aile Yapısını Değerlendirme Ölçeği" ve "Ergen Öznel İyi Oluşu Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre ergen öznel iyi oluşu ile aile yapısı iletişim ve yönetim boyutları arasında anlamlı ilişki bulunduğu bildirilmiştir.

Totan ve Yöndem (2007) ergenlerde anne-baba, akran ilişkilerinin cinsiyete göre zorbalık davranışı üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Örneklemini 346 kız, 249 erkek toplam 595 lise öğrencisinin oluşturduğu çalışmada "Olweus Zorba-Kurban Anketi", "Akran İlişkileri Ölçeği", "Anne Baba- Ergen İlişkileri Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi formu" kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre sözel zorbalık fiziksel ve sosyal zorbalığa göre daha yaygın bulunurken, ergen ile aile arasındaki ilişki arttıkça zorbalığın ve zorba-kurban statüsünde olmanın azaldığı bulunmuş ve bildirilmiştir. Akran ilişkisinde artış ise tam tersi olarak zorba olma olasının artmasına neden olabildiği gözlenmiştir. Aynı zamanda cinsiyete göre bakıldığında ergenlerin aileleri ile ilişkilerinde artış olması erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre zorbalığa katılmama olasılığını arttırdığını göstermekte ve kız öğrencilerde ise akran ilişkisindeki artışın erkek öğrencilere oranla zorba-kurban olma olasılığını arttırdığı bildirilmiştir.

Ateş ve Akbaş'ın (2012) ergenlerde görülen kuraldışı davranışların aile işlevselliği ve yaşam kalitesi açısından incelendiği çalışmasında 14-18 yaş aralığında bulunan, lisede eğitim ve öğretim gören 695 öğrenci katılım sağlamaktadır. Bu çalışmada "Aile Değerlendirme Ölçeği", "Kiddo Kindl Yaşam Kalitesi Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ailesi sağlıksız işlev göstermekte olan ergen bireylerin "problem çözme", "iletişim","roller","duygusal tepki verebilme","gereken ilgiyi gösterme", "genel işlevler" ve "davranış kontrolü" açısından ailesi sağlıklı işlev gösteren ergen bireylerle karşılaştırıldığında "yaşam kalitesi" düşük olan ergen bireylerin "yaşam kalitesi" yüksek olan ergen bireylere göre daha fazla kuraldışı davranışta bulunduğu gözlenmiş ve bildirilmiştir.

2.5. Ergenlikle İlgili Yapılan Uluslararası Araştırmalar

Ergenlik döneminde kaygı, korku başa çıkma stratejileri ve benlik gibi konuları ele alan araştırmasında Byrne (2000), kız öğrencilerin erkeklere göre stresle başa çıkma konusunda daha çaresiz bir tutum benimsediğini, erkek öğrencilerin ise kaygı ve korku düzeylerinde yıllar geçtikçe azalma gözlendiğini ve erkek öğrencilere göre kız öğrencilerin her yaş düzeyinde benlik saygılarının daha düşük bulunduğunu bildirmektedir. Çocukluk ve ergenlik döneminde bireyin yaşam olayları ile intihar davranışı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla De Wilde, Kienhorst, Diekstra ve Wolters (1992) bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmada intihar girişimi olan ergen bireyler depresyon tanısı alanlar ve depresyon tanısı almayanlar olarak iki farklı grupta ele alınmıştır.Araştırmaya göre depresyon tanısı alan ergen bireylerin almayanlara göre genellikle aynı sorunları ifade ettiği fakat aile problemlerinin de bu sorunlara eşlik ettiği gözlenmiştir. Bu araştırma sonucuna göre ergenlik döneminde ifade edilen sorunların genellikle çocukluk döneminde başladığı ve ergenlik döneminde duraksamadan artış gösterdiği bildirilmiştir. Araştırmaya göre intihar öncesi bir yıllık süreçte ergenlik döneminde yaşanan sosyal düzensizliklerin ve travmaların etkili olduğunun bulunduğu bildirilmiştir. Bağlanma, stresle başa çıkma ve açıklama tarzlarını geç ergenlik dönemindeki bireyler üstünde yaptıkları bir araştırmayla inceleyen Greenberger ve McLaughlin (1998), güvenli bağlanan ergen bireylerin destek arama ve sorun çözmede daha etkin olduğunu gözlemlediklerini bildirmişlerdir. Güvenli bağlanmada kadınların erkeklere göre hipotetik başarı ve başarısızlıkları olumlu aktarmaya daha eğilimli oldukları gözlenmiş ve erkeklerin destek arama konusunda babalarıyla aralarındaki ilişkinin etkili olduğunun bulunduğu bildirilmiştir (Oral,2004).

Psikiyatrik yardım alması önerilmiş ergen bireyler ve önerilmemiş ergen bireyler üzerinde yapılmış bu araştırmada, Seiffge-Krenke, Weidemann, Fentner, Aegentmeister ve Poeblam (2001) erken ve geç ergen grupları üzerinde okul ve aile stresiyle başa çıkmayı incelemişlerdir. Bu araştırma sonucuna göre okul ve aile ile ilgili streslerde yapısal bir benzerliğin görülmediği bildirilmiştir. Araştırmaya göre başa çıkma stillerinde ve stresi algılayış biçiminde gruplara göre farklılık bulunduğu ve psikiyatrik yardım alması önerilen ergenlerin okulla ilgili konularda daha fazla stres olduğu ve işlevsel olmayan başa çıkma stilleri geliştirdiği bildirilmiştir. Ergenlik döneminde bireylerin gündelik hayatta karşılaştıkları zorlukları ele alan bir ölçek geliştirme

çalışmasını Kohn ve Milrose (1993) gerçekleştirmiştir. Lisede öğrenim gören ergen bireylerin son bir ayda yaşadıkları sekiz faktörlü bir ölçek maddeleriyle değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda stres yoğunluğu açısından kız ve erkek öğrenciler arasında bir farklılık bulunmamıştır. Kişisel gelecek ve akademik zorluk alanlarında cinsiyete farklılık gözlenmezken, endişe, romantik ilgiler, sosyal yabancılık çekme, yalnızlık ve yoğun taleplerde ise kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla yaşantı bildirdiği gözlenmiştir (akt.Oral,2004).

2.6. Stresle İlgili Yaklaşımlar

2.6.1. Stres

Stres kelimesi Latince "Estrictio" ve Fransızca "Estrece" kelimelerinin birleşiminden türetilmiştir. Fransız fizyolog Bernard stresi kişinin organizmasını ve ruhsal dengesini bozan uyanlar türü olarak nitelendirmiştir. Ruh sağlığı tanımı ise organizmanın üstesinden gelmesi gereken durumlar karşısında verdiği tepkiler olarak nitelendirilmiştir (akt. Eryılmaz, 2009).

Stres ve stresin bireyin bedeninde oluşturduğu etkiler incelendiğinde farklı stres ve stres kuramları ortaya çıkmaktadır. Üç farklı stresten söz eden Monat ve Lazarus (1991) bunları psikolojik, fizyolojik ve sosyal olarak ayırmaktadırlar. Stresin bireyin bedeninde oluşturduğu etkiler ise fizyolojik stres kuramı, psikolojik stres kuramı ve nedensel stres kuramı olarak üç kuramda incelenmektedir (Aydın,2008)

Folkman ve Lazarus (1985) bireylerin stresle başa çıkmak için farklı planlı farklı yöntemler kullanmakta olduğunu bunların; problem çözme, kaçınma,sosyal destek arama, gizleme, kabul etme ve düşünme, kadere veya bazı şeylere inanç duyma gibi stratejiler kullanmakta olduklarını vurgulamaktadır (akt.Savcı&Aysan,2014).

2.6.2.Fizyolojik Stres Kuramı

Cannon ve Selye fizyolojik stres kuramına öncülük etmiş kişilerdir. Fizyolojik stres kuramında stres bedenin durum karşısında göstermiş olduğu tepki olarak nitelendirilmektedir. Tepki olarak isimlendirilen durumlar bedenin vermiş olduğu reaksiyonlardır. Bunlar kan basıncında yükselme, kalbin hızlı atması gibi durumlardır. Kendini tehdit altında hissederek bu reaksiyonları gösteren organizmamız, stres durumunu atlatmak ve bedeni rahatlatmak için duruma uyum sağlamak durumundadır.

Canlı tehlike karşısında savaş veya kaç olarak iki seçenek arasında kalmaktadır ve savaşabileceğini düşünmediği zamanlarda o durumdan kaçmaktadır. Savaşabileceğini düşündüğünde ise o duruma uyum sağlamaktadır (Baltaş& Baltaş,2013).

Stres durumlarında verilen tepkileri üç kademede inceleyen Selye (1977) bu üç kademeye genel uyum belirtisi ismini vermektedir. Bunlar;

Alarm reaksiyonu: stres durumunun oluşmasıyla fizyolojik yapımızda olan değişikliklerin savunma mekanizmalarını etkili hale getirmesi durumudur.

Direnç Dönemi: Canlı stres ile başa çıkmaya çalışırken kendini koruma çabasına girer ve bu canlının direncini arttırmasına sebep olur. Canlı karşılaştığı stres durumuna karşı direnç geliştirirken aynı zamanda başka bir stres durumuyla karşılaşırsa onlara karşı dirençsiz kalabilmektedir. Bu durum canlıda yıpranmaya sebep olabilmektedir.

Tükenme Dönemi: Uzun süreli stres durumlarında vücudun sınırlı olan enerjisi ve direnci zayıflamaktadır. Ve vücut kendisini iyileştirmek, korumak ve dinlendirmek amacıyla uyku veya stres durumunu ortadan kaldıracak bir neden aramaktadır. Bulamadığında canlının savunma mekanizmaları etkisizleşir ve canlı fizyolojik ve psikolojik anlamda tükenir. Bu durumda canlıda farklı rahatsızlıklar oluşabilmektedir. Bağımlılıklar, duygu ve davranış bozuklukları, migren gibi birçok rahatsızlık bu durumun neticesi sonucu oluşabilmektedir.

Stresin hem olumlu hem de olumsuz etkileri olabileceğini ifade eden Selye, olumlu stres etkilerini "eustress" olumsuz stres etkilerini ise "distress" olarak isimlendirmektedir. Canlı için stresin olumlu da etki edebileceğini belirtirken aynı zamanda stresin güdüleyici bir etkisi olduğunu da belirtmektedir (akt.Aydın,2008).

2.6.3.Psikolojik Stres Kuramı

Psikolojik stres kuramı stres yaratan olayların bireyden bağımsız şekilde gerçekleşmediğini savunan bir düşünceye sahiptir. İnsanların karşılaştıkları duruma göre oluşacak hislerinin stres olup olmamaya neden olduğu belirtilmektedir. Bir insanın üzüntü veya kaygı duyacağı bir durum karşısında stres olması daha olağan kabul edilmektedir. İnsanların stresin olumsuz olarak algılandığını ve kişi stres olduğunda beraberinde gelen uyum problemlerinin nedeninin insanın içsel beklentileriyle dışsal

kaynağın çakışması olarak ifade etmektedir. Lazarus psikolojik stresin olumsuz duygularla tetiklendiğini savunmaktadır. Korku, kaygı, utanç duygusu, depresyon gibi durumlarda psikolojik stresin oluşabileceğini belirtmektedir (Aydın,2008).

Dese, Osler ve Lazarus 1952 yılında stres durumlarının başarıyla ilişkisini incelemişlerdir. Bu incelemeler neticesinde farklıların oluşmasında kişisel farklılıkların oldukça önemli olduğu sonucuna varmışlardır. Lazarus "zihinsel değerlendirme" (cognitive appreisal) kavramının önemini 1964 yılında yapılan çalışmalar sonucu fark edildiğini ifade ederken Appley 1962 yılında olayları stres verici olarak nitelendirmemizi sağlayan şeyin aslında "tehdit algısı" olduğunu ifade etmektedir. Bu açıklamaların getirdiği noktada kişisel farklılıkların o olayı stres verici veya stres vermeyici nitelikte ifade etmemizde önemli bir rol oynadığı sonucuna varılmıştır (Baltaş&Baltaş, 2013).

Lazarus stres ve uyumu birlikte ele aldığında stresin insanın hayatına genellikle olumsuz etki ettiğini yani uyum sağlamasını güçleştirdiğini ifade etmektedir. Bazen bu durum değişiklik gösterse de yani uyum sağlamada stres tetikleyici bir rol üstlense de çoğunluğa bakıldığında stresin uyum düzeyini engellediği ve kişinin olayı olumsuz algılamasına ve olumsuz değerlendirmesine neden olmaktadır. Bazı insanlar hayatlarında stresi güdüleyici olarak kullanabilmektedir. Bazı durumlarda ise stresin etkisi kişide travmatik sonuçlar doğurabilmektedir. Stresin etki düzeyini etkileyen bazı durumlar bulunmaktadır.

Bunlar;

- Stres durumunu önceden tahmin edebilmek
- Stres durumunda süre kontrolü
- Kişinin bilişsel değerlendirmesi
- Kişinin yeterlilik hissetmesi
- Kişinin sosyal destek alabilmesidir.

Birey stres durumuyla karşılaştığında genellikle kendisini tehdit altında hissederek kaçmak ister veya savunma mekanizmalarına sığınır. İnkâr etme, suçlama gibi savunma mekanizmaları aslında kişinin uyum sağlamakta güçlük çektiğini göstermektedir. Bu durum literatür kapsamında da stresin olumsuz olarak nitelendirip

başa çıkılması gereken bir durum olarak kabul edilmesine destek sağlar niteliktedir (Aydın,2008).

