



T.C
Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Ana Bilim Dalı
Psikoloji Yüksek Lisans Programı

**ÇOCUK DESTEK MERKEZLERİNDE KALAN 12-18 YAŞ ARASINDAKİ
ERGENLERİN STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ YALNIZLIK VE
YAŞAM DOYUMU DEĞİŞKENLERİ İLE İLİŞKİLERİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Hazırlayan
Esra BALABAN

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Emel ERDOĞAN BAKAR

Ankara, 2015

**ÇOCUK DESTEK MERKEZLERİNDE KALAN 12-18 YAŞ ARASINDAKİ
ERGENLERİN STRESLE BAŞA ÇIKMA TARZLARININ YALNIZLIK VE
YAŞAM DOYUMU DEĞİŞKENLERİ İLE İLİŞKİLERİNİN İNCELENMESİ**

Esra BALABAN

T.C
Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Ana Bilim Dalı
Psikoloji Yüksek Lisans Programı

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ankara, 2015

KABUL VE ONAY

Esra BALABAN tarafından hazırlanan "Çocuk Destek Merkezlerinde Kalan 12-18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Yalnızlık Ve Yaşam Doyumu Değişkenleri İle İlişkilerinin İncelenmesi" başlıklı bu çalışma, 15./07./ 2015 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Yrd. Doç.Dr. Funda KUTLU (Başkan)

Doç. Dr. Emel ERDOĞAN BAKAR (Danışman)

Yrd. Doç. Dr. Ayça GELGEÇ BAKACAK (Üye)

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof.Dr. Mehmet Tomanbay

Enstitü Müdürü



BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

1. Tezimin tamamı sadece Ufuk Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
2. Tezimin 1 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

Esra BALABAN

15/07/2015

ÖNSÖZ

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığına bağlı kuruluşlarda koruma altında bulunan çocuk ve ergenler hem kendi gelişimsel özelliklerinin meydana getirdiği sorunlar ile hem de yaşantılarındaki mevcut sorunlar ile baş etmek durumundadırlar. Bu yüzden devlet korumasındaki çocuk ve ergenlerin sorunları ile nasıl başa çıktıkları, yaşamları ve gelecekleri ile ilgili beklentileri ve bu konuda gösterilen çabalar bu gençleri hayata kazandırmak açısından oldukça önemlidir.

Bu çalışmada, 12-18 yaş arasında olan ve Çocuk Destek Merkezlerinde kalan kız ergenlerin stresle başa çıkma tarzlarının yalnızlık ve yaşam doyumu değişkenleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ankara, Kırşehir, Kırıkkale, Kayseri ve Konya'daki Çocuk Destek Merkezlerinde bulunan ergen kızlara gönüllük esasına dayalı olarak anketler uygulanmış olup, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'ndan çalışma ile ilgili izin alınmıştır. Kuruluş bakımındaki gençlerin hem yaşantılarındaki zorluklar ile hem de gelişimsel olarak yaşadıkları değişimin meydana getirdiği sıkıntılar ile baş edebilmeleri için kullandıkları baş etme yöntemleri onların hayata bakış açılarını belirleyeceğinden son derece önemlidir.

Çocuk Destek Merkezlerinde kalan 12-18 yaş arasındaki ergenlerin stresle başa çıkma tarzlarının yalnızlık ve yaşam doyumu değişkenleri ile ilişkilerinin incelenmesini amaçlayan tezimi hazırlama sürecinde karşılaştığım her türlü zorluk dahil olmak üzere her aşamada bana destek olan, ilgisini ve sınırsız sabrını benden esirgemeyen ,güler yüzlü, son derece bilgili ve donanımlı olan, kendisini örnek aldığım değerli tez danışmanım Doç. Dr. Emel ERDOĞAN BAKAR'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek lisans hayatım süresince iki sene boyunca bilgileri, deneyimleri ve destekleri ile meslek hayatım ile ilgili bana yol gösteren ve beni eğiten başta Ufuk Üniversitesi Psikoloji Bölümü Başkanı Prof. Dr. Necla Refia PALABIYIKOĞLU olmak üzere, değerli hocalarım Prof. Dr. Orhan AYDIN'a, Yard. Doç. Dr. Eda KARACAN'a, Yard. Doç. Dr. Funda KUTLU'ya, Dr. Seda USUBÜTÜN'e ve Yard. Doç. Dr. Gülistan Zeynep GÜLÇAT'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Tez Değerlendirme Jürisinde yer alan Hacettepe Üniversitesi Sosyoloji Bölümü değerli hocası Yard. Doç. Dr. Ayça GELGEÇ BAKACAK'a uzman bilgilerinden, sabrından, emeklerinden ve katkılarından dolayı teşekkürlerimi sunuyorum.

Tez çalışması sürecinde gitmiş olduğum iller olan Ankara, Kırıkkale, Kayseri, Kırşehir ve Konya'daki Çocuk Destek Merkezlerinde görev yapan idarecilere, sosyal servis görevlilerine ve diğer çalışanlara ilgilerinden ve desteklerinden dolayı teşekkürlerimi sunuyorum.

Kırşehir Aile Ve Sosyal Politikalar Bakanlığı İl Müdür Yardımcısı Yusuf BAĞRIYANIK'a çalışmalarım aşamasında göstermiş olduğu ilgi ve destekten dolayı teşekkürlerimi sunuyorum.

Ankara Aile Ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'na Çocuk Destek Merkezlerinde kalan ergenler ile yapmış olduğum tez çalışmam ile ilgili sağlamış olduğu kolaylık için ve vermiş olduğu izin için teşekkürlerimi sunuyorum.

Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Kurul Başkanı Prof. Dr. Mehmet TOMANBAY'a ve enstitünün diğer üyelerine desteklerinden ve yardımlarından dolayı teşekkürlerimi sunuyorum.

Tez çalışmamda gönüllü olarak yer alan ve sabırla anketleri dolduran genç arkadaşlara teşekkürlerimi sunuyorum.

Son olarak hayatımın her aşamasında yanımda olan, bana yol gösteren, her türlü zorlukları aşmama vesile olan canım annem Arife BALABAN'a, canım babam Şerafettin BALABAN'a, canım ablalarım Yasemin BALABAN ve Yelda DEMİR'e eğitim hayatım süresince de bana olan maddi-manevi desteklerinden ve ilgilerinden dolayı teşekkürlerimi sunuyorum.

ÖZET

BALABAN, Esra. Çocuk Destek Merkezlerinde Kalan 12-18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Yalnızlık Ve Yaşam Doyumu Değişkenleri İle İlişkisinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2015.

Amaç: Kuruluş bakımında olan ergenlerin yaşadıkları stresle nasıl başa çıktıkları oldukça önemlidir. Bu çalışmada Çocuk Destek Merkezlerinde yaşayan 12-18 yaş arasındaki ergenlerin stresle başa çıkma tarzlarının yalnızlık ve yaşam doyumu değişkenleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışma örneklemini Ankara, Kırıkkale, Kayseri, Konya ve Kırşehir’de bulunan Çocuk Destek Merkezlerinde kalan 12-18 yaş arası ergenler oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan ergenlere Bilgi Toplama Formu, Ucla Yalnızlık Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS programı kullanılmıştır.

Bulgular: Yapılan analizler sonucunda demografik özelliklerden cinsiyet, yaş, sınıf, yaşadığı yer ve kardeş sayısının ölçek puanları üzerindeki etkisinin anlamlı olmadığını göstermiştir. Kurumda kalma süresi, süreklilik bir rahatsızlığa sahip olmama durumu, herhangi bir hobi ile uğraşmak, geleceğe dair ümitlere sahip olmak ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yaşam doyum ölçeğinden alınan puanlar arttıkça yalnızlık ölçeğinden alınan puanlar da düşecektir. Herhangi bir hobi ile uğraşma, psikiyatrik ilaç kullanma durumu, sorunlara çözüm üretebilme, intihara teşebbüs etmeme, gelecek ilgili ümitler ile yaşam doyumu arasında da anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Sorunlara çözüm üretebilme, hiç intihara teşebbüs etmeme, geleceğe yönelik umutlar, yaşamdan doyum alma durumu ve kendini yalnız hissetmeme durumu ile başa çıkma tarzlarından kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım tarzları arasında anlamlı bir ilişki söz konusudur. Ek olarak yalnızlık düzeyi arttıkça yaşamdan alınan doyum düşecektir, yalnızlık düzeyi arttıkça kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım tarzları puanları da düşecektir. Çalışmanın bulguları literatürle tutarlılık göstermekle beraber, alanda yapılan çalışmaların azlığı ve niteliği tartışılmaktadır.

Anahtar kelimeler: Başa Çıkma, Ergenlik, Yalnızlık, Yaşam Doyumu, Stres, Çocuk Destek Merkezi

ABSTRACT

BALABAN, Esra, Analysing relation of stress overcoming methods of adolescents between 12-18 ages residing at Children Support Centre with Loneliness and Life Satisfaction Variables, Master Degree Thesis, Ankara 2015.

Purpose: Method for overcoming the stress encountered by adolescents cared by the institution is very important. Analysing relation of stress overcoming methods of adolescents between 12-18 ages residing at Children Support Centre with Loneliness and Life Satisfaction Variables is aimed.

Method: Study samples consist of 12-18 Ages adolescents residing at Children Support Centres located at Ankara, Kırıkkale, Kayseri, Konya and Kırşehir. Data collection form, Ucla Loneliness Scale, Life Satisfaction Scale and Stress Overcoming Methods Scale are applied to adolescents participating to research. SPSS Program is used in data analysis.

Findings: As the result of analyses performed it is seen that demographical features such as gender, age, class, residence place and siblings number has no meaningful effect on scale scores. Period of staying in the institution, status of having any continuous illness, doing any hobby, having future hopes and loneliness have a meaningful relation. As scores received from life satisfaction scale increase, scores received from the loneliness scale shall decrease. Doing any hobbies, status of using psychological medicines, ability to solve problems, not attempting to commit suicide, future hopes and life satisfaction have a meaningful relation. To produce a solution to the problem, never to attempt suicide, hope for the future, satisfaction receive status of life and self-confident approach to the style of coping with sociability state, it is a significant relationship between the optimistic approach and available. Additionally, as the loneliness level increases, life satisfaction shall decrease, as the loneliness level increases, self confident approach and optimistic approach styles shall decrease. Findings of the study is stable with the literature and rarity and quality of studies performed on the site are discussed.

Keywords: Dealing, puberty, loneliness, life satisfaction, stress, child support center.

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa No</u>
KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	v
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar DİZİNİ	x
EKLER DİZİNİ	xi

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1.ERGENLİK DÖNEMİ	1
1.2 KURAMSAL BAKIŞ AÇILARINA GÖRE ERGENLİK DÖNEMİ.....	2
1.2.1.BİYOLOJİK KURAMLAR.....	2
1.2.2.ORGANİZMİK KURAMLAR.....	2
1.2.3.ÖĞRENME KURAMLARI	3
1.2.4.SOSYOLOJİK KURAMLAR	4
1.2.5.TARİHSEL VE ANTROPOLOJİK YAKLAŞIMLAR.....	4
1.3.ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ ÖNEMLİ KAVRAMLAR	5
1.3.1.AİLELER.....	5
1.3.2.SOSYAL ÇEVRE	7
1.3.3.AKADEMİK HAYAT	9
1.3.4.ERGENLİK DÖNEMİNDE KİMLİK OLUŞUMU	9
1.4.ERGENLİK DÖNEMİ SORUNLARI.....	11
1.5. KORUNMAYA MUHTAÇ ÇOCUK VE ERGENLER.....	12
1.6. TÜRKİYE'DE KORUNMAYA MUHTAÇ ÇOCUKLAR.....	14
1.7. KORUNMAYA MUHTAÇ ERGENLERİN DURUMU	16
1.7.1.BAŞA ÇIKMA VE ERGENLİK	17
1.7.2. YALNIZLIK VE ERGENLİK	20
1.7.2.1.YALNIZLIK İLE İLGİLİ KURAMSAL YAKLAŞIMLAR	24

1.8.YAŞAM DOYUMU VE ERGENLİK	25
1.8.1.YAŞAM DOYUMUNU ETKİLEYEN FAKTÖRLER.....	27
1.8.2.YAŞAM DOYUMU KURAMLARI.....	28
1.8.3.ÖZNEL İYİ OLMA-YAŞAM DOYUMU.....	29
1.8.4.ÖZNEL İYİ OLMA-MUTLULUK KAVRAMI.....	29
1.8.5.MUTLULUK-YAŞAM DOYUMU.....	30
1.8.6.GÜNÜMÜZDE YAŞAM DOYUMUNA BAKIŞ: POZİTİF PSİKOLOJİ	31
1.8.7.ERGENLİK DÖNEMİNDE YAŞAM DOYUMU	32
1.9. YAŞAM DOYUMU, YALNIZLIK VE STRESLE BAŞA ÇIKMANIN ERGENLİK DÖNEMİ İLE İLİŞKİSİ	33