2.6.4.Nedensel Stres Kuramı

Nedensel stres kuramında stresin zarar verici nitelikte bir uyaran olduğu ifade edilmektedir. Buna göre hayatımızda bize stres yaratan olaylar derecelendirerek incelenmektedir. Yaşamımız boyunca iyi ve kötü tüm değişikliklerin birer uyum sağlama zorunluluğu taşıdığı ve bu durumunda strese sebep olduğu belirtilmektedir. Değişiklikler ve buna uyum sağlamanın bir strese sebep olması dünya genelinde kabul gören bir düşünce olmaktadır. Günlük hayatta meydana gelen doğal afetler, kazalar, yakın birinin kaybı, hastalık gibi durumlarda genel olarak stres nedeni olmaktadır. Bu durumlar evrensel stres kaynakları olarak ifade edilmektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda bu evrensel stres kaynaklarından biri oluştuğunda yaşayan canlılarında benzer belirtileri ve tepkiler gösterebileceğine dair düşünceler ortaya çıkmaktadır. Fakat Lazarus (1976) bunun doğru olmadığını her canlının farklı tepkiler ve belirtiler gösterebileceğini ve canlının sahip olduğu özelliklerin ve çevre faktörünün belirtide ve tepkide rolü olduğunu ifade etmektedir (akt.Aydın, 2008).

2.6.5. Stres ve Başa Çıkma ile İlgili Ulusal Araştırmalar

Örneklem grubu olarak seçilmiş bir grup birinci ve ikinci sınıf lise öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasında Özer (2001), stresle başa çıkma stratejilerinden biri olan kaçınma ile benlik imajı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırması sonucunda benlik imajı ve kaçınma arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğunu bildirmiştir. Bu duruma göre yapılan araştırmada ergenlik dönemindeki bireylerin, ergenliğin son dönemlerine doğru verdikleri kararlarda tutarlılık sağladıkları ve başarılı olmayan stratejileri de kullandıkları gözlenmiştir. Bu araştırma sonucuna göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla sosyal destek arama ve kaçınma stratejilerini kullandıkları bildirilmiştir.Ergenlik dönemindeki bireylerin ruh sağlığı ile stresle başa çıkma ve anne-baba tutumu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Baykal (1996) bir araştırma gerçekleştirmiştir. Bu araştırma devlet liselerinde ve lise birinci sınıfta okumakta olan 2409 erkek ve 2468 kız öğrencinin katılım sağlamasıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda sevgi,destek ve tutarlılık gösteren anne-baba tutumları ile etkili başa çıkma tarzları arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu

bildirilmiştir. Aynı zamanda aktif kullanılan başa çıkmaz tarzları ile ruhsal semptomlar arasında negatif, etkisi olmayan başa çıkma tarzları ile pozitif yönde ilişki bulunduğu bildirilmiştir. Katılım sağlayan öğrencilerin bireysel özellikleri ile başa çıkma tarzları arasında anlamlı farklılık bulunduğu ve problem çözmede erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre problem çözmeye daha yakın oldukları gözlenmiş ve bildirilmiştir. Stresle başa çıkma stratejilerini belli değişkenlere göre incelemek amacıyla Doğan (1999), bir araştırma gerçekleştirmiştir. Örneklemini Başkent Üniversitesinde okumakta olan 1214 öğrencinin oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda problem çözme boyutu ve sosyal destek arama boyutunda kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Kaçınma boyutunda ise erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunduğu bildirilmiştir. Öğrencilerden olumlu benlik algısına sahip olanların sosyal destek arama ve problem çözme stratejilerini daha fazla kullandıkları gözlenmiş ve bildirilmiştir (Aydın,2008).

2.6.6. Stres ve Başa Çıkma ile İlgili Uluslararası Araştırmalar

Başa çıkma davranışlarının sınav kaygısıyla ilişkisini incelemek amacıyla Soric' (1999) sınavın yaratmış olduğu korkunun azaltılmasının pek mümkün olmadığını ve bu nedenle kaygı durumunda artış olduğunu ve bireyin bunu kontrol altında almakta zorlandığını ifade etmektedir. Araştırma sonucunda kaygı durumu arttığında uzaklaşma davranışının arttığı gözlenmektedir. Bu durumda sınavla ilgili kaygı durumu artan bireyin sınavla ilgili olmayan konulara kendilerini verdikleri ve bu düşünceyi uzaklaştırmaya çalıştıkları gözlenmiş ve bildirilmiştir. Araştırma doğrultusunda bireylerin sınavlara zorluk olarak bakması başarılı olmaya dair beklentiyi yükselterek sorunla başa çıkmayı tetiklemektedir. Soric' bu araştırması sonucunda genelleme yapılmamasını ve bireylerin kişilik özelliklerinin de ayrıca incelenmesi gereken bir konu olduğunu vurgulamıştır (akt.Oral, 2004).

Ergenlik dönemindeki bireylerin stres verici koşullarını incelemek amacıyla Timko, Michelson ve Moos (1993) bir araştırma gerçekleştirmiştir. Örneklemini 259 ergen bireyin oluştuğu araştırmada ergen bireylerin bir yıllık süreçleri gözlenmektedir. Araştırma sonucunda kişisel ve durumsal etkenler ile aile, kardeş, arkadaş, öğretmenleri arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunduğu bildirilmiştir. Aynı zamanda Timko, Michelson ve Moos araştırmaları doğrultusunda ergen bireylerin gelişim olarak

yaşadıkları değişimlerin koşullarının bireyin stres durumu açısından önemli olduğunu ifade ederek, stres konusu incelenirken göz ardı edilmemesi gerektiğini bildirmektedirler. Ergenlik döneminde depresyonu konu alan araştırmalarında Marcottle, Alain ve Gosselin (1999), depresyon ile algılanan problem çözme arasındaki ilişkiyi incelemekte ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğunu bildirmektedirler. Yapılan araştırmaya göre depresyon tanısı konmuş olan ergen bireyler ile tanısı olmayan ergen bireyler karşılaştırılarak incelendiğinde, depresyon tanısı olan ergenlerin olmayan ergenlere göre daha çok olumsuz yaşam olayı bildirdikleri ve daha güvensiz oldukları bildirilmiştir (Oral, 2004).

Hoffman, Ushpiz ve Levy-Shiff (1993) stresle başa çıkma ve uyum ilişkisini incelemek amacıyla bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Örneklem grubunu olarak ortaokula devam etmekte olan öğrencilerin çalışmada cinsiyet ile stresle başa çıkma ve uyum arasındaki ilişki incelenmektedir. Araştırmayı ikiye ayırarak ilk çalışmada yaşamsal olaylar, kaygı ve geri çekilme ikinci grupta ise saldırganlık incelenmektedir. İlk çalışmada erkek öğrenciler kız öğrenciler göre artış gösterdiği ve anlamlı ilişkiye sebep olduğu bildirilmektedir. İkinci çalışmada ise cinsiyete göre bir farklılık gözlenmediği bildirilmiştir (Oral, 2004).

BÖLÜM 3.YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırmanın evren ve örneklemi, araştırmada kullanılan ölçekler, verilerin toplanması ve yorumlanması ile ilgili bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Karasar'a (2014) göre iki ve daha fazla değişkenin kendi aralarında değişim olup olmaması ve/veya bu değişimin derecesinin belirlenmesi ilişkisel tarama yöntemiyle sağlanmaktadır. Bu tarama yönteminde değişkenler ilişkisel olarak ayrı ayrı sembolleştirilmektedir. İlişkisel tarama yönteminde çözümleme korelasyon ve karşılaştırma yolları ile yapılmaktadır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, 2019-2020 yılında Türkiye'nin Denizli ilinde Millî Eğitim Bakanlığına bağlı olarak seçilmiş dört resmi lise kurumunda eğitim öğretim görmekte olan 400 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya katılım sağlayan öğrencilerin 130' u kız, 270'i ise erkek öğrencidir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği (EİN), ve Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (BSÖ) uygulanmıştır. Ölçekler hakkında bilgilere aşağıda yer verilmektedir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda katılımcıların yaş, cinsiyet, gelir düzeyleri, ailelerinin eğitim düzeyi, ailelerinin medeni durumu, evde yaşayan kişi sayısı, kardeş sayıları, ailece vakit geçirme durumları ve anne babayla baş başa vakit geçirme durumları gibi bilgiler yer almaktadır. (Ek-3)

3.3.2. Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği

Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği Wissink ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte anne ve baba için ayrı olarak açıklama, olumlu ebeveyn ergen

ilişki niteliği ve olumsuz ebeveyn ergen ilişki niteliği olarak 3 boyut bulunmaktadır. Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği 5 dereceli likert tipi bir ölçektir ve toplam 18 maddeden oluşan ölçekte her boyut için 6 madde bulunmaktadır. Türkçeye uyarlama çalışmaları Duru, Uçanok ve Topçu tarafından 2014 yılında gerçekleştirilmiştir. Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeğinin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı ilköğretim için sırasıyla, 0,89, 0,92, 0,93'tür. Ortaöğretim için ise 0,92, 0,88, 0,82'dir. Uyarlama çalışmalarında ilköğretim ve ortaöğretim öğrencilerini kapsayan iki farklı örneklem üzerinde çalışılmıştır. Ölçekte her boyut için çocuğun düşünceleri doğrultusunda anne ve babaya ayrı puanlar elde edilmektedir. Her boyut için ve her ebeveyn için puanlar ayrı ayrı hesaplanarak değerlendirilmektedir.Açıklama boyutu, Olumlu Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği ve Olumsuz Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği boyutlarının her birinde yüksek puan yüksek açıklama, yüksek olumlu nitelik ve yüksek olumsuz nitelik anlamındadır (akt. Say, 2016).

Araştırma doğrultusunda lise öğrencilerinde kullanılan Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği ölçeğinin güvenirlik değerlerine bakılmıştır. Uygulamalardan elde edilen verilere göre Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği güvenilirlik kapsamında uygulanan Cronbach Alfa katsayısı analizi sonucunda, Cronbach alfa katsayı ortalaması açıklama boyutuna göre anne için 0,84, açıklama boyutu baba için ise 0,86 bulunmuştur. Olumlu ebeveyn ergen ilişki niteliği boyutunda anne için 0,86, baba için ise 0,87 bulunmuştur. Olumsuz ebeveyn ergen ilişki niteliği boyutunda anne için 0,91, baba için 0,92 olarak bulunmuştur. (Ek-4)

3.3.3. Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği

Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği Amirkhan (1990) tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Aysan (1994) tarafından yapılan bu ölçekte Sosyal destek arama, Problem çözme ve Kaçınma olarak 3 alt boyut bulunmaktadır. Her boyut için 11 maddeden oluşan 3'lü likert tipi bir ölçektir. Toplam 33 sorudan oluşan Başa Çıkma Stratejileri Ölçeğinde stresi tanımlamak adına 1-hiç, 2-biraz, 3-çok olarak dereceler bulunmaktadır. Her alt ölçeğin toplam puanı 11 ile 33 arasında değişiklik göstermektedir. Alt boyutların puanlarının yüksek olması tanımlanan niteliğin artış gösterdiğini ifade etmektedir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Benzer ölçekler geçerlik çalışmalarında, Problem Çözme alt ölçeğinin İç Kontrol ile

pozitif yönde; Kaçınma alt ölçeğinin Yaşam Doyumu ile negatif, Depresyon düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir (akt. Aydın, 2008).

Sosyal Destek Arama: 1,5,7,12,14,19,23,24,25,31,32

Problem Çözme: 2,3,8,9,11,15,16,17,20,29,33

Kaçınma: 4,6,10,13,18,21,22,26,27,28,30

Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ölçeğinin güvenirliği Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı aracılığıyla incelenmiştir. Ölçeğin alt ölçeklerinde sosyal destek arama, problem çözme ve kaçınma boyutlarına dair 11'er madde bulunmaktadır. Buna göre yapılan güvenilirlik analizi sonucunda sosyal destek arama boyutu 0,86, Problem çözme boyutu 0,83, Kaçınma boyutu ise 0,70 bulunmuştur. (Ek-5)

BÖLÜM 4. BULGULAR VE YORUMLAR

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, uygulanan ölçekler ve bilgi formu sonucunda elde edilen bulgulara ve analizlere yer verilmiştir. İlk olarak veri toplama araçlarına ait betimleyici istatistikler, daha sonra araştırmanın amacı ve soruları doğrultusunda uygulanan analiz bulgularına yer verilmiştir.

4.1.Katılımcılara Ait Betimleyici İstatistikler

Tablo 1: Katılımcıların okul türlerine göre dağılımı

Okul	f	%
Anadolu Lisesi	100	25
Fen Lisesi	100	25
Meslek Lisesi	200	50
Toplam	400	100

Tablo 1'de katılımcıların okullara göre dağılımı yer almaktadır. Katılımcılar dört okulda öğrenimlerine devam eden öğrencilerdir. Bu okullar Mustafa Kaynak Anadolu Lisesi, Aydem Fen Lisesi, Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Orhan Abalıoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'dir.Buna göre katılımcıların sayısı dört okula eşit olarak dağılmaktadır.

Tablo 2: Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı

Cinsiyet	f	%
Kız	130	32,5
Erkek	270	67,5
Toplam	400	100

Tablo 2'de katılımcıların cinsiyete göre dağılımları bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların %32,5 ' u kız olup, %67,5 u erkektir.

Tablo 3: Katılımcıların sınıfa göre dağılımı

Sınıf	f	%
Lise 1	133	33,3
Lise 2	185	46,3
Lise 3	64	16
Lise 4	18	4,5
Toplam	400	100

Tablo 3'de katılımcıların sınıflara göre dağılımları bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların %33,3 'ü lise 1, %46,3 'ü lise 2, %16 'sı lise 3 ve %4,5 'u ise lise 4 sınıfından oluşmaktadır.