İKİNCİ BÖLÜM YÖNTEM

2.1. KATILIMCILAR.....	34
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	34
2.2.1. Bilgi Toplama Formu.....	35
2.2.2. UCLA Yalnızlık Ölçeği.....	35
2.2.3.Yaşam Doyumunu Ölçeği	36
2.2.4.Baş Çıkma Stilleri Ölçeği	36
2.3. İŞLEM	37
2.4 .VERİLERİN ANALİZİ	38

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

3.1. BİLGİ TOPLAMA FORMUNA İLİŞKİN BULGULAR.....	40
3.1.1 Katılımcıların Yaş ve Eğitim durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110).....	40
3.1.2. Katılımcıların Kaldıkları Yer ve Sürelerine İlişkin Dağılımı (n=110).....	40
3.1.3.Katılımcıların Kardeş Sayılarına İlişkin Dağılım (n=110)	41
3.1.4. Katılımcıların İlgi Alanlarına İlişkin Dağılımı (n=110)	41
3.1.5. Katılımcıların Sağlık Durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110).....	42
3.1.6. Katılımcıların Sosyal Durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110).....	42

3.2. DEMOGRAFİK BİLGİLERE İLİŞKİN ÇOK DEĞİŞKENLİ VARYANS ANALİZİ SONUÇLARI	44
3.2.1 Katılımcıların Kurumda Bulunma Sürelerine İlişkin MANOVA Sonuçları ...	44
3.2.2. Katılımcıların Hobi ile Uğraşma Durumlarına İlişkin MANOVA Sonuçları.....	45
3.2.3 Katılımcıların Sağlık Durumlarına İlişkin MANOVA Sonuçları	46
3.2.4 Katılımcıların Psikiyatrik İlaç Kullanımlarına İlişkin MANOVA Sonuçları.....	47
3.2.5 Katılımcıların Ziyaretçi Durumuna İlişkin MANOVA Sonuçları.....	48
3.2.6 Katılımcıların Kendi Sorunlarına Çözüm Üretme Durumuna İlişkin MANOVA Sonuçları	49
3.2.7 Katılımcıların İntihar Düşüncelerine İlişkin MANOVA Sonuçları	50
3.2.8 Katılımcıların Geleceğe Dair Ümitlerine İlişkin MANOVA Sonuçları.....	51
3.3. STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ÖLÇEĞİ, UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ VE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ PUANLARINA UYGULANAN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI	52
3.3.1 Katılımcıların Başa Çıkma Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar İle Yaşam Doyumunu Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	52
3.3.2 Katılımcıların Başa Çıkma Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar İle UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi,.....	53
3.3.3 Katılımcıların Yaşam Doyumunu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Yalnızlık Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA.....	55
---------------	----

BEŞİNCİ BÖLÜM

ÖNERİLER.....	59
KAYNAKÇA.....	61
EKLER.....	66
ÖZGEÇMİŞ	77

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 3.1.1 Katılımcıların Yaş ve Eğitim durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110).....	40
Tablo 3.1.2. Katılımcıların Kaldıkları Yer ve Sürelerine İlişkin Dağılımı (n=110).....	40
Tablo 3.1.3. Katılımcıların Kardeş Sayılarına İlişkin Dağılımı (n=110)	41
Tablo 3.1.4. Katılımcıların İlgi Alanlarına İlişkin Dağılımı (n=110).....	41
Tablo 3.1.5. Katılımcıların Sağlık Durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110)	42
Tablo 3.1.6. Katılımcıların Sosyal Durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110).....	42
Tablo 3.2.1 Katılımcıların Kurumda Bulunma Sürelerine İlişkin MANOVA Sonuçları.....	44
Tablo 3.2.2. Katılımcıların Hobi ile Uğraşma Durumlarına İlişkin MANOVA Sonuçları.....	45
Tablo 3.2.3 Katılımcıların Sağlık Durumlarına İlişkin MANOVA Sonuçları	46
Tablo 3.2.4 Katılımcıların Psikiyatrik İlaç Kullanımlarına İlişkin MANOVA Sonuçları.....	47
Tablo 3.2.5 Katılımcıların Ziyaretçi Durumuna İlişkin MANOVA Sonuçları.....	48
Tablo 3.2.6 Katılımcıların Kendi Sorunlarına Çözüm Üretme Durumuna İlişkin MANOVA Sonuçları.....	49
Tablo 3.2.7 Katılımcıların İntihar Düşüncelerine İlişkin MANOVA Sonuçları	50
Tablo 3.2.8 Katılımcıların Geleceğe Dair Ümitlerine İlişkin MANOVA Sonuçları.....	51
Tablo 3.3.1 Katılımcıların Başa Çıkma Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar İle Yaşam Doyumu Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	52
Tablo 3.3.2 Katılımcıların Başa Çıkma Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar İle UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi,.....	53
Tablo 3.3.3 Katılımcıların Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Yalnızlık Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	54

EKLER DİZİNİ

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu	66
Ek 2: UCLA Yalnızlık Ölçeği	67
Ek 3: Yaşam Doyumu Ölçeği	69
Ek 4: Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği	70
Ek 5: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı İzin Dilekçesi.....	72
Ek 6: Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurul Onayı.....	76

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. ERGENLİK DÖNEMİ

Ergenlik dönemi çocukluktan yetişkinliğe geçiş sürecindeki en önemli dönem olarak bilinmektedir. Biyolojik, psikolojik, toplumsal ve ekonomik alanlarda değişimin başladığı bir geçiş dönemi olan ergenlik dönemi yaşam döngüsünün ikinci on yılı olarak tanımlanmaktadır. Ergenlik dönemini belirli bir başlangıca ve belirli bir bitişe sahip olarak görmek yerine bu dönemi biyolojik, psikolojik, toplumsal ve ekonomik alanlarda gelişmelerden oluşan bir dönem olarak düşünmek gerekir (Steinberg,2007).