Tablo 4: Katılımcıların anne eğitim durumuna göre dağılımı

Anne Eğitim Durumu	f	%
Okuma yazma bilmiyor	5	1,3
İlkokul mezunu	122	30,5
Ortaokul mezunu	72	18
Lise mezunu	97	24,3
Üniversite mezunu	104	26
Toplam	400	100

Tablo 4'de katılımcıların annelerinin eğitim durumlarının dağılımı bulunmaktadır. Buna göre ilkokul mezunu %30,5, ortaokul mezunu %18, lise mezunu %24,3 ve üniversite mezunu anneler %26 oranındadır.

Tablo 5: Katılımcıların baba eğitim durumuna göre dağılımı

Baba Eğitim Durumu	f	%
Okuma yazma bilmiyor	0	0
İlkokul mezunu	90	22,5
Ortaokul mezunu	75	18,8
Lise mezunu	112	28
Üniversite mezunu	123	30,8
Toplam	400	100

Tablo 5'de katılımcıların babalarının eğitim durumlarının dağılımı bulunmaktadır. Buna göre ilkokul mezunu %22,5, ortaokul mezunu %18,8, lise mezunu %28 ve üniversite mezunu babalar %30,8 oranındadır.

Tablo 6: Katılımcıların anne- babalarının evlilik durumuna göre dağılımı

Anne Baba Evlilik Durumu	f	%
Evlilik devam ediyor	358	89,5
Boşanmışlar	38	9,5
Baba yaşamıyor	4	1,0
Toplam	400	100

Tablo 6'da katılımcıların anne ve babalarının evlilik durumuna göre dağılımı bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların anne ve babalarının %89,5 gibi önemli bir kısmının evlilikleri devam etmektedir. Boşanmış olan anne babaların oranı ise %9,5 bulunmuştur.

Tablo 7: Katılımcıların anne- babalarının ikinci evlilik durumuna göre dağılımı

Anne Baba İkinci Evlilik Durumu	f	%
Anne 2.evlilik yapmış	7	1,8
Baba 2.evlilik yapmış	15	3,8
Anne ve Baba 2.evlilik yapmış	6	1,5
2.evlilik yapılmamış	372	93
Toplam	400	100

Tablo 7'de katılımcıların anne ve babalarının ikinci evlilik durumu dağılımları bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların anne ve babalarının ikinci evlilik durumu %93 gibi önemli bir oranda ikinci evlilik yapılmamış olarak gözlenmektedir.

Tablo 8: Katılımcıların anne çalışma durumu dağılımı

Anne Çalışma Durumu	f	%
Çalışıyor	192	48
Çalışmıyor	208	52
Toplam	400	100

Tablo 8'de katılımcıların annelerinin çalışma durumu dağılımları bulunmaktadır. Buna göre annelerin %48 'i çalışırken, %52 'si çalışmıyor veya emekli olarak görülmektedir.

Tablo 9: Katılımcıların baba çalışma durumu dağılımı

Baba Çalışma Durumu	f	%
Çalışıyor	352	88

Çalışmıyor	208	22
Toplam	400	100

Tablo 9'da katılımcıların babalarının çalışma durumu dağılımları bulunmaktadır. Buna göre babaların %88 gibi önemli bir kısmı çalışırken, %22 'si çalışmıyor veya emekli olarak görülmektedir.

Tablo 10: Katılımcıların aile ekonomik düzey durumu dağılımı

Aile Ekonomik Düzey Durumu	f	%
Düşük Ekonomik Düzey	39	9,8
Orta Ekonomik Düzey	329	82,3
Yüksek Ekonomik Düzey	32	8,0
Toplam	400	100

Tablo 10'da katılımcıların aile ekonomik düzeyleri dağılımları bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların ailelerinin %9,8 'i düşük ekonomik düzey, %82,3 'ü orta ekonomik düzey ve %8 ' i yüksek ekonomik düzeye sahip olarak görülmektedir.

Tablo 11: Katılımcıların kardeş durumu dağılımı

Kardeş Durumu	f	%
Kardeşi Var	377	94,3
Kardeşi Yok	23	5,8
Toplam	400	100

Tablo 11'de katılımcıların kardeş durumu dağılımları bulunmaktadır. Katılımcıların %94,3 gibi önemli bir kısmının kardeşi varken, %5,8 'in kardeşi yoktur.

Tablo 12: Katılımcıların anne, baba ve kardeş dışında evde yaşayan durumu dağılımı

Anne-Baba Kardeş Dışında Evde Yaşayan Durumu	f	%
Var	36	9,0
Yok	364	91,0
Toplam	400	100

Tablo 12'de katılımcıların anne, baba ve kardeş dışında evde yaşayan başka kişi veya kişilerin olması durumuna göre dağılımları bulunmaktadır. Buna göre %9 oranında

anne, baba ve kardeş dışında evde yaşayan kişi veya kişiler bulunurken, %91 oranında bulunmamaktadır.

Tablo 13: Katılımcıların anne ile zaman geçirme durumu dağılımı

Anne İle Baş başa Zaman Geçirme Durumu	f	%
Zaman Geçirenler	306	76,5
Zaman Geçirmeyenler	94	23,5
Toplam	400	100

Tablo 13'de katılımcıların anneleri ile baş başa zaman geçirme durumu bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların %76,5 'u annesi ile baş başa zaman geçirirken, %23,5 ise geçirmemektedir.

Tablo 14: Katılımcıların baba ile zaman geçirme durumu dağılımı

Baba İle Baş başa Zaman Geçirme Durumu	f	%
Zaman Geçirenler	258	64,5
Zaman Geçirmeyenler	142	35,5
Toplam	400	100

Tablo 14'de katılımcıların babaları ile baş başa zaman geçirme durumu bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların %64,5 'u babası ile baş başa zaman geçirirken, %35,5 ise geçirmemektedir.

Tablo 15: Katılımcıların ailece zaman geçirme durumu dağılımı

Ailece Zaman Geçirme Durumu	f	%
Zaman Geçirenler	318	79,5
Zaman Geçirmeyenler	82	20,5
Toplam	400	100

Tablo 15'de katılımcıların aileleri ile zaman geçirme durumu bulunmaktadır. Buna göre katılımcıların %79,5 'u ailesi ile zaman geçirirken, %20,5 ise geçirmemektedir.

4.2. Araştırma Soruları ve Hipotezleri Doğrultusunda Verilerin Analizi

Bu bölümde genel olarak farklılık testleri (bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü Anova ve Regresyon) ile analizler gerçekleştirilmiştir.

Tablo 16: Annenin Eğitim Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Eğitim	N	$\bar{x}$	ss	Sd	T	P
Sosyal Destek Arama						
Lise ve Altı	296	2,01	,47	398	-1,094	,275
Üniversite	104	2,07	,47			
Problem Çözme						
Lise ve Altı	296	2,24	,44	398	-,073	,942
Üniversite	104	2,24	,41			
Kaçınma						
Lise ve Altı	296	2,08	,44	398	,489	,625
Üniversite	104	2,06	,42			

Tablo 16'de annenin eğitim durumuna göre ölçülen değişkenlere ilişkin farklılık analizleri bulguları yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre ölçülen tüm değişkenlerin ortalamaları annenin eğitim durumuna göre farklılık göstermemektedir.

Tablo 17: Babanın Eğitim Durumuna Göre Katılımcıların StresleBaşa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Eğitim	N	$\bar{x}$	ss	Sd	T	P
Sosyal Destek Arama						
Lise ve Altı	277	2,01	,47	398	-,925	,355
Üniversite	123	2,05	,49			
Problem Çözme						
Lise ve Altı	277	2,21	,44	398	-1,962	,050
Üniversite	123	2,30	,41			
Kaçınma						
Lise ve Altı	277	2,11	,42	398	1,933	,054
Üniversite	123	2,01	,47			

Tablo 17’de babanın eğitim durumuna göre ölçülen değişkenlere ilişkin farklılık analizleri bulguları yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre ölçülen tüm değişkenlerin ortalamaları babanın eğitim durumuna göre farklılık göstermemektedir.

Tablo 18: Annenin Çalışma Durumuna Göre Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Çalışma	N	$\bar{x}$	Ss	Sd	T	P
Sosyal Destek Arama						
Çalışıyor	192	2,04	,47	398	,604	,546
Çalışmıyor	208	2,01	,48			
Problem Çözme						
Çalışıyor	192	2,25	,41	398	,422	,673
Çalışmıyor	208	2,23	,45			
Kaçınma						
Çalışıyor	192	2,12	,43	398	1,685	,093
Çalışmıyor	208	2,04	,44			

Tablo 18'de stresle başa çıkma stratejileri boyutlarının annenin çalışma durumuna göre karşılaştırılması için yapılan Bağımsız Gruplar t Testi yer almaktadır.Elde edilen bulgulara göre ölçülen tüm değişkenlerin ortalamaları annenin çalışma durumuna göre farklılık göstermemektedir.

Tablo 19: Babanın Çalışma Durumuna Göre Katılımcıların StresleBaşa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Çalışma	N	$\bar{x}$	Ss	Sd	T	P
Sosyal Destek Arama						
Çalışıyor	352	2,03	,93	398	,798	,431
Çalışmıyor	48	1,97	,94			
Problem Çözme						
Çalışıyor	352	2,24	,93	398	,155	,877
Çalışmıyor	48	2,23	,94			

Kaçınma						
Çalışıyor	352	2,08	,93	398	,388	,698
Çalışmıyor	48	2,05	,94			

Tablo 19. incelendiğinde, stresle başa çıkma boyutlarının babanın çalışma durumuna göre karşılaştırılması yapılan Bağımsız Gruplar t Testi sonucunda elde edilen bulgulara göre değişkenlerin ortalamaları babanın çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Tablo 20: Anne ile Zaman Geçirme Durumuna Göre Katılımcıların StresleBaşa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Zaman	N	$\bar{x}$	Ss	Sd	T	P
Sosyal Destek Arama						
Zaman Geçiriyor	306	2,06	,46	398	2,948	,003*
Zaman Geçirmiyor	94	1,90	,51			
Problem Çözme						
Zaman Geçiriyor	306	2,26	,42	398	1,924	,055
Zaman Geçirmiyor	94	2,16	,46			
Kaçınma						
Zaman Geçiriyor	306	2,06	,44	398	-1,791	,074
Zaman Geçirmiyor	94	2,15	,42			

*p<.05

Tablo 20'de stresle başa çıkma stratejileri boyutlarının anne ile zaman geçirme durumuna göre karşılaştırılması için yapılan Bağımsız Gruplar t Testi yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre "Sosyal Destek Arama" t(2,948); p<0,05, boyutunda anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir."Sosyal Destek Arama ($\bar{x}_{geçiren}$=2,06,$\bar{x}_{geçirmeyen}$=1,90) boyutlarında annesi ile zaman geçirmeyenlerin ortalamaları annesi ile zaman geçirenlerin ortalamalarına göre daha düşük bulunmuştur.

Tablo 21: Baba ile Zaman Geçirme Durumuna Göre Katılımcıların StresleBaşa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Zaman	N	$\bar{x}$	Ss	Sd	T	P
Sosyal Destek Arama						
Zaman Geçiriyor	258	2,06	,45	398	2,141	,033*
Zaman Geçirmiyor	142	1,95	,51			
Problem Çözme						
Zaman Geçiriyor	258	2,27	,40	398	1,907	,057
Zaman Geçirmiyor	142	2,18	,48			
Kaçınma						
Zaman Geçiriyor	258	2,04	,41	398	-2,549	,011*
Zaman Geçirmiyor	142	2,15	,47			

*p<.05

Tablo 21'de stresle başa çıkma strestejileri boyutlarının baba ile zaman geçirme durumuna göre karşılaştırılması yapılan Bağımsız Gruplar t Testi yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre "Sosyal Destek Arama"t(2,141); p<0,05 ve "Kaçınma" t(-2,549); p<0,05 boyutlarında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir."Sosyal Destek Arama" ($\bar{x}_{geçiren}$=2,06, $\bar{x}_{geçirmeyen}$=1,95) boyutunda annesi ile zaman geçirmeyenlerin ortalamaları annesi ile zaman geçirenlerin ortalamalarına göre daha düşüktür. "Kaçınma" ($\bar{x}_{geçiren}$=2,04, $\bar{x}_{geçirmeyen}$=2,15) boyutunda ise annesi ile zaman geçirmeyenlerin ortalamaları annesi ile zaman geçirenlerin ortalamalarına göre daha yüksektir.

Tablo 22: Ailece Zaman Geçirme Durumuna Göre Katılımcıların StresleBaşa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Zaman	N	$\bar{x}$	Ss	Sd	T	P
Sosyal Destek Arama						
Zaman Geçiriyor	318	2,05	,47	398	2,100	,036*

Zaman Geçirmiyor	82	1,92	,48			
Problem Çözme						
Zaman Geçiriyor	318	2,26	,43	398	2,366	,018*
Zaman Geçirmiyor	82	2,14	,44			
Kaçınma						
Zaman Geçiriyor	318	2,05	,44	398	-2,595	,010*
Zaman Geçirmiyor	82	2,19	,42			

*p<.05

Tablo 22'de stresle başa çıkma stratejileri boyutlarının ailece ile zaman geçirme durumuna göre karşılaştırılması yapılan Bağımsız Gruplar t Testi yer almaktadır.Normal dağılım gösterdiği gözlenen verilerin analizi doğrultusunda elde edilen bulgulara göre "Sosyal Destek Arama" t(2,100); p<0,05 "Problem çözme" t(2,366); p<0,05 ve "Kaçınma" t(-2,595); p<0,05 boyutlarında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. "Problem Çözme" ($\bar{x}_{geçiren}$=2,26, $\bar{x}_{geçirmeyen}$=2,14) ve "Sosyal Destek Arama" ($\bar{x}_{geçiren}$=2,05, $\bar{x}_{geçirmeyen}$=1,92) boyutlarında ailece zaman geçirmeyen katılımcıların ortalamaları ailece zaman geçiren katılımcıların ortalamalarına göre daha düşüktür. "Kaçınma"($\bar{x}_{geçiren}$=2,05, $\bar{x}_{geçirmeyen}$=2,19) boyutunda ise ailece zaman geçirmeyen katılımcıların ortalamaları ailece zaman geçiren katılımcıların ortalamalarına göre daha yüksektir.

Tablo 23: Anne-Baba ve Kardeş Dışında Evde Yaşayan Olup Olmaması Durumuna Göre StresleBaşa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Evde Yaşayan	N	$\bar{x}$	Ss	Sd	T	P
Sosyal Destek Arama						
Var	36	2,13	,41	398	1,376	,170
Yok	364	2,01	,48			
Problem Çözme						
Var	36	2,16	,37	398	-1,174	,241
Yok	364	2,25	,44			
Kaçınma						

Var	36	2,22	,42	398	2,039	,042*
Yok	364	2,06	,44			

*p<.05

Tablo 23'de stresle başa çıkma stratejileri boyutlarının anne, baba ve kardeş dışında evde yaşayan başka biri olup olmaması durumuna göre karşılaştırılması yapılan Bağımsız Gruplar t Testi yer almaktadır. Normal dağılım gösterdiği gözlenen verilerin analizi doğrultusunda elde edilen bulgulara göre "Kaçınma" t(2,039); p<0,05 boyutlarında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir."Kaçınma" ($\bar{x}_{var}$=2,22, $\bar{x}_{yok}$=2,06) boyutunda annesi, babası ve kardeşi dışında evde yaşayan başka kişi veya kişilerin olmasının ortalamaları,evde yaşayan başka kişi veya kişilerin olmamasının ortalamalarına göre daha yüksektir.

Tablo 24: Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre StresleBaşa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmadığını Belirlemek Amacıyla Yapılan Bağımsız Gruplar t Testi Analiz Sonuçları

Cinsiyet	N	$\bar{x}$	Ss	Sd	t	P
Sosyal Destek Arama						
Kız	130	2,16	,45	398	4,066	~,000*
Erkek	270	1,96	,47			
Problem Çözme						
Kız	130	2,29	,41	398	1,810	,071
Erkek	270	2,21	,44			
Kaçınma						
Kız	130	2,07	,48	398	-,134	,893
Erkek	270	2,08	,42			

*p<.05

Tablo 24'de stresle başa çıkma stratejileri boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması yapılan Bağımsız Gruplar t Testi yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre "Sosyal Destek Arama" t(4,066); p<0,05 boyutunda anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir.Anlamlı düzeyde farklılaşma gözlenen "Sosyal Destek Arama"

($\bar{x}_{kız}$=2,16, $\bar{x}_{erkek}$=1,96) boyutunda erkek öğrencilerin ortalamaları kız öğrencilerin ortalamalarına göre daha düşük bulunmuştur.

Tablo 25: Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Ekonomik Düzeylerine Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Toplam	403,604					
Sosyal Destek Arama						
Gruplararası	,497	2	,248	1,082	,340	
Grupiçi	91,113		,230			
Toplam	91,610					
Problem Çözme						
Gruplararası	,356	2	,178	,936	,393	
Grupiçi	75,581		,190			
Toplam	75,938					
Kaçınma						
Gruplararası	1,097	2	,548	2,840	,060	
Grupiçi	76,671		,193			
Toplam	77,767					

*p<.05

Tablo 25'de stresle başa çıkma stratejileri boyutlarının katılımcıların ekonomik düzeylerine göre tek yönlü ANOVA testi yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre stresle başa çıkma stratejileri boyutlarında ekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Tablo 26: Katılımcıların Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Okullara Göre Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Toplam	403,604					
Sosyal Destek Arama						
Gruplararası	,814	2	,407	1,779	,170	
Grupiçi	90,796		,229			
Toplam	91,610					
Problem Çözme						
Gruplararası	,488	2	,244	1,285	,278	

	Grupiçi	75,449		,190		
	Toplam	75,938				
Kaçınma						
	Gruplararası	,363	2	,181	,930	,395
	Grupiçi	77,405		,195		
	Toplam	77,767				

*p<.05

Tablo 26'da stresle başa çıkma stratejileri boyutlarının okul türlerine göre tek yönlü ANOVA testi yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre Başa çıkma stratejileri boyutlarında okul türlerine göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Tablo 27: Ebeveyn-Ergen İlişki Niteliği ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Alt Boyutları Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	Anne Açıklama	Baba Açıklama	Anne Ergen Olumlu İlişkisi	Baba Ergen Olumlu İlişkisi	Anne Olumsuz Ergen İlişkisi	Baba Olumsuz Ergen İlişkisi	Sosyal Destek Arama	Problem Çözme	Kaçınma
Anne Açıklama	1								
Baba Açıklama	,772**	1							
Anne Olumlu Ergen İlişkisi	,635**	,516**	1						
Baba Olumlu Ergen İlişkisi	,441**	,654**	,644**	1					
Anne Olumsuz Ergen İlişkisi	-,098	-,096	-,300**	-,132**	1				
Baba Olumsuz Ergen İlişkisi	-,090	-,171**	-,111*	-,360**	,362**	1			
Sosyal Destek Arama	,161**	,159**	,149**	,105*	,043	,012	1		
Problem Çözme	,179**	,217**	,131**	,153**	-,034	-,049	,327**	1	
Kaçınma	-,090	-,120*	-,185**	-,150**	,120*	,186**	,061	,148**	1

Not : * p<0,05; **p<0,01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 27'de Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutları arasındaki ilişkiye ait Pearson korelasyon analizi sonucunda "Anne-açıklama" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" (r=,161; p<0,05) boyutu ve "Problem Çözme" (r=,179; p<0,05) boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. "Kaçınma" boyutunda ise pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmamıştır (p>0,05). "Baba-açıklama" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" (r=,159; p<0,05) boyutu ve "Problem Çözme" (r=,217; p<0,05) boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. "Anne-Olumlu Ergen İlişki Niteliği" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" (r=,149; p<0,05) boyutu ve "Problem Çözme" (r=,131; p<0,05) boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulunmuştur ve "Baba-Olumlu Ergen İlişki Niteliği" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" (r=,105; p<0,05) boyutunda 0,05 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü korelasyon ve "Problem Çözme" (r=,153; p<0,05) boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon bulunmuştur. "Anne-Olumsuz Ergen İlişki Niteliği" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" ve "Problem Çözme" (p>0,05) boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmamış fakat "Kaçınma" (r=,120; p<0,05) boyutu arasında 0,05 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulunmuştur. "Baba-Olumsuz Ergen İlişki Niteliği" boyutunda ise "Sosyal Destek Arama" ve "Problem Çözme" (p>0,05) boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmamıştır sadece "Kaçınma" (r=,186; p<0,05) boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulunmuştur.

Tablo 28: Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Boyutlarının StresleBaşa Çıkma Stratejilerinden Sosyal Destek Arama Boyutunu Yordayıcı Rolüne İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Sh	B	T	P	R	R^2	*F*
Sabit	1,735	,094		18,474	~ ,000	,183	,033	4,415
Anne Açıklama	,012	,047	,024	,255	,799			
Baba Açıklama	,054	,045	,120	1,210	,227			
Anne Olumlu Ergen İlişkisi	,054	,040	,107	1,341	,181			
Baba Olumlu Ergen İlişkisi	-,026	,040	-,053	-,649	,516			

Not: *P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 28'de Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarından "Sosyal Destek Arama" boyutu ile Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği boyutlarından anlamlı korelasyon vermekte olan "Anne Açıklama", "Baba Açıklama", "Anne Olumlu Ergen İlişki Niteliği" ve "Baba Olumlu Ergen İlişki Niteliği" boyutları için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir. "Sosyal Destek Arama" boyutunun yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda anlamlı düzeyde yordanmadığı bulunmuştur ($F_{(4,394)}$ =3,412; p>0,05).

Tablo 29: Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği BoyutlarınınStresle Başa Çıkma Stratejilerinden Problem Çözme Boyutunu Yordayıcı Rolüne İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Sh	B	T	P	R	R^2	*F*
Sabit	1,959	,085		23,082	~ ,000	,219	,048	4,941
Anne Açıklama	,010	,042	,023	,245	,807			
Baba Açıklama	,075	,040	,183	1,866	,063			
Anne Olumlu Ergen İlişkisi	,005	,036	,011	,140	,889			
Baba Olumlu Ergen İlişkisi	,007	,036	-,016	,192	,848			

Not: *P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 29'da Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarından "Problem Çözme" boyutu ile Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği boyutlarından anlamlı korelasyon vermekte olan "Anne Açıklama","Baba Açıklama", "Anne Olumlu Ergen İlişki Niteliği" ve "Baba Olumlu Ergen İlişki Niteliği" boyutları için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir. "Problem Çözme" boyutunun yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda anlamlı düzeyde yordanmadığı bulunmuştur ($F_{(4,394)}$ =4,941; p>0,05).

Tablo 30: Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Boyutlarının Stresle Başa Çıkma Stratejilerinden Kaçınma Boyutunu Yordayıcı Rolüne İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Sh	B	T	P	R	R^2	*F*
Sabit	2,147	,116		18,531	~ ,000	,249	,062	5,203

Baba Açıklama	-,012	,027	-,029	-,437	,662
Anne Olumlu Ergen İlişkisi	-,080	,032	-,175	-2,481	,014
Baba Olumlu Ergen İlişkisi	,020	,036	,046	,565	,573
Anne Olumsuz Ergen İlişkisi	,003	,027	,007	,127	,899
Baba Olumsuz Ergen İlişkisi	,077	,026	,176	3,012	,003

Not: *P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 30'da Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarından"Kaçınma" boyutu ile Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği boyutlarından anlamlı korelasyon vermekte olan "Baba Açıklama", "Anne Olumlu Ergen İlişki Niteliği" ve "Baba Olumlu Ergen İlişki Niteliği", "Anne Olumsuz Ergen İlişki Niteliği" ve "Baba Olumsuz Ergen İlişki Niteliği" boyutları için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir. "Problem Çözme" boyutunun yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda anlamlı düzeyde yordanmadığı bulunmuştur ($F_{(5,393)}$ =5,203; p>0,05).

BÖLÜM 5.TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma soruları doğrultusunda gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulguların ilgili literatür doğrultusunda tartışılıp değerlendirilmesi yer almaktadır.

5.1. Demografik Özellikler Açısından Araştırma Değişkenlerine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

5.1.1. Ebeveynlerin Eğitim Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Ebeveynlerin eğitim durumunun Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda annenin ve babanın eğitim durumuna göre ölçülen değişkenlere ilişkin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Karaca, Barlas, Onan ve Öz'ün (2013) 16-20 yaş grubu ergenler üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada elde edilen bulgulardan biri de babanın eğitim durumunda farklılık gözlendiğidir. Bu bulguya göre; babasının eğitim durumu lise ve üniversite mezunu olan ergen bireylerin, babası okur- yazar olmayan ergen bireylere göre ailelerinin rol ve işlevlerini daha sağlıklı olarak algıladıklarını bulmuş ve bildirmişlerdir.

Mete (2005) örneklemini lisede öğrenim gören öğrencilerden seçerek yapmış olduğu araştırmada baba eğitim durumunun duygusal tepki verebilme ve roller ile anlamlı düzeyde farklılaştığını saptamıştır. Bu doğrultuda öğrencilerin babalarının eğitim düzeyleri yükseldikçe işlevselliğin arttığı belirtilmiştir (Çalış,2019).

Bayramlar, Kumbas, Çam, Keskin ve Form (2009) lise öğrencileri ile yapılmış çalışmada aile işlevlerinin ergen bireylerin sosyo-demografik özellikleri ile ilişkisine bakılmıştır. Çalışma sonucuna göre akademik başarı, kardeş sayısı, ekonomik düzey,

babanın mesleği ve babanın ve annenin eğitim durumunun ergen bireyin sorun yaşama durumunda etkili olduğu bulunmuştur. Babanın eğitim düzeyinin düşük olmasının gelirin de düşük olmasına yol açabileceği ve bu durumun da aile içinde sorun oluşturarak davranış kontrolünü etkilediği ifade edilmektedir.

Erbil, Divan ve Önder 'in (2006) gerçekleştirdikleri çalışma doğrultusunda anne ve babanın eğitim durumunun yüksek olması doğrultusunda bireylerin benlik saygılarının da yükseldiği gözlenmiştir. Araştırmaya göre anne ve babalarının eğitim düzeyleri orta ve yüksek düzeyde olan ergen bireylerin, eğitim düzeyi daha düşük olan ergen bireylere göre daha yüksek benlik saygısına sahip bireyler oldukları gözlenmiş ve bildirilmiştir.

5.1.2. Ebeveynlerin Çalışma Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarının ebeveynlerin çalışma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için yapılmış analiz doğrultusunda annenin ve babanın çalışma durumuna göre ölçülen değişkenlere ilişkin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Çalış'ın (2019) bir grup ergenlik döneminde bulunan öğrenciler üstünde yapmış olduğu çalışmaya göre anne çalışma durumunun bireyin aile işlevselliği algısına etkisinin olduğu bulunmuş ve bildirilmiştir. Çalışma sonuçları doğrultusunda annesi çalışan ergen bireylerin algılamış olduğu aile işlevselliğinin, annesi çalışmayan ergenlere göre daha az işlevsel olduğunun gözlendiği bildirilmiştir.