Ergenlik dönemindeki her türlü değişim evrensel olarak gerçekleşmektedir. Bu döneme özgü 3 temel değişim söz konusudur: biyolojik, bilişsel ve toplumsal. Biyolojik değişimler erenliğin başlaması, bilişsel değişimler çocukluktan farklı düşünme süreçlerinin oluşması, toplumsal değişimler ise yeni rollere geçiş ve topluma uyum olarak bilinmektedir. Erinlik aşamasında ergenin vücudunda ve fiziki görünüşünde cinsiyete özgü değişimler olmaktadır (kızlarda meme gelişimi, adet görme, erkeklerde yüzde kıllanmanın olması, seslerin kalınlaşması, boydaki artış vs) Düşünme süreçlerinde çocukluktaki olgunlaşmamış düşüncelerden daha gelişmiş düşünce yapıları ile bilişsel süreçleri oluşan ergenin beyin yapısında da belirli bölgeler oluşumunu tamamlamaktadır. Ergen arkadaşlık, gelecek yaşantıları, aile ilişkileri gibi konuların yanında siyaset, demokrasi, din ve felsefe alanları gibi soyut kavramlar hakkında düşünebilir hale gelmiştir. Dolayısıyla artık toplum tarafından tanımlanmaya ve ilişkilerini geliştirmeye başlayan ergen, yaşantıda farklı roller edinmeye başlar. Ek olarak, toplumsal geçişlerde ve roller edinmede kültürler arası farklar söz konusudur, fakat evdeki, okuldaki ve akran grubundaki ilişkilerin değişimi ergenliğin evrensel bir özelliğidir (Steinberg,2007).

Ergenlikte 3 temel evre bulunmaktadır. Bu evreler;

- 1) Erken Ergenlik: 11-15 yaş arası dönemdir.
- 2) Orta Ergenlik: 14-15 yaşlarında başlayıp 16-17 yaşlarına kadar süren bir dönemdir.
- 3) Geç Ergenlik: 16-17 yaşlarda başlayıp 20'li yaşlara kadar süren bir dönemdir.

(Set, Dağdeviren ve Aktürk,2006).

1.2 KURAMSAL BAKIŞ AÇILARINA GÖRE ERGENLİK DÖNEMİ

Ergenlik dönemi hem biyolojik değişimlerin yaşandığı hem de psikolojik ve sosyal değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Ergenlikteki değişimler kuramlara göre farklılık göstermektedir. Bazı kuramlar ergenliğin biyolojik yönünü vurgularken, bazı kuramlar sosyolojik yönüne dikkat çekmektedir. Bu bağlamda ergenlik hakkındaki temel yaklaşımlar biyolojik,organizmik,öğrenme, sosyolojik ve antropolojik yaklaşımlar olarak sınıflandırılabilir:

1.2.1.BİYOLOJİK KURAMLAR

Ergenlik döneminde erinlik aşamasında genç bireyin vücut yapısındaki biyolojik değişimleri vurgulayan bu kuramsal yaklaşımın en önemli ismi G. Stanley Hall'dır. Ergenlik dönemini bir fırtına ve stres dönemi olarak yorumlayan Hall 'a göre, genç insanın bedeninde oluşan fiziksel değişimler çevresiyle ilişkilerini etkileyen bir durumdur. Bu değişimler ergenlik dönemine özgü olduğu için kaçınılmazdır ve genç insan fiziksel görüntüsündeki değişimden rahatsızlık duyabilir, toplumsal ilişkilerinde aktif roller edinmekte zorlanabilir. Bu bağlamda, genç insanı toplumsal ilişkilerini sağlıklı bir şekilde devam ettirebilmesi için rehabilite edebilecek yollar bulmak gereklidir (Steinberg,2007).

1.2.2.ORGANİZMİK KURAMLAR

Organizmik kuram ergenliğin biyolojik değişimleri ile birlikte bu biyolojik değişimleri etkileyen ve değiştiren bağlamsal faktörleri de dikkate almaktadır. Bu kuramın en önemli isimleri Sigmund Freud, Eric Ericson ve Jean Piaget'tir.

Freud için, bireyin büyümesi ve gelişmesinde psikoseksüel çatışmalar rol oynamaktadır. Erinliğin biyolojik değişimleri ile psişik denge arasında bir bağlantı olması gerektiğini düşünen Freud'a göre, biyolojik değişimler cinsel dürtüdeki artıştan sorumlu olduğu için ergen fiziksel görünüşündeki değişim ile bir psişik kriz dönemine girer. Bu dönemde biyolojik değişimler ve cinsel dürtüdeki artış ile oluşan bilinçaltı çatışmaların çözümlenmesi psişik bir denge oluşumunu sağlayacaktır. Aslında süreç

erinliğin fizyolojik değişimleri önde olacak şekilde devam ederken ,ergen çocukluk yıllarındaki deneyimlerine bağlı olarak yaşadığı özel çatışmalar ile de yüzleşmek durumunda kalmaktadır.

Organizmik kuramcılardan ikincisi olan Ericson'ın kuramında vurgu psikososyal gelişim üzerindedir. Freud gibi Ericson da ergen gelişiminin biyolojik yönlerini vurgulamaktadır fakat bu biyolojik yönlerin toplum ile etkileşimi sonucu psikoseksüel olmaktan ziyade psikososyal olduğunu belirtmektedir. Psikososyal gelişim evreleri olarak adlandırdığı kuramında her dönemde yaşanması gereken bir kayıp ve bir kazanımdan söz eden Ericson, ergenlik dönemi ile ilgili kimlik oluşumu sürecini önemsemiştir. Ericson'a göre, ergen erinliğin biyolojik değişimleri ile kendi toplumsal ilişkilerindeki değişimi neticesinde bir kimlik oluşturma sürecine girmektedir ve bu dönemden kim olduğu konusunda uyumlu bir duygu ile çıkması beklenmektedir. Kimliğe karşı kimlik karmaşası olarak adlandırılan bu dönemi uyumlu bir duygu ile atlatamayan ergen kimlik karmaşası yaşayacaktır ve bu karmaşa onda ergenlik sorunları oluşmasına neden olacaktır.

İnsan düşünme yapısındaki değişimleri önemseyen bir diğer kuramcı olan Piaget, ergenlik dönemindeki düşünmeyi somut olandan soyut olana geçiş olarak tanımlamaktadır. Ergenlik dönemindeki davranış değişimlerinin çoğu bilişteki değişimler ile bağlantılı olarak düşünülen Piaget'in kuramına göre, çocukluktan ergenliğe ve yetişkinliğe geçiş sürecindeki her evrede düşünce biçimleri niteliksel olarak birbirinden farklıdır ve ergenlikteki soyut ve mantıksal düşünme hem biyolojik değişimlerden hem de bireyin toplumsal ilişkilerindeki değişimlerinden etkilenmektedir (Steinberg,2007).