Anne ve babaların çalışmaları ile ergen arasındaki etkileşime dair yapılmış çalışma sayısı son yıllara kadar oldukça azdır. Genellikle yaşı küçük olan çocuklar ile ebeveynin çalışma etkisi incelenmiştir. Yapılmış olan araştırmalar doğrultusunda ise ebeveynin çalışmasından çok çalışma doğasının daha etkili olduğunun gözlendiği ifade edilmektedir. Anne ve babaların çalışma yaşantılarını inceleyen Ann Crouter (2006) iş standartları zorlayıcı olan ailelerin evde daha stresli ve öfkeli ve aile katılımı olarak daha düşük olabildiğini aynı zamanda iş standartları zor olan ailelerin ergen çocuklarının ise akademik başarısının düşük olması ve davranış problemlerinin fazla

olmasıyla bu durumun ilişkili olabildiğini bildirmiştir. İş standartları daha rahat olan ailelerin ise aile katılımlarının yüksek ve daha sakin olabildiklerini böylelikle ergen çocuklarının davranışlarının ve akademik başarıların daha iyi seyretmesiyle bu durumun ilişkili olduğu bildirilmektedir (akt. Santrock,2017).

Annenin çalışma durumuna göre yapılan araştırmaların çoğu hem annenin hem de babanın çalışmasını dikkate almaktadır. Araştırma kapsamında annesi çalışıyor olanların babaları da çalışıyor konumdadır fakat sadece annenin çalışıp, babanın çalışmadığı durumlarla ilgili sayı çok az olması nedeniyle karşılaştırma ve yorum yapmak zorlaşmaktadır (Steinberg,2017).

5.1.3. Zaman Geçirme Durumuna GöreStresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Zaman geçirme durumuna göre Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarının farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda annesiyle zaman geçirme durumunda stresle başa çıkma boyutlarından "Sosyal Destek Arama" boyutunda anlamlı farklılık gözlenmiştir. Bulgulara göre annesiyle zaman geçiren ergen bireylerin sosyal destek arama ortalamaları, annesiyle zaman geçirmeyen ergen bireylerin ortalamalarına göre daha yüksek bulunmuştur.

Baba zaman geçirme durumunda ise Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarından"Sosyal Destek Arama" ve "Kaçınma" boyutlarında anlamlı farklılık gözlenmiştir. Bulgulara göre babasıyla zaman geçiren ergen bireylerin annesine ve sosyal destek arama ortalamaları, babasıyla zaman geçirmeyen ergen bireylerin ortalamalarına göre daha yüksek bulunmuştur. "Kaçınma" boyutunda ise babasıyla zaman geçirmeyen ergen bireylerin, babasıyla zaman geçirenlere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Ailece zaman geçirme durumunda Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarından "Sosyal Destek Arama", "Problem çözme" ve "Kaçınma" boyutlarında anlamlı farklılık gözlenmiştir. Bulgulara göre ailece zaman geçiren ergen bireylerin sosyal destek arama ve problem çözme ortalamaları, ailece zaman geçirmeyen ergen bireylerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. "Kaçınma" boyutunda ise ailece

zaman geçirmeyen ergen bireylerin, babasıyla zaman geçirenlere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Eryılmaz'ın (2010) aile yapısı ile ergen mutluluğu arasındaki ilişkinin incelendiği çalışma sonucunda ergen bireylerin aileleri ile iletişimlerinin iyi ve açık olması, ergen bireylerin ailelerine kendilerini ifade etmelerinin daha rahat olduğu gözlenmiştir. Aynı zamanda çalışmada bireye ailesinin anlattığı şeyler ile bireyin algıladıklarının tutarlı olduğu ve bu doğrultuda ergen bireylerin daha mutlu oldukları gözlendiği bildirilmektedir.

Kuzucu ve Özdemir (2013) ergenlerin ruh sağlığının anne ve baba katılımı açısından yordanması isimli gerçekleştirdikleri çalışma ergenin algılamış olduğu ebeveyn katılımında artış görülmesinin depresyon ve saldırganlığı azaltarak, yaşam doyumu ve benlik saygısını arttırdığı bulunmuş ve bildirilmiştir. Ebeveynin ikisinin de katılımının yordayıcı etkisi gözlense de baba katılımın etkisinin daha yüksek gözlendiği bildirilmiştir.

Erbil, Divan ve Önder 'in (2006) gerçekleştirdikleri anne ve babanın eğitim durumunda yer verilen çalışma aynı zamanda zaman geçirme adına da bilgi vermektedir. Ailede yeterli zaman geçirilen, sorunları paylaşılabilen, özel hayatına saygı gösterilen ve benzeri olumlu davranışların çocuklarının benlik saygılarına olumlu etki ettiği gözlenmiş ve bildirilmiştir. Bu durum bulguları ve literatürü destekler niteliktedir.

Çalışma doğrultusunda anne ve baba ile baş başa ve ailece zaman geçirmenin ergen bireyler için başta kendilerine değer verildiğini hissederek anne ve babası ile olumlu ilişkiler geliştirmelerine, aralarındaki iletişimin kuvvetlenmesi, paylaşımın artması, güven ve bağlılığın desteklenmesi açısından oldukça önemli bir rolü olduğunu ve yeterli zaman geçirmek için çaba gösterilmemesinin, ergen bireylerde değersizlik hissine, içine kapanma, aileden uzaklaşma ve olumsuz ebeveyn ergen ilişkisi geliştirme gibi durumlara neden olabileceği düşünülmektedir.

5.1.4. Anne-Baba ve Kardeş Dışında Evde Yaşayan Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarının anne, baba ve kardeş dışında evde yaşayan durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda "Kaçınma" boyutunda anlamlı farklılık gözlenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda anneleri, babaları ve kardeşleri dışında başka biri veya birilerinin yaşadığı evlerde bulunan ergen bireylerin "Kaçınma" boyutunda anneleri, babaları ve kardeşleri dışında başka biri veya birilerinin yaşamadığı evlerde bulunan ergen bireylerin ortalamalarının başka biri veya birilerinin yaşadığı evlerde bulunan ergen bireylerin ortalamalarına göre daha düşük olduğu gözlenmiştir. Bu durumda ergen bireylerin yaşamlarını sürdürdükleri evde anne, baba ve kardeşleri dışında yaşayan biri veya birileri varsa anne ve baba ilişkisinde problem oluşturabileceği söylenebilmektedir.

Ülkemizde geleneksel aile şeklinde yaşamını sürdüren aileler bulunmaktadır. Bu durum sonucu ergen bireyler anne veya babanın kendi annesi,babası, kardeşi ve başka akrabaları bir arada yaşamak durumunda kalabilmektedirler. Geleneksel aile yaşamının aile işlevine zarar verdiği ve çocuklarda suç oranını yükselttiği (Göç,2006) bulunmuş ve bildirilmiştir (Bayramlar vd. ,2009).

Bayramlar vd. (2009) bir grup ergen üstünde yapılmış çalışmada aile işlevlerini incelemişlerdir. Bu çalışma sonucunda ulaşılan bulgulardan biri ise aile içinde sorun yaşamakta olan ergen bireylerin bir kısmında anne, baba ve kardeş dışında diğer aile üyelerinden kaynaklı bir farklılık gözlendiğini bildirmişlerdir.

Çalışma doğrultusunda Türkiye'de geleneksel aile yaşamının fazla olması ve bu durumun anne, baba dışında evde farklı otorite figürleri veya karar mekanizmasını etkileyen kişiler olması halinde ergen bireylerin anne ve babalarıyla kurdukları ilişkilerinin zarar görebilmekte olduğunu ve özel yaşamlarının ihlal edildiğini düşünmelerinin mümkün olduğu düşünülmektedir.

5.1.5. Evlilik Devamlılığı Durumuna Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Ergen bireyin annesi ve babasının evliliğinin devam etmesi durumuna göre StresleBaşa Çıkma Stratejileri boyutlarının farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılacak analiz için toplanan verilerin normal dağılım göstermemesi nedeniyle analiz için uygun olmadığı gözlenmiştir.

5.1.6.Cinsiyete Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda"Sosyal Destek Arama" boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda kız öğrencilerin sosyal destek arama ortalamalarının, erkek öğrencilerin ortalamalarında daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bulguların literatürce benzerlik gösterdiği söylenebilmektedir.

Türküm (2002) stresle başa çıkma konusunda yapmış olduğu çalışma doğrultusunda "Sosyal Destek Arama" boyutunda cinsiyete göre farklılık oluştuğunu gözlemlemiştir. Araştırma sonucuna göre başa çıkmada sosyal destek aramayı kızların erkeklere oranla daha fazla kullandıklarına dair bulgulara ulaştıklarını bildirmiştir.

Şahin ve Durak (1995) yapmış oldukları çalışmada Sosyal desteğe başvurmanın cinsiyet doğrultusunda farklılık gösterdiğini gözlemlemiş ve bildirmişlerdir. Bu çalışma bulgularına göre kadınların erkeklere göre bu başa çıkma tarzına daha çok başvurduğunun söylenebileceği bildirilmektedir.

Aysan ve Bozkurt (2000) başa çıkma stillerini inceleyerek gerçekleştirdiği araştırma doğrultusunda cinsiyete göre farklılık gösterdiği bildirilmektedir. Bulgulara göre sosyal destek aramada kızların, erkeklere oranla sosyal destek arama durumlarının daha yüksek olarak gözlendiği bildirilmiştir.

Reevy ve Maslach (2001) yaptıkları çalışmada kızların erkeklere göre sosyal destek almaya karşı beklentilerinin daha yüksek olduğu bulunmuş ve bildirilmiştir. Aynı

zamanda duygusal destek alma ve duygusal destek verme konusunda da kızların oranları daha fazla bulunmuştur (akt. Yamaç,2009).

Bu çalışma doğrultusunda literatür incelendiğinde diğer araştırmalarda da sosyal desteğin kız öğrencilerde erkeklere oranla daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu durumun kız öğrencilerin yaşadıkları problemleri başka birine anlatma ve fikir almaya daha eğilimli olmasının nedeni olduğu düşünülmektedir.

5.1.7. Ekonomik Düzeye Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarının ekonomik düzeylere göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda ekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Korfal (2016) araştırmasında yer verdiği incelediği konulardan biri olan ekonomik düzeyde zorluk yaşanması durumunda anne açıklama, baba açıklamada ve olumlu ebeveyn ergen ilişkisinde azalma gözlenmekte olduğu ve yine ekonomik düzeyde zorluk yaşandığında olumsuz ebeveyn ergen ilişkisinde de artış olduğu gözlenmiş ve bildirilmiştir.

Çiftçi (2002) ergenler üzerinde yaptığı çalışmada strese dayanıklılık ve başa çıkma yolları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçlarından biri de sosyo-ekonomik düzeyin yüksek olması ve akademik başarının yüksek olması durumunda problem odaklı başa çıkmanın daha çok kullanıldığıdır (akt. Eryılmaz,2009).

5.1.8. Okul Türlerine Göre Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Farklılaşıp Farklılaşmamalarına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarının okul türlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda okul türlerine göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Avşaroğlu ve Üre (2007) yapmış oldukları çalışma doğrultusunda okul türü ve stresle başa çıkma konusunda fikir oluşturmaktadır. Bu çalışmada öğrencilerin mezun oldukları lise türünün stresle başa çıkma stili alt boyutları açısından anlamlı fark oluşturduğu gözlemiş ve bildirmişlerdir.

Kapıkıran ve Özgüngör (2009) ergenlerin sosyal destek düzeylerinin akademik başarıları ve güdülenme düzeyleriyle ilişkilerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmanın sonuçlarından biri de okul türünün akademik başarı için en etkili yordayıcı olduğudur.

5.2. Ebeveyn Ergen İlişkisi ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişkiye Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Ebeveyn Ergen İlişki Niteliğinin ve Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin alt boyutları arasındaki ilişkiye ait Pearson korelasyon analizi sonucunda "Anne-açıklama" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" boyutu ve "Problem Çözme" boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. "Kaçınma" boyutunda ise pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmamıştır. "Baba-açıklama" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" boyutu ve "Problem Çözme" boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. "Anne-Olumlu Ergen İlişki Niteliği" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" boyutu ve "Problem Çözme" boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulunmuştur ve "Baba-Olumlu Ergen İlişki Niteliği" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" boyutunda 0,05 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü korelasyon ve "Problem Çözme" boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon bulunmuştur. "Anne-Olumsuz Ergen İlişki Niteliği" boyutu ile "Sosyal Destek Arama" ve "Problem Çözme" boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmamış fakat "Kaçınma" boyutu arasında 0,05 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulunmuştur. "Baba-Olumsuz Ergen İlişki Niteliği" boyutunda ise "Sosyal Destek Arama" ve "Problem Çözme" boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmamıştır sadece "Kaçınma" boyutu arasında 0,01 anlamlılık düzeyinde pozitif yönlü bir korelasyon olduğu bulunmuştur.

Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarından "Sosyal Destek Arama" boyutu ile Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği boyutlarından anlamlı korelasyon vermekte olan "Anne Açıklama", "Baba Açıklama", "Anne Olumlu Ergen İlişki Niteliği" ve "Baba Olumlu Ergen İlişki Niteliği" boyutları için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamadığı gözlenmiştir. "Sosyal Destek Arama" boyutunun yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Stresle Başa Çıkma

Stratejileri boyutlarından "Problem Çözme" boyutu ile Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği boyutlarından anlamlı korelasyon vermekte olan "Anne Açıklama", "Baba Açıklama", "Anne Olumlu Ergen İlişki Niteliği" ve "Baba Olumlu Ergen İlişki Niteliği" boyutları için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir. "Problem Çözme" boyutunun yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Stresle Başa Çıkma Stratejileri boyutlarından "Kaçınma" boyutu ile Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği boyutlarından anlamlı korelasyon vermekte olan "Baba Açıklama", "Anne Olumlu Ergen İlişki Niteliği" ve "Baba Olumlu Ergen İlişki Niteliği", "Anne Olumsuz Ergen İlişki Niteliği" ve "Baba Olumsuz Ergen İlişki Niteliği" boyutları için kurulan model istatistiksel olarak anlamlı değildir. "Problem Çözme" boyutunun yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur.