1.2.3.ÖĞRENME KURAMLARI

Öğrenme kuramları ergenliği davranışçı yaklaşım ve toplumsal öğrenmeci yaklaşım olarak iki grupta incelemiştir. Davranışçı yaklaşımda B.F Skinner'ın edimsel koşullama kuramı dikkat çekmektedir. Bu kuramda davranışın tekrar yapılması durumu pekiştirir, davranışın yapılma olasılığının azalması durumu ceza olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda bireyin geçmiş yaşantısından oluşturduğu davranışlarının ve pekiştirildiği ya da cezalandırıldığı deneyimlerinin biyolojik olarak var olduğu kabul edilmektedir. Öğrenme kuramları gelişimsel bir bakış açısına sahip

olmadığından ergenlik dönemi konusunda bahsedilebilecek durumlar sınırlıdır (Steinberg,2007).

1.2.4.SOSYOLOJİK KURAMLAR

Sosyolojik kuramlar bütün ergenlerin (toplumda yaş, cinsiyet, sosyal sınıf, etnik köken gibi nedenleri de dikkate alarak) toplumda nasıl değişim gösterdikleri ile ilgilenmektedir. Bu kuramlar ergenlerin çocukluktan yetişkinliğe geçiş aşamasında yaşadığı zorluklara ve toplumdaki 'yetişkin ile ergen arasındaki uyum' farklılıklarına dikkati çekmektedir. Özellikle ergenlerin değer, inanç ve tutumlarında oluşan farklılıkların yetişkinler ile ilişkilerini nasıl etkilediği konularında evrensel bir yaklaşım ile değerlendirmeler yapan sosyolojik kuramlar, modern toplumların çok hızlı gelişmesinden ötürü kuşaklararası çatışmaları ve farklılıkları insan gelişiminin bir doğası olarak kabul etmektedir (Steinberg,2007).

1.2.5.TARİHSEL VE ANTROPOLOJİK YAKLAŞIMLAR

Ergenliğin bir gelişim dönemi olarak geçmişten günümüze değişim gösterdiğini savunan tarihsel kuramcılar, toplumdaki siyasal ve ekonomik değişimlerin ergenlik dönemini etkilediğini savunmaktadırlar. Sanayi devriminden önce, ergenlik döneminde kimlik bunalımının (ergen ve aile ile iletişimin iş kaynaklı olmasından ötürü) olmadığını, ama okullaşma ve sanayileşmenin artması ile ergenlik sorunlarının yaşanmaya başladığını öne süren tarihsel kuramlar, ergenliğin toplumsal koşulların insan gelişimini etkilemesi sonucu oluşan bir süreç olduğunu düşünmektedirler.

Ergenlik üzerine çalışan antropologlar Ruth Benedict (1934) ve Margaret Mead (1928) ise ergenlik dönemini toplumların kültürel yapılarına göre sınıflandırmışlardır. Sanayileşmiş toplumlarda ergenlik süreci yavaş ve sorunsuz yaşanmakta iken, siyasal, ekonomik ve toplumsal değişimlerin hızlı yaşandığı toplumlarda ise ergenlik süreci bunalımlı ve zor olarak yaşanmaktadır (Steinberg,2007).

1.3.ERGENLİK DÖNEMİNDEKİ ÖNEMLİ KAVRAMLAR

1.3.1.AİLELER

Ergenlerin aile ile olan iletişimleri derinlemesine incelenmesi gereken bir konudur. Fakat burada, ergen iletişiminde rol oynayan ailenin tutumu ve ergenin gelişimi arasındaki ilişkiden yola çıkılarak önemli olan başlıklar anlatılacaktır.

Ergenlik döneminde genç bireyin ailesi olan ilişkisi çocukluk yıllarına nazaran farklılık göstermektedir. Ergenlik döneminde aile ilişkilerini konu alan çoğu popüler yaklaşım, genç birey ile ailesi arasındaki iletişimi dönemsel gelişim süreçlerinin etkisiyle sorunlu bir dönem olarak göstermektedir.

Ebeveynler yaşam döngülerinde hem kendi yaşlanan anne ve babası ile ilgilenmek durumunda kalırlar, hem de büyüme ve olgunlaşma ile hızla gelişen ve istekleri artmaya başlayan ergen çocukları ile ilgilenmeye çalışırlar. İki farklı durum arasında kalan ebeveynler için bu durum sandviç kuşağı olarak tanımlanmaktadır (Steinberg,2007). Bu dönemde ergen bireylerin olaylara bakış açıları, arkadaşlık ilişkileri seçimi, kuralsız ve özgür bir hayat yaşamak istemeleri, ev hayatından ziyade dışarıda arkadaşları ile kontrolsüz bir zaman geçirmek konusunda ısrarcı olmaları aile içi çatışmaların başlamasına neden olmaktadır (Steinberg,2007).

Günümüzde bir çocuk ergenlik çağına girdiğinde anne ya da babası da yaklaşık olarak 40'lı yaş dönemlerindedir. 40 yaş ve civarı çoğu yetişkin için zor bir dönem olarak düşünülmektedir. Bazı yaklaşımlar genç yetişkinlerin hayatlarında birçok değişim yaşadığı (emekliliğe giriş, andropoz, menapoz, boşanma, yaşam döngüsünde büyük anne-babaların kaybı vs) bu dönemi orta yaş bunalımı olarak tanımlamaktadırlar. Ergenler bu dönemde fiziki olgunlaşmanın getirdiği hızlı bir büyüme ve gelişme ile genç bir kadın ya da erkek görünümünü yansıtırken, anne-babaları ise gelişimsel değişimlerin ve yaşam döngüsündeki kayıpların neticesinde fiziki olarak yaşlanmaya başlayan ve ruhsal anlamda kaygıları artan bireyler olmaktadır.

Genç insanın hızlı bir şekilde gelişimi ve ebeveynlerin yaşam döngüsündeki değişimi aile ilişkilerini ve yaşanan sorunları etkilemektedir (Steinberg,2007). Örneğin; fiziksel anlamda kendisini geçmiş yıllara göre güçsüz hisseden bir ebeveyn genç birey ile her gün voleybol maçı yapmayı reddedebilir ya da gelecek ile ilgili yurt dışında yaşama ve okuma planları yapan bir genç, ailesinin gelecek ile ilgili sakin bir yaşam

istemeleri konusunu duyunca öfkenebilir ve ailesinin geleneksel bir yapıya sahip olduğunu düşünebilir. Neticede bu fikir ve hayallerini kendileri gibi düşünen yaşlıları ile paylaşmayı tercih eden genç bireyler farklı arkadaş grupları ile etkileşime geçeceklerdir (Steinberg,2007). Görüldüğü gibi, aile içinde yaşanan değişimler ile genç insanın yaşadığı değişimler birbiri ile ilişkidir ve ailede yaşanan sorunları etkilemesi olağandır.

Ebeveynlerin genç bireye yönelik davranışını etkileyen iki önemli öge bulunmaktadır: anababa duyarlılığı ve anababa talepkarlığı. Ana baba duyarlılığı, ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarını anlayışla destekleyen ve yerine getirmeye çalışan bir ögedir. Ana baba talepkarlığı ise, anne ve babanın çocuğundan sorumluluk sahibi olacak şekilde yaşına uygun davranışlar göstermesini isteme derecesidir. Söz edilen iki öge tarzına göre anne ve babanın farklılaşan üslupları söz konusudur. Bu üsluplar; yetkili (açıklayıcı otoriter), yetkeci, izin verici ve ilgisiz (tepkisiz) olma durumlarıdır.

Yetkili anababalar, çocuklarının özerklik gelişimine ve sorumluluk sahibi olmalarına özen gösterecek şekilde davranırlar. Çocukları ile sıcak bir iletişim kuran fakat onların gelişim süreçlerini etkilemeyecek ölçüde kurallar belirleyen ve uygulayan yetkili anababalar, çocukları ile disiplin konularını tartışırlar ve onlara kurallar hakkında açıklamalarda bulunurlar.

Yetkeci anababalar, kurallara ve disipline çok önem verirler. Çocukların kendi belirlemiş oldukları kurallara sorgulamadan uyması gerektiğini düşünen yetkeci anababalar, belirlemiş oldukları katı disiplin aşamaları ile çocukların özerlik gelişimini kısıtlayıcı bir biçimde davranırlar.

İzin verici anababalar, çocuklara kural koymak yerine istedikleri davranışları yapmalarında sınırsız bir özgürlük tanımaktadırlar. Yumuşak bir davranış tarzını benimseyen izin verici anababalara göre, disiplin çocuğun gelişimini engellemektedir.

İlgisiz (tepkisiz) anababalar, çocukları ile ilgilenmek konusunda oldukça ihmalkar davranırlar. Çocukların yaşantıları ile ilgili seçimlerini ve nerelerde nasıl vakit geçirdiklerini önemsemezler ve sorgulamazlar.

Yukarıda bahsedilen bu dört tip sınıflama ergenlerin gelişimi ve ebeveynleri ile ilişkileri açısından oldukça önemlidir. Genellikle yetkili davranan anababaların yanında büyüyen gençler, diğer davranış tarzlarına göre davranan anababaların yanında büyüyen gençlere göre psikososyal açıdan daha uyumlu olmaktadır (Steinberg,2007). Davranış

olarak diğ er aile yanında büyüyen gençlere göre, sorumluluk sahibi, kendine güvenen, uyumlu, akademik anlamda daha becerikli bireyler olan bu gençler, bilişsel gelişim açısından da daha ileridirler. Fakat yetkeci yaklaşım ile davranan anababalar ile büyüyen gençler, güvensiz, bağımlı, toplumsal olarak daha az meraklıdır. İzin verici ev ortamında büyüyen ergenler, sorumluluk sahibi olmayan, sağlıklı iletişim kuramayan, geleceğe yönelik hedefleri ve amaçları olmayan gençlerdir. İlgisiz anne ve babalar ile büyüyen ergenler ise kendi gelişim süreçlerini sağlıklı bir şekilde tamamlamayan ve dürtüsel davranışlar sergileyen gençlerdir. Alkol, madde bağımlılığı, suça karışma, yaşına uygun olmayan cinsel deneyimler yaşama durumlarını sergileme olasılıkları yaşlılarına nazaran daha yüksektir (Steinberg,2007).

Ailesel ilişkilerde ergenlik problemlerini etkileyen önemli durumlar arasında boşanma ya da aile bireylerinden birinin evi terk etmesi yer almaktadır. Bunun nedeni , ergenin gelişimsel anlamda yaşamış olduğu zorlukların üstesinden gelmeye çalıştığı dönemde anne ile babanın tartışmasına, yoksunluğuna ve bu durumun oluşturduğu strese maruz kalması olduğu söylenebilir. Ergen anne ve babanın ayrılığına uyum sağlıyor olarak görülse bile, kimlik arama sürecinde ve diğ er dönemsel zorlukların etkisiyle değı şim yaşayan ergende çeşitli davranış sorunları görülebilir: okul sorunları, madde bağımlılığı, duygusal ilişkilerde yaşanan zorluklar, duygu durum bozuklukları . Fakat anne ve babası boşanmış ya da ayrı yaşayan ve anne ve babası beraber yaşayan ergenlerin yaşamış oldukları sorunların niteliğ i açısından farklar günümüzde gittikçe azalmaktadır. Ek olarak, boşanma sürecinin aileyi ya da ergeni nasıl etkilediğ i aile bireyleri arasındaki genetiksel ve davranışsal farklılardan da etkilenmektedir (Steinberg, 2007).

1.3.2.SOSYAL ÇEVRE

Ergenlik döneminde genç bireyler için çocukluk yıllarında önemli olan anne ve babanın yerini kendileri gibi olduğunu düşünen akranları almaya başlamıştır. Ergenlerin vakit geçirdikleri akran gruplarının artması ile evde geçirilen zaman azalacaktır ve dışarıda farklı etkinlikler yaparak arkadaş gruplarının genişlemesi söz konusu olacaktır. Bu durum ergenin toplum yaşantısında sosyalleşmesine katkı sağlayacağı gibi, anne ve babalarından ayrı kaldıkları için de yetişkin kültüründen gençlik kültürüne geçişini sağlayacaktır. Söz konusu aşamada, anne ve baba için doğru ya da yanlış olan değerler,

bilgiler akran grubu kültürünün etkisiyle ergenler için bir kişisel tercih meselesi olacaktır. (Steinberg,2007).