Literatür incelendiğinde ergenlik döneminde aile ilişkileri ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi, değişkenler doğrultusunda inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Çalışmamız açısından benzerlik bulunma durumuna göre literatür incelendiğinde ergenlik, anne, baba veya aile ilişkisi üstüne farklı değişkenlerle yapılmış çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalar ailede birliğin artması ve ortamların çoğalmasının ergen bireyin iyi hissetmesinde, çatışmaların artmasının ergen bireyin problemlerinin artmasına neden olduğuna (Eryılmaz,2011; Kulaksızoğlu,1989) anne ve babanın tutumunun ebeveyn ergen ilişkisine etki ettiğine, farklı okul türlerinin anne, baba ile ilişkide ve iletişimde farklılık oluşturduğuna, annesi lise mezunu olan ve çalışmakta olan ergenlerin algıladıkları duygusal istismarın daha fazla olduğuna, ergen bireylerde algılanan aile desteği ile probleme pozitif yönelim arasında pozitif yönlü ilişkiye dair çalışmamızla benzerlik sağlayan bulgulara rastlamaktayız(Sağlam,2007; Düzgün, 2010; Yalçın,2007; Arslan,2009).

Ergenlik ve anne, baba ve ebeveyn tutumları üzerine çalışmalar incelendiğinde, anne ve babanın çocuklarını yetiştirme tarzları ile aile içi ilişkiler ve ekonomik düzey arasında anlamlı ilişkiler bulunması, çocuk yetiştirme tarzlarının ergen bireyin benlik saygısına etki ettiğine, anne-baba tutumunun ve yaşam doyumunun yılmazlığı anlamlı şekilde yordadığı, ebeveyn tutumunun ve baba eğitim durumunun arkadaş bağlılığında anlamlı farklılık oluşturduğuna, eşlerin arasındaki uyumun ergen bireye etki ettiğine, olumsuz değerlendirilmekten korkma ile sosyal kaçınma ve huzursuzluk boyutlarının

ana baba tutumları ile anlamlı ilişkisi olduğuna dair çalışmamızla benzerlik sağlayan bulgulara rastlamaktayız (Ulusoy, Demir & Görgün Baran,2005; Tunç &Tezer,2006; Çiftçi Arıdağ & Seydooğulları, 2019; Çevik & Çelikkaleli, 2010; Yılmaz, 2001; Erkan, Güçray &Çam,2002).

Ergenlerde stres ve başa çıkma üstüne yapılmış çalışmalar incelendiğinde, aktif başa çıkma ile aile ilişkilerinde doyum arasında orta düzeyde pozitif ilişkinin bulunduğu, etkili olan başa çıkma örüntülerine sahip olan ergenin, ruhsal ve davranışsal sorunlar yaşamamasında fayda sağlayabileceğinin, yönetici davranışlarından kaynaklanan stres düzeylerinin cinsiyete, annelerinin eğitim düzeyine ekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık oluşturduğu, ergenlerde algılanan stres düzeyi ve algılanan aile desteği arasında ters ilişki olduğunu ve etkili başa çıkmaya sahip olmanın çocukların suça bulaşmasını önlemede yardımcı olacağına dair çalışmamızla benzerlik gösteren bulgulara rastlamaktayız (Işık &Bedel,2015; Basut,2006; Uluruh,2008; Banaz,1992; Basut &Erden,2005). Bu çalışmalar araştırmamız açısından tamamlayıcı fikirler sağlayabilmektedir.

BÖLÜM 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma süreci ve araştırma doğrultusunda elde edilen bulgular ve sonuçları içeren özetlenmiş ve elde edilen sonuçlar doğrultusunda da önerilere yer verilmiştir.

Özet

Bu araştırma ergenlik döneminde bulunan bireylerin stresle başa çıkmak için kullandıkları stratejilerin, aileleri ile ilişkileri açısından yordayıcı rolünün ortaya konulması amacıyla gerçekleştir. Örneklemini Denizli ilinde Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı olan Aydem Fen Lisesi, Mustafa Kaynak Anadolu Lisesi, Orhan Abalıoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi olmak üzere 4 lisede eğitim ve öğretimine devam eden 400 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama sürecinde katılımcılardan sırasıyla kişisel bilgi formu, Ebeveyn Ergen İlişki Niteliği Ölçeği, Başa Çıkma Stratejileri Ölçeğinden oluşan formu doldurmaları istenmiştir.

Başa çıkma stratejileri ve ebeveyn ergen ilişki niteliğinin demografik veriler doğrultusunda incelenmesi amacıyla bağımsız gruplar t testi, tek yönlü ANOVA testleri, Pearson korelasyon testi uygulanmış ve bağımsız değişkenlerin yordayıcı rolünü incelemek amacıyla ise basit doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır.

Araştırma bulguları doğrultusunda katılımcıların başa çıkma stratejilerianne, baba ve ailece zaman geçirme, evde yaşayan başka biri veya birileri olması durumu ve cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Başa çıkma stratejileri boyutlarından sosyal destek arama ve problem çözme boyutlarında ebeveyn ergen ilişki niteliğinin anne açıklama, baba açıklama, anne olumlu ergen ilişkisi ve baba olumlu ergen ilişkisi ile pozitif yönde ilişkili bulunmuş, kaçınma boyutunda ise olumsuz ergen ilişkisi ve baba olumsuz ergen ilişkisi ile pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Ebeveyn ergen ilişki niteliğinin başa çıkma stratejileri üzerindeki yordayıcı rolü incelendiğinde model olarak anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür.

Bu bulgular doğrultusunda araştırmanın hipotezlerine ilişkin ulaşılan sonuçlar aşağıdaki gibidir:

Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden sosyal destek arama boyutu arasında ilişki yoktur şeklinde olan hipotez doğrulanmıştır (H1= Red, H0=Kabul).

Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden problem çözme boyutu arasında ilişki yoktur şeklinde olan hipotez doğrulanmıştır (H2=Red, H0=Kabul).

Olumsuz anne ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden kaçınma boyutu arasında ilişki vardır şeklinde olan hipotez doğrulanmıştır (H3= Kabul, H0=Red).

Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden sosyal destek arama boyutu arasında ilişki yoktur şeklinde olan hipotez doğrulanmıştır (H4= Red, H0=Kabul).

Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden problem çözme boyutu arasında ilişki yoktur şeklinde olan hipotez doğrulanmıştır (H5=Red, H0=Kabul).

H6: Olumsuz baba ergen ilişki niteliği ile ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinden kaçınma boyutu arasında ilişki vardır şeklinde olan hipotez doğrulanmıştır (H6=Kabul, H0=Red).

Araştırmanın demografik özellikleri doğrultusunda ulaşılan sonuçlar aşağıdaki gibidir:

Ergenlerin annelerinin ve babalarının eğitim durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Ergenlerin annelerinin ve babalarının çalışma durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Ergenlerin anneleri ile zaman geçirme durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Buna göre annesiyle zaman geçiren ergen bireylerin sosyal destek arama ortalamaları, annesiyle zaman geçirmeyen ergen bireylerin ortalamalarına göre daha yüksek bulunmuştur.

Ergenlerin babaları ile zaman geçirme durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.Buna göre babasıyla zaman geçiren ergen bireylerin sosyal destek arama ortalamaları, babasıyla zaman geçirmeyen ergen bireylerin ortalamalarına göre daha yüksek bulunmuştur. Kaçınma başa çıkma stratejisinde ise babasıyla zaman geçirmeyen ergen bireylerin, babasıyla zaman geçirenlere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Ergenlerin ailece zaman geçirme durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Buna göre ailece zaman geçiren ergen bireylerin sosyal destek arama ve problem çözme ortalamaları, ailece zaman geçirmeyen ergen bireylerin ortalamalarına göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Kaçınma başa çıkma stratejisinde ise ailece zaman geçirmeyen ergen bireylerin, babasıyla zaman geçirenlere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Ergenlerin anne ve baba dışında evde yaşayan olup olmaması durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Buna göre kaçınma başa çıkma stratejisinde anneleri, babaları ve kardeşleri dışında başka biri veya birilerinin yaşamadığı evlerde bulunan ergen bireylerin başka biri veya birilerinin yaşadığı evlerde bulunan ergen bireylerin göre daha düşük olduğu gözlenmiştir. Bu durumda ergen bireylerin yaşamlarını sürdürdükleri evde anne, baba ve kardeşleri dışında yaşayan biri veya birileri olması durumunda, anne ve baba ilişkisinde problem oluşabileceği söylenebilmektedir.

Ergenlerin cinsiyet durumuna göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Buna göre kız öğrencilerin sosyal destek arama ortalamalarının, erkek öğrencilerin ortalamalarında daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Ergenlerin ekonomik düzeylerine göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Ergenlerin okul türlerine göre stresle başa çıkma stratejileri anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Öneriler

Yapılan araştırma sonucunda ebeveyn ergen ilişkisinin stresle başa çıkma stratejisini anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür. Çalışma doğrultusunda demografik özelliklerden anne ve baba ile zaman geçirme, ailece zaman geçirme, evde yaşayan başka biri veya birileri olması ve cinsiyete göre anlamlı düzeyde sonuçlar elde edildiğisöylenebilmektedir. Yapılan araştırma doğrultusunda korelasyon ve regresyon analizlerinde bulunan ilişkinin zayıf olması ve anlamlı olmaması gözlenmiştir.

Bu araştırma sadece Denizli ilinde bulunan Fen, Anadolu ve Meslek lisesi türünde dört farklı lisede eğitim ve öğretim gören öğrenciler ile gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle gelecekte yapılacak çalışmalarda farklı il ve ilçelerle, farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip olan daha geniş bir örneklem grubuyla daha kapsamlı bilgiler elde etmek amacıyla faydalı olabilir.

Araştırma varsayımlarından birisi katılım sağlayan öğrencilerin ölçeklere ve kişisel bilgi formuna samimi ve içten şekilde cevap verdiklerini varsaymaktır. Ancak iki ölçek ve bir bilgi formu olması nedeniyle katılım sağlayan öğrencilerin bir süreden sonra sıkılabilecekleri ve dikkatlerinin dağılabileceği göz önünde bulundurularak yapılacak benzer araştırmalarda ölçeklerin iki oturumda veya farklı sıralarda sunulabileceği önerilmektedir.

Bu dönemin ergen bireyler için oldukça stres içeren bir dönem olduğunu ve ergenlik dönemine girmeden çocukluktan itibaren ailelerin ergenlik bilinci kazanması açısından düzenlenecek eğitim ve bilgilendirmelerin oldukça önemli olacağı düşünülmektedir. Öztürk (2006) yapmış olduğu çalışma doğrultusunda ailelere "aile içi iletişim eğitimi" verilerek ergen bireyin duygusal sağlığına katkı sağladığını bulmuş ve bildirmiştir (akt.Şahin&Aral,2012).

Ergenlik dönemi içindeki bireylerin anne-babalarıyla kötü ilişkilerinin olmasının, psikolojik olarak iyiliklerinin olumsuz şekilde etkilemekte olduğu bilinmektedir (Batıgün&Say,2015). Ergenlik döneminde bulunan bireyler için ise stresle nasıl başa çıkmaları konusunda farklı eğitim ve bilgilendirmeler yapılmasının faydalı

olacağı düşünülmektedir. Gelecekte yapılacak olan araştırmaların ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerinin aileleri ile ilişkilerinin incelenmesi bu çalışma ile tamamlayıcı nitelikte sonuçlar üretebileceği düşünülmektedir.

EK'LER

EK-1 ETİK KURUL KARARI

T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
ETİK KURUL KARARI

Toplantı Tarihi: 20.01.2020
Toplantı Sayısı: 2020/01
Toplantı Saati: 10:00

Karar No: 2020/01-22

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi) Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Hatice YILDIZ tarafından gönderilen "Ergenlerin Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Aile İlişkileri Açısından İncelenmesi" başlıklı tez önerisi ve ölçekleri 20.01.2020 tarihinde incelenerek T.C. Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu Yönergesinin 6. maddesinde yazılı; **"Bilimsel disipline bağlılık, yaşama saygı, zarar vermeme, olası zarar ve riskler konusunda tüm ilgilileri bilgilendirme, insan ve topluma sorumluluk"** gibi ilkelere uygun olduğuna; yayına temel oluşturan araştırmanın tasarım, planlama ve yürütülme aşamalarında katkıda bulunanlara yer verilmesi, eksiksiz ve doğru kaynak gösterilmesi, gereken biçim ve doğrulukta atıflarda bulunulması kaydıyla yapılmasının etik olarak uygun olduğuna; toplantıya katılan üyelerin oybirliği ile karar verilmiştir.

Prof. Dr. Belma AKŞİT
Etik Kurul Başkanı

Prof. Dr. Nermin ÇELEN
(Üye)

Prof. Dr. Durmuş GÜNAY
(Üye) Katılmadı

Prof. Dr. Nurgün OKTİK
(Üye)

Prof. Dr. Zafer ÖZTEK
(Üye)

Prof. Dr. Necla ÖZTÜRK
(Üye)

Dr. Öğr. Üyesi Selcen ATAÇ
(Üye) Katılmadı

EK-2 ARAŞTIRMA İZNİ

T.C.
DENİZLİ VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 16605029/44-E.24425183 09/12/2019
Konu : Anket Uygulama İzni

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : Maltepe Üniversitesi Rektörlüğü'nün 27/11/2019 tarih ve 77275 sayılı yazıları.

Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji (Opsiyon; Gelişim Psikolojisi) Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Hatice YILDIZ, tez danışmanı İstanbul Kültür Üniversitesi öğretim üyesi Dr. Öğr. Üyesi Melis Seray ÖZDEN YILDIRIM sorumluluğunda "Ergenlerin Stresle Başa Çıkma Stratejilerinin Aile İlişkileri Açısından İncelenmesi" konulu araştırma çalışmasına yönelik hazırlamış olduğu anket/ölçek formlarını İlgi yazı gereği Müdürlüğümüze bağlı Denizli ili Pamukkale ilçesi Orhan Abalıoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ile Merkezefendi ilçesi Aydem Fen Lisesi ile Mustfa Kaynak Anadolu Lisesi'nde uygulamak istemektedir.

Yukarıda adı geçen müracaat ile ilgili (Lisans/Lisansüstü/Doktora) öğrencileri ve Öğretim Görevlilerinin ilgi yazıları ekinde belirtmiş oldukları okullarda, (Ortaöğretim/İlköğretim/Okulöncesi) konuları ile ilgili anket çalışmalarının "Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinleri" Genelgesinde belirtilen esaslar gereğince; Okul ve kurumların eğitim-öğretim faaliyetlerini aksatmayacak şekilde 2019/2020 eğitim-öğretim yılı içerisinde uygulamaları Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Olurlarınıza arz ederim.

Mahmut OĞUZ
Milli Eğitim Müdürü

OLUR
09/12/2019
Hakkı ÜNAL
Vali a.
Vali Yardımcısı

Güvenli Elektronik İmzalı
Aslı İle Aynıdır
Mahmut TUR
Memur
10/12/2019

T.C
DENİZLİ VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

MALTEPE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

Kurumunuzca Müdürlüğümüzden talep edilen araştırma isteklerine ait Makam Onayı ve Müdürlüğümüzce Onay verilen anket formları ekte gönderilmiştir.

Gereğini rica ederim.

Hakkı ÜNAL
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek:
1-Anket Formları

Mehmet Akif Ersoy Mah. 29 Ekim Bulv. No:174/1 Merkezefendi/DENİZLİ
Elektronik Ağ : http://denizli.meb.gov.tr -
E-posta: ab20@meb.gov.tr -Strateji Şubesi
Ayrıntılı Bilgi İçin : Sefa GELMİŞ - Şef
Telefon :(0 258) 2342095
Belgegeçer :(0 258) 2342099

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. https://evraksorgu.meb.gov.tr adresinden e972-9ea3-38d4-9654-e278 kodu ile teyit edilebilir.

EK-3 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Ergenlik dönemindeki bireyler ve aileleri ile gerçekleştirilen bir araştırmaya veri toplamak amacıyla bu anket ve envanterdeki sorulara içten ve doğru cevaplar vermeniz yardımcı olacaktır. Sonuçlar sadece bilimsel amaçlı kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Yardımlarınız için teşekkür ederim.

HATİCE YILDIZ

KİŞİSEL BİLGİLER

1) Cinsiyetiniz: Kız ( ) Erkek ( )

2) Yaşınız: ……..

3) Sınıf: Lise 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

4) Annenizin eğitim durumu

a) Okuma yazması yok
b) İlkokul mezunu
c) Ortaokul mezunu
d) Lise mezunu
e) Üniversite mezunu

5) Babanızın eğitim durumu

f) Okuma yazması yok
g) İlkokul mezunu
h) Ortaokul mezunu
i) Lise mezunu
j) Üniversite mezunu

6) Anne- babanızın evliliği devam ediyor mu?

a) Devam ediyor
b) Boşandılar
c) Annem öldü
d) Babam öldü

7) Anne veya babanız ölmüş/boşanmış ise ikinci bir evlilik yaptı mı?

a) evet / annem
b) evet/ babam
c) evet/ annem,babam

d) hayır

8) Annenizin çalışma durumu ( )Çalışıyor ( )Çalışmıyor ( )Ev hanımı/Emekli

10) Babanızın çalışma durumu ( )Çalışıyor ( )Çalışmıyor ( )Emekli

11) Ailenizin ekonomik düzeyi nedir?

Düşük ( )
Orta ( )
Yüksek ( )

12) Kardeşiniz var mı ? ( ) Evet ( ) Hayır

13) Var ise kaç tane, yaşları ve cinsiyetleri nedir?

.....
.....

14) Evde anne, babanız ve kardeşiniz dışında sizinle yaşayan başka birileri var mı?
( ) Evet ( )Hayır

Var ise kimler, yazınız .....

15) Annenizle başbaşa vakit geçirir misiniz? ( )Evet ( )Hayır

Evet ise ne yaparsınız? .....

16) Babanızla başbaşa vakit geçirir misiniz? ( ) Evet ( ) Hayır

Evet ise ne yaparsınız? .....

17) Ailece hep beraber geçirdiğiniz bir zaman dilimi var mı?

( )Evet ( )Hayır

Evet ise hep beraberken ne yapıyorsunuz?

…….

EK-4 EBEVEYN ERGEN İLİŞKİ NİTELİĞİ ÖLÇEĞİ

	Anneniz					Babanız				
Aşağıda anne-babanızla olan ilişkileriniz hakkında çeşitli sorular yer almaktadır. Bu soruları hem anneniz hem de babanız için ayrı ayrı değerlendiriniz. Annenizle-Babanızla / Annenize-Babanıza	Hiç ya da çok az	Biraz	Çok	Oldukça çok	En çok	Hiç ya da çok az	Biraz	Çok	Oldukça çok	En çok
1. Arkadaşlarınızın kimler olduğundan ne kadar bahsedersiniz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2. Paranızı nasıl harcadığınızdan ne kadar bahsedersiniz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
3. Okuldan sonra nerede olduğunuzdan ne kadar bahsedersiniz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4.Kapıdan çıktığınızda nereye gittiğinizden ne kadar bahsedersiniz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5. Boş zamanlarınızda neler yaptığınızdan ne kadar bahsedersiniz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
6. Okulda aldığınız notlardan ne kadar bahsedersiniz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
7. İlişkinizden ne kadar memnunsunuz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8. İlişkiniz ne kadar iyi?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9. Aranızda işlerin gidiş biçiminden ne kadar memnunsunuz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10. Her şey hakkında ne kadar konuşursunuz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
11. Sırlarınızı ve özel duygularınızı ne kadar paylaşırsınız?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
12.Diğer insanların bilmesini istemediğiniz şeyler hakkında ne kadar konuşursunuz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
13. Birbirinize ne kadar sinirlenir ya da kızarsınız?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
14. Ne kadar anlaşmazlığa düşer ve kavga edersiniz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
15. Ne kadar tartışırsınız?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
16. Birbirinize ne kadar sinir olursunuz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
17. Birbirinizin davranışlarından ne kadar rahatsız olursunuz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
18. Ne kadar birbirinizi azarlar ya da birbirinize dırdır edersiniz?	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

EK-5 BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ ÖLÇEĞİ

Açıklama: Bu çalışmada bireylerin yaşamlarında sorunlarla ve problemlerle nasıl başa çıktığı belirlenmeye çalışılmaktadır. Aşağıda çeşitli başa çıkma yolları verilmiştir. Sizden bunları ne derece kullandığınızı belirtmeniz istenmektedir. Tüm yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

Geçtiğimiz altı aylık süre içerisinde karşılaştığınız bir problemi düşünmeye çalışın. Bu problemin sizin için önemli olup kaygılanmanıza neden olması gerekiyor. (Sevdiğiniz bir kişiyi kaybetmekten öğretmeninizin sizi uyarmasına kadar her şey olabilir, fakat bunun sizin için ÖNEMLİ olması gerekmektedir. Lütfen aşağıya bu probleminizi birkaç kelimeyle yazınız (unutmayın ki yanıtınız gizlilik ilkesine uygun olarak değerlendirilecektir)

Bu problemi aklınızda tutarak, nasıl başa çıktığınızı sizin için en uygun kutuyu işaretleyerek belirtiniz. Bazı sorular benzer olsa da lütfen her bir maddeyi işaretleyiniz.

O stresli olayı aklınızda bulundurarak ne dereceye kadar;

1.	Duygularınızı bir arkadaşa açtınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
2.	Probleminizin en iyi şekilde çözümlenmesi için çevrenizdeki şeyleri yeniden düzenlediniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
3.	Ne yapacağınıza karar vermeden önce bütün olası çözümleri aklınızda tartışınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
4.	Aklınızı problemden uzaklaştırmaya çalıştınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
5.	Herhangi bir kimsenin size sempati ve anlayış göstermesini kabul ettiniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
6.	Yaşadığınız şeylerin gerçekten ne kadar kötü olduğunu başkalarının görmemesi için elinizden geleni yaptınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
7.	Konu ile ilgili olarak başkalarıyla konuştunuz, çünkü bu konuda konuşmak kendinizi daha iyi hissetmenize yardımcı oldu?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
8.	Durumla baş edebilmek için kendinize bazı amaçlar belirlediniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
9.		___ Çok	___ Biraz	___ Hiç

	Seçeneklerinizi çok dikkatli bir biçimde tarttınız?			
10.	Daha iyi zamanlarla ilgili hayaller kurdunuz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
11.	Problemi çözmek için işe yarayan çözümü bulana dek değişik yolları denediniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
12.	Korku ve kaygılarınızı bir arkadaşınıza veya akrabanıza açtınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
13.	Zamanınızı, her zamankinden çok, yalnız olarak geçirdiniz?	_ __ Çok	___ Biraz	___ Hiç
14.	Sadece konuşmak bile bazı çözümlere ulaşmanıza yardım ettiği için, (yaşadığınız) durumla ilgili olarak konuştunuz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
15.	Durumu düzeltmek için ne yapılması gerektiğini düşündünüz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
16.	Tüm dikkatinizi problemin çözümüne yönelttiniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
17.	Aklınızda bir eylem planı şekillendi?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
18.	Her zamankinden daha fazla televizyon seyrettiniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
19.	Kendinizi daha iyi hissetmeniz için birisine (Arkada/profesyonel bir kişi) gittiniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
20.	Olayda gerçekleşmesini istediğiniz şey için kesin kararlılık gösterdiniz ve savaştınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
21.	Genel olarak insanlarla birlikte olmaktan kaçındınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
22.	Kendinizi bir uğraş (hobi) veya bir spor etkinliğine gömerek problemden kaçındınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
23.	Problemle ilgili olarak daha iyi hissetmenize yardımcı olması için bir arkadaşınıza gittiniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
24.	Durumu nasıl değiştirebileceğinizle ilişkin olarak	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç

	bir arkadaşınızın tavsiyesine başvurdunuz?			
25.	Aynı problemi yaşamış olan arkadaşlarınızın anlayış ve sempatisini kabul ettiniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
26.	Her zamankinden daha fazla uyudunuz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
27.	"Her şey daha farklı olabilirdi" diye hayal kurdunuz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
28.	Romanlardaki veya filmlerdeki karakterlerle özdeşim kurdunuz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
29.	Problemi çözmeye çalıştınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
30.	İnsanların sizi kendi başınıza bırakmasını istediniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
31.	Arkadaşınız veya akrabanız size yardımcı oldu?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
32.	Sizi en iyi tanıyan kişilerden size güvence vermelerini istediniz?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç
33.	Ani hareketlerde bulunmaktansa dikkatlice bir hareket tarzı planladınız?	___ Çok	___ Biraz	___ Hiç

KAYNAKÇA

Abalı, O. (2012). *Ergenlik dönemi ve Ruhsal Yaklaşım.* İstanbul: Adeda Yayıncılık.

Ahioğlu Lindberg, E. (2011). PİAGET VE ERGENLİKTE BİLİŞSEL GELİŞİM. *Kastamonu Eğitim Dergisi,* 19 (1), 1-10. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/kefdergi/ issue/49053/625815

Akün, E. (2013). Yapısal aile sistemleri kuramı bağlamında ergenlik döneminde aile yapısı ve ergenlik dönemi sorunları. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Dergisi,* 53(1), 85-116.

Arslan, G. & Balkıs, M. (2014). The investigation of relationship between problem behaviors and family problems in adolescence. *SDU International Journal of Educational Studies,* 1(1), 11-23.

Arslan, Y. (2009). Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile sosyal problem çözme arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Atalar, D. S., & Atalay, A. A. (2018). Ergenlik Döneminde Duygu Düzenleme ve Ruh Sağlığı: Ana-Babanın ve Mizacın Rolü. Bildik, T., editör. *Ergenlik Dönemi ve Ruhsal Bozukluklar*. Ankara: Türkiye Klinikleri, 84-90

Ateş, A, Akbaş, P. (2012). Ergenlerde Görülen Kural Dışı Davranışların Aile işlevselliği ve Yaşam Kalitesi Açısından İncelenmesi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21 (2), 337-352. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/ cusosbil/issue/4390/60372

Avcı, M. (2010). ERGENLİKTE TOPLUMSAL UYUM SORUNLARI. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 7 (1), 39-63. Retrieved from https://dergipark.org.tr/ tr/pub/ataunisosbil/issue/2817/37925

Avşaroğlu, S., Üre, Ö., (2007), "Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başaçıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi". *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (18), 85-100.

Aydemir Sevim, S, Doğan Laçin, B, Aşçıoğlu Önal, A, Avşar, V. (2019). Farklı Yaşlardaki Gençlerin Benmerkezlilik Eğilimleri ve Akılcı Olmayan İnançlarının Karşılaştırılması. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES),* 52 (3), 685-712. DOI:10.30964/auebfd.521994

Aydın, B. (2015). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi.* Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Aydın, H. (2008). Ergenlerin Kişilik Özelliklerinin Stresle Başa Çıkma Ve Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırılmalı Olarak İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya

Aysan, F. ve Bozkurt, N. (2000). Bir grup üniversite öğrencisinin kullandığı başa çıkma stratejileri ile depresif eğilimleri ve olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişki. *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi,* 12, 25-38.