Ergenlerin akran grubunu ailesinden daha fazla önemsemesinin nedeni, arkadaşları ile aralarındaki ortak paylaşımlardır. Ergenler ile seçmiş oldukları arkadaşları okula karşı tutumları, okul başarıları, geleceğe yönelik beklentileri, giyim tarzları, dinledikleri müzik türü, hoşlandıkları etkinlikler bakımından benzerlik göstermektedirler. Dolayısıyla ergenlerin arkadaşlıkları benzerlikler temelinde devam etmektedir (Steinberg,2007).

Ergenler arkadaş grupları arasında popüler olan ve popüler olmayan şeklinde gruplanabilirler. Kendi aralarında popüler kişi olarak nitelendirdikleri komik, zeki, iletişim becerileri kuvvetli olan, anlayışlı, başarılı ve sosyal becerileri gelişmiş olan bireylerdir. Popüler olmayan ergenler ise saldırgan, çekinik ve saldırgan-çekinik olmak üzere üç kategoride toplanabilir. Bu ergenler akranları tarafından reddedilen, okul başarıları normalin altında olan, davranış sorunları yaşayan, toplumsal becerileri iyi olmayan bireylerdir (Steinberg,2007).

Akran ve arkadaş çevresi ergenin psikososyal gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Ergen dahil olduğu akran grubu ile kimlik deneme sürecinde farklı rollere bürünebilir ve akranlar kendi arkadaş grubunun davranışlarına yönelik geribildirimlerde bulunabilir. Akran grubu ergenin kimlik sürecinde, benlik imgeleri geliştirmede, hayata ilişkin düşüncelerini oluşturmada ve şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır. Örneğin, ergenlikte okulda başarısız, madde kullanımı fazla, uyum düzeyi düşük, suçlu davranışlar yapabilen bir akran grubuna dahil olan genç birey, okulu yarım bırakma, duygusal sorunlar yaşama, geleceğe yönelik planlar yapmak yerine kurlsız ve heyecanlı bir yaşam sürmeye çalışma gibi özellikler edinebilir ve yetişkinlik dönemine geldiğinde farklı davranış sorunlarına temel oluşturacak bir kimlik oluşturma sürecine girebilir. Dolayısıyla akran grubu seçiminde ailenin kontrolü oldukça önemlidir. Aile, akran grubunun ergenin toplumsallaşma sürecinde önemli olduğunu bilerek, yetkili ve açıklayıcı bir tarz içeren tutumlar kullanmalıdır (Steinberg,2007).

Yukarıda da bahsedildiği gibi çocukluktan ergenlik dönemine geçildikçe arkadaş seçimi ve gruplarının yapısında da bir geçiş dönemi yaşanacaktır. Genç bireyler ailelerin kontrolünden uzakta kendi yaşlıları ile bolca vakit geçirmek isteyeceklerdir. Akran grubunun genişlemesine paralel olarak, karşı cinsten ergen bireyler de gruba

dahil olmaya başlayacaklardır ve ergenler duygusal ilişkiler yaşamaya başlayacaklardır (Steinberg,2007). Gerek akran grubu gerek duygusal ilişkiler ergenlik gelişimini etkileyen durumlardır. Bu bağlamda ergenin nasıl bir akran grubu ile ne ölçüde ve ne kadar süre vakit geçirdiği önemlidir.

1.3.3.AKADEMİK HAYAT

Günümüzde okullaşma oranının artması,okulda ve dersliklerde geçirilen zamanın fazla olması durumu ergenin dönemsel stresler yaşamasına neden olmaktadır. Bir ergenin okul yaşantısı düşünüldüğünde, hafta içi sabahtan öğlene kadar ya da öğleden sonraya kadar okulda olma, hafta sonu yarım zamanlı derslikler ya da özel ders etkinliklerine katılma, geri kalan zaman ise serbest zamanları şeklinde planlanmıştır. Okul dışındaki serbest zamanlarında ergenler, aileleri ya da arkadaşları ile vakit geçirir ve varsa kendi bağımsız etkinliklerine katılırlar.

Annelerin ve babaların ders dışı etkinlik olarak yorumladıkları ergenlere ait serbest zamanların nasıl geçirildiği önemlidir. Bu zamanlarda yaşlarına ve gelişimlerine uygun spor etkinliklerine katılma, yeteneklerine uygun bir müzik aleti çalma, bir resim tablosu boyama ya da bir dans kursu etkinliğine katılma, mesleki anlamda çeşitli kulüplere üye olma ya da kendisine düzenli olarak katılım sağlayabileceği olumlu bir etkinlik ya da faaliyet belirleme ergenin sosyal gelişimini olumlu yönde etkileyecektir.

Sosyal etkinlikler ergenin dışarıda geçirdiği boş zamanı azaltmakla beraber, olumsuz arkadaş çevresine katılımını ve kontrolsüz zaman geçirme durumunu da önleyecektir. Sosyal etkinliklere katılım ergen için sağlıklı ve başarılı bir kimlik oluşturma sürecini ve benlik algılarını olumlu yönde etkileyecektir (Steinberg,2007).

1.3.4.ERGENLİK DÖNEMİNDE KİMLİK OLUŞUMU

Ergenlik döneminde kimlik gelişimi hakkındaki en yaygın görüş psikososyal gelişimin yönlerini temel alan Eric Ericson'un 'Psikososyal Gelişim Evreleri' içerisinde bulunan 'Kimliğe Karşı Kimlik Karmaşası' evresidir. Ericson'un kuramsal modeline göre, birey yaşamı boyunca sekiz evreden geçmektedir. Bu evrelerin her birinde birbirine zıt iki farklı uç bulunmakla beraber, kazanılması gereken davranışsal bir özellik söz konusudur. Gelişimsel evrelerdeki her bir özellik bir önceki evrenin üzerine

inşaa edilir. Özellikle bir evredeki özelliğin başarılı bir şekilde çözümü daha önceki evrelerin sağlıklı aşılmasına bağlıdır.

Psikososyal gelişim evrelerinden beşincisi olan kimliğe karşı kimlik karmaşası evresi 11-17 yaş aralığını kapsayan bir dönemdir. Bu dönemde Ericson, ergenlik döneminin psikososyal sorunlarının çözümünde başarılı bir kimlik oluşturma sürecinin önemini vurgulamaktadır. Kimlik oluşturma sürecinde birey kendisine 'ben kimim' sorusunu sormaya başlar ve başkalarının düşüncelerini de bu dönemde önemser. Bu dönemde sağlıklı bir kimlik oluşturma anahtarı, ergenin başkaları ile etkileşiminden geçmektedir. Genç insanın çevresindeki kişiler ya da ailesi onun kim olduğuna ya da kim olması gerektiği ile ilgili bilgileri yansıtan kişiler olarak görev yaptıkları sürece, ergenin kimlik gelişimi süreci olumlu etkilenir (Steinberg,2007).