Baltaş, A., Baltaş, Z. (2018). *Stres ve Başa Çıkma Yolları.* İstanbul: Remzi Kitabevi.

Basut, E. (2006). Stres, başa çıkma ve ergenlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi.* 13(1), 31–36.

Basut, E. Erden. G. (2005). Suça Yönelen ve Yönelmeyen Ergenlerin Stres Belirtileri ve Stresle Başa Çıkma Örüntüleri Yönünden İncelenmesi. Çocuk *ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi.* 12(2):48-55.

Banaz, M. (1992). Lise öğrencilerinde sosyal destek kaynakları ve stres ile ruh sağlığı arasındaki ilişki. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir

Batıgün, A. D.; Say, G. (2015). Ebeveyn-Ergen İlişki Niteliği Ölçeği'nin Üniversite Öğrencileri için Psikometrik Özellikleri. Klinik Psikiyatri Dergisi, 18, 49-58.

Baymur, F. (2017). *Genel Psikoloji.* İstanbul: İnkılap Kitabevi.

Bayramlar, K, Kumbas, H, Çam, O, Keskin, G, Form, Q. (2009). BİR GRUP ERGENİN AİLE İŞLEVLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ. *Ankara Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 8 (1), 29-39. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/ashd/issue/40354/482301

Cloutier, R. (1982). Ergenlik psikolojisinde kuramlar, (Çev: Bekir Onur). Theories De L' adolescence, Psychologie De L'Adolescence. Geaten Morin Editeur:Quebec. 17/04/2014 http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/40/491/5805.pdf

Cüceloğlu, D. (2020). *İnsan ve Davranışı.* İstanbul: Remzi Kitapevi.

Çalıs, N. (2019). Ergenlik Döneminde Bulunan Ögrencilerin Aile İliskilerinin Okul Yaşamına Yansımaları ve Okul Sosyal Hizmeti (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Ankara.

Çelen, N. (2011). *Ergenlik ve Genç Yetişkinlik* (ikinci baskı). İstanbul: Papatya Yayıncılık.

Çetin, H., & Çok, F. (2011). Ana-babaların ergen çocuklarını izlemeleri: Bir gözden geçirme. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18(3), 223-234.

Çevik, U, Çelikkaleli, Y. (2010). Ergenlerin Arkadaş Bağlılığı ve internet Bağımlılığının Cinsiyet Ebeveyn Tutumu Ve Anne baba Eğitim Düzeylerine Göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19 (3), 225-240. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/cusosbil/issue/4385/60224

Çiftçi Arıdağ, N. ve Ünsal Seydooğulları, S. (2019). Lise öğrencilerinin yaşam doyumu ve yılmazlık düzeylerinin anne-baba tutumlarıyla ilişkisi açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(4), 1037-1060.

Çivilidağ, A. (2020). *Gelişim Süreci Odağında Ergenlik Psikolojisi*. Ankara:Nobel Akademik Yayıncılık.

Dinçel, E. (2006). *Ergenlik Dönemi Gelişimsel Ödevleri ve Psikolojik Problemler*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dinçer Set, E, Özbesler, C. (2020). Evden Kaçan Ergenlerin Aile İşlevselliklerinin Değerlendirilmesi: Şanlıurfa Örneği. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31 (2), 441-459. DOI: 10.33417/tsh.644301

Dolgin, K. (2014). *Ergenlik Psikolojisi Gelişim, İlişkiler ve Kültür*. İstanbul:Kaknük Yayınları.

Düzgün, Ş. (2010). ÖĞRENCİLERİN PSİKOLOJİK BELİRTİLERİ İLE ANA-BABA TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİLER. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 2 (1-2),. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunisosbil /issue/2812/37822

Erbil, Ö, Divan, Ö, Önder, Ö. (2006). Ergenlerin Benlik Saygısına Ailelerinin Tutum ve Davranışlarının Etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 10 (10), 7-16. Retrieved from https://dergipark.org.tr/en/pub/spcd/issue/21098/227215

Erkan, Z., Güçray, S., & Çam, S. (2002). Ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 10(10), 64-75.

Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik Döneminde Stres ve Başa Çıkma (ss.20-37) . Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 6 (2), 20-37. Retrieved from https://dergipark. org.tr/tr/pub/yyuefd/issue/13712/166011

Eryılmaz, A. (2010). Aile Yapısı Ergeni Mutlu Eder mi?. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 22(22), 21-30. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/spcd/issue/21095/227188

Eryılmaz, A. (2011), "Ergenlerin Öznel İyi Oluşlarıyla Aile Ortamları Arasındaki İlişki". *Aile ve Toplum Dergisi*, Cilt:7, Sayı:24, s.93-100

Gander, M. J., Gardiner, H. W. (2015). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*, (Çev. Dönmez, A., Çelen, N.). Ankara: İmge Kitabevi.

Geçtan, E. (2020). *Psikanaliz ve Sonrası.* İstanbul: Metis Yayınları.

Gül, S. K, Güneş, İ. D., (2009). Ergenlik Dönemi Sorunları ve Şiddet, *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Dergisi,*11(1)79-101

Hamarta, E, Arslan, C, Saygın, Y, Özyeşïl, Z. (2009). Benlik Saygısı ve Akılcı Olmayan İnançlar Bakımından Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başaçıkma Yaklaşımlarının Analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi,* 7(18), 25-42. Retrieved from https://dergipark. org.tr/en/pub/ded/issue/29182/312486

Haşimoğlu, A, Aslandoğan, A. (2018). LİSE ÖĞRENCİLERİNİN ERGENLİK DÖNEMİ SORUNLARI VE DUYGU DÜZENLEME STRATEJİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ. *Academic Review of Humanities and Social Sciences*, 1 (2), 71-83. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/arhuss/issue/40217/478924

Işık, E. ve Bedel, A. (2015). Ergenlerde başa çıkma stratejileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 34, 53-60.

Kalyencioğlu, D., Kutlu, Y. (2010). Ergenlerin Aile İşlevi Algılarına Göre Uyum Düzeyleri, *İ.Ü.F.N Hem. Dergisi*,18 (2), 56-62.

Kapıkıran, Ş., Özgüngör, S. (2009). Ergenlerin sosyal destek düzeylerinin akademik başarı ve güdülenme düzeyi ile ilişkileri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi,* 16 (1), 21-30.

Karaca, S, Barlas, Ü, Onan, N, Öz, Y. (2013). 16-20 Yaş Grubu Ergenlerde Aile İşlevleri ve Kişilerarası İlişki Tarzının İncelenmesi: Bir Üniversite Örneklemi. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2,139-146

Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemi:Kavramlar, İlkeler, teknikler.* Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Kocayörük, E. (2012). Öz-Belirleme Kuramı Açısından Ergenlerin Anne Baba Algısı ile Duyuşsal İyi Oluşları Arasındaki İlişki, *Türk psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (37), 24-37

Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 1(17),231-238.Retrieved from https:// dergipark.org.tr/en/pub/erusosbilder/issue/23750/253040

Korfal, A. (2016). Algılanan ekonomik güçlük ve eşler arasındaki çatışma ile problem davranışlar arasındaki bağlantıda, ebeveyn-ergen ilişkilerinin aracı rolü. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kulaksızoğlu, A. (1989). Ergen-aile çatışmaları ile annenin tutumları arasındaki ilişki ve ergenin problemleri. *M. Ü. Atatürk Eğitim Fak. Eğitim Bilimleri Dergisi,* 1, 71-87.

Kulaksızoğlu, A. (2017). *Ergenlik Psikolojisi.* İstanbul: Remzi Kitabevi A.Ş.

Kuzucu, Y., Özdemir, Y. (2013). Ergen Ruh Sağlığının Anne ve Baba Katılımı Açısından Yordanması. *Eğitim ve Bilim*, 38(168).

Miller, P.H. (2017). *Gelişim Psikolojisi Kuramları*. (Çev.Z. Gültekin). Ankara:İmge Kitabevi.

Oral, A. (2004). Ergenlik Döneminde Stresle Başa Çıkma: Stresle Başa Çıkma Programının Geliştirilmesi ve Etkinliğinin Değerlendirilmesi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Oskay, G. (1990). Değer yargılarından kaynaklanan ana-baba, ergen çatışmasının sosyo ekonomik ve benzeri değişkenler açısından incelenmesi.*Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,*5(5),. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/hunefd/issue/783 2/103074

Özeke Kocabaş, E. (2006). Parent Involment in Education: Studies in Turkey and in The World. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,* 3 (26), 143-153. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21446/229711

Sağlam, S. (2007). Lise öğrencilerinin ana-baba iletişimi sosyal destek ve ana-baba tutumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Erzurum.

Santrock, J. W. (2017). *Ergenlik.* (Çev.edt.D.M. Siyez). Ankara: Nobel Yayıncılık (on dördüncü basımdan çeviri)

Sarı, C. (2008). Ergenlerin Psikolojik Belirti Düzeyleri ve Uyumlarını Yordayan Bazı Değişkenler. Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi.

Sarı, E, Arslantaş, H. (2018). Ergen Suçluluğu. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi,* 27 (4), 397-413. DOI: 10.17827/aktd.399831

Savcı, M, Aysan, F. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Stres Düzeyi İle Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi,* 2014 (3), 44-56. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/goputeb/issue/33496/38 0060

Say, G. (2016). Problemli internet kullanımı ile ilişkili bazı değişkenler: ebeveyn-ergen ilişki niteliği, yalnızlık, öfke ve problem çözme becerileri. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji (Klinik Psikoloji) Anabilim Dalı. Ankara.

Saygılı, S. (2017). *Ergenlik Sorunları.* İstanbul: Türdav Yayın Grubu.

Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S. Fredrickson, B. L., Loftus, G. R., Bem, D. J., Maren, S. (2020). *Psikolojiye Giriş.* (Çev:Ö.Öncül, D. Ferhatoğlu). Ankara: Arkadaş Yayınları.

Seçkin, S. (2015). Ergenlerde ebeveynlerden algılanan ilgi/kabul ile ergenin sosyal uyumu ve dürtü kontrol düzeyi arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Sezgin, P, Budak, M, Kara, D. (2017). ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIĞI STRESİNİZ SÜRME TESTİ PERFORMANSINA ETKİSİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi,* 4 (12), 645-656. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/asead/issue/52678/694441

Steinberg, L. (2017). *Ergenlik.* (Çev. F. Çok, S. A. Sevim, H. Ercan, M. Bağlı, M. Artar, M. Aypay, E. Uçar, T. Şener, C. Satman, R. Parmaksız, T. Yiğit, E. G. Kapçı). Ankara: İmge Kitabevi.

Steinberg, L. (2018). Fırsatlar Dönemi Olarak Ergenlik, Yeni Ergenlik Biliminden Dersler (Çev, E. Boynueğri). Ankara: İmge Kitabevi.

Sümer, N. Aktürk, G.E. & Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye'de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları,* 13 (25): 42- 61.

Şahin, N.H. ve Durak, A. (1995) "Stresle Başa çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite Öğrencileri için Uyarlanması", *Türk Psikoloji Dergisi,* 10(34): 56-73.

Şahin, S. ve Aral, N. Aile içi iletişim, communication within the family. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi* 2012; 1(3), 56-66.

Şahin,S.,& Özçelik, Ç. (2016).Ergenlik donemi ve sosyalleşme [Adolescence andsocializing]. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(1), 42-49.

Şen, M. (2011). Türkiye'de Ergen Profili, Aile ve Toplum Dergisi, Ekim Kasım Aralık 2011, yıl:12, cilt:7 sayı:27 s.89-102.

Taş, B. (2020). *Pozitif Ergenlik ve Ergen-Ebeveyn İletişimi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Totan, T, Yöndem, Z. (2007). Ergenlerde Zorbalığın Anne Baba ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*,8(2),53-68.Retrieved from https://dergipark.org.tr/en /pub /egeefd/issue/4913/67268

Tunç, A. ve Tezer, E. (2006). Çocuk yetiştirme stilleri ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,* 3(25), 37-44.

Tümkaya, S, Çelik, M, Aybek, B. (2010). ERGENLERİN KİŞİLERARASI İLİŞKİLERİNİ ETKİLEYEN SOSYAL YAŞANTI DEĞİŞKENLERİNİN İNCELENMESİ. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* (24),163-178. Retrieved from https:// dergipark.org.tr/ tr/pub/musbed/issue/23516/250542

Türküm, A.S. (2002). Stresle başa çıkma ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,* 2 (18), 25-34.

Uluruh, A. (2008). Ortaöğretim öğrencilerinde stres yaratan yönetici davranışları ve öğrencilerde başa çıkma davranışları. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Ulusoy, M, Özcan Demir, N, Görgün Baran, A. (2005). EBEVEYNİN ÇOCUK YETİŞTİRME BİÇİMİ VE ERGEN PROBLEMLERİ: ANKARA İLİ ÖRNEĞİ. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi,* 3 (3), 367-386. Retrieved from https://dergipark.org.tr/ enpub/tebd/ issue/26123/275189

Ulusoy, M. D., Demir, N. Ö. ve Baran, A. G. (2005). Parçalanmış aile ve gençlerde sapmış davranışlar: Lise son sınıf gençliği örneği. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi,* 22, 61-66.

Villanueva, S. (2019). *Ergenlik: Sıkıntılı Yıllar.* İstanbul: İletişim Yayıncılık.

Yamaç, Ö. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek ile Stresle Başa Çıkma Stilleri Arasındaki İlişki. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yalçın, S. (2007). Ergenlerde algılanan duygusal istismarın uyum düzeyine etkisi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Yavuzer, H. (2019). *Çocuk Psikolojisi.* İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum, anne-baba tutumu ve benlik algısı arasındaki ilişkilerin gelişimsel olarak incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi,* 16, 707-718