Ergen kimlik oluşumu sürecinde kendini keşfetmeye çalışır ve farklı rolleri deneme sürecine girer (psikososyal morotoryum) 'Ben kimim' sorusuna yanıt bulan ergen,bir sonraki döneme geçecektir. Fakat olumsuz yaşam olayları ve toplumsal ilişkileri, doğru olmayan modelleri gözlemleme durumlarında ergen sağlıklı bir kimlik oluşumu sürecini tamamlayamayacaktır ve kimlik karmaşası yaşayacaktır (Steinberg, 2007).

1.4.ERGENLİK DÖNEMİ SORUNLARI

Ergenlik dönemi sorunlarını irdelemeden önce ergenlik dönemi sorunlarına yaklaşım açısından genel ilkelerden bahsedilecektir. Öncelikle belirli zamanlarda yapılan denemeler ile sürekli yapılan, kalıcı olan ve sorun yaratan davranışlar ayırt edilmelidir. Örneğin, çoğu ergen liseyi bitirmeden önce en az bir kere alkollü içki içmiştir ve en azından bir kere sarhoş olmuşlardır. Ancak, ilerleyen yıllarda çok az sayıda ergenin alkol sorunu yaşadığı ya da okul ve aile yaşantısının olumsuz etkilendiği söylenebilir. Yine çoğu ergen yaşamı boyunca en az bir kere risk taşıyan davranışlar sergilemişlerdir, ancak ilerleyen yıllarda bu ergenlerin hepsi suçlu davranışa bulaşma öyküsüne sahip olmayacaklardır. İkinci olarak, nedeni ergenlikte olan ya da ergenlik dönemi esnasında başlayan sorunlar ile kökeni ergenlik döneminin daha öncesine dayanan sorunlar ayrı olarak düşünülmelidir. Örneğin; ergenlik döneminde kaygı bozuklukları yaşayan çoğu kişi çocukluğunda da çeşitli psikolojik sorunlardan muzdarip olmuştur. Yani bir sorunun ergenlik döneminde görülmesi o sorunun döneme özgü bir durum olduğunu düşündürmemelidir. Üçüncü olarak, ergenlik dönemindeki sorunların çoğu dönemsel özelliği gereği uzun süreli değildir. Sorunlu davranışları yetişkinlik döneminde de devam eden genç insanların çocukluk ve ergenlik yıllarında aşamadıkları zorluklar söz konusudur. (Steinberg,2007).

Ergenlik döneminde yaşanan sorunlar genel olarak üç kategoride incelenebilir: madde kötüye kullanımı, içe yönelim sorunları ve dışa yönelim sorunları. İçe yönelim sorunlarında genç bireyin içsel dünyasında farklı nedenlerden dolayı yaşadığı stres rol oynarken, dışa yönelim sorunlarında davranış sorunları ya da antisosyal sendromu yansıtan sorunlar yer almaktadır. Bu sorunlar birbirleri ile ilişkili olarak ortaya çıkabilir. Örneğin; suç işleyen ya da riskli bir davranışta bulunan bir ergenin saldırgan davranışlarda bulunma ve yaşına uygun olmayan cinsel deneyimler yaşama olasılığı yaşlılarına göre daha fazladır. Aynı şekilde duygu durum sorunları yaşayan genç bireylerin toplumsal ilişkilerde etrafına zarar verici davranma, okulu yarım bırakma, evden kaçma gibi durumları göstermeleri olağandır.

Ergenlik dönemi sorunlarına bakıldığında, günümüzde ergenlerin büyük bir bölümü alkol ve sigara kullanımını madde kullanımına göre daha fazla tercih ediyor olsalar da, madde kullanan ergen sayısı da azımsanacak ölçüde değildir. Kimi gençler bunları merak ettiği için kısa süreli kullansa da kimi genç bireyler sürekli ve yoğun bir

şekilde madde kullanımını gerçekleştirmektedirler. Bu tür maddeleri sürekli kullanan genç bireylerin olumsuz yaşam koşullarına sahip olduğu (ilgisiz anne-baba, sorunlu aile yaşantısı ve okul hayatı gibi), sorunlu bir arkadaş çevresi olduğu ve toplumsal ilişkilerinde de sorun yaşadığı bilinmektedir. Madde kullanımını önleyici programlar hem genç bireyi hem de ailesini kapsayan detaylı rehabilite programları olarak planlanmalıdır (Steinberg,2007).

Ergenlik döneminde sorunlu davranışlarda bulunma oranı günümüzde halen çok yüksektir. Sorunlu davranışlarda bulunan ergenler çocukluklarında da psikolojik sorunlar yaşayan, okul başarıları ve zeka yapıları gelişimlerine göre düşük olan ve olumsuz koşullar yaşayan aile ortamlarından gelen ergenler olabildiği gibi, sorun davranışları ergenlik döneminde başlayan ve yetişkinliğe geçerken azalan ya da sonlanan ergenler olarak da bilinmektedirler. Ergen sorunlarına ilişkin müdahale programlarından en başarılı olanları aileyi tedavi sürecine katmak ve zamanında rehabilite programları uygulamaktır (Steinberg,2007).

1.5. KORUNMAYA MUHTAÇ ÇOCUK VE ERGENLER

Çocukların psikolojik, biyolojik ve sosyal yönlerden sağlıklı bir şekilde yetişmesinde aile kurumu oldukça önemlidir. Her konuda ilk eğitim ailede başlar. Çocuk model alma yoluyla aileden öğrendiklerini sosyal ilişkilerinde uygulamaya çalışır. Ancak aile içinde yaşanan geçimsizlik, maddi sorunlar, anne ya da babadan birinin ölümü veya aileyi terk etmesi, boşanma, anne ya da babada var olan ruhsal veya bedensel özürler ve diğer nedenler ebeveynlerin çocukları ile olan iletişimlerini etkiler ve aile içinde çocukla ilgilenmek imkansız hale gelebilir. Çocukla ilgilenmekten yükümlü birinci faktör aile iken, akraba ve yakın çevrenin de çocuklar üzerinde etkisi söz konusudur. Aile içinde yaşanan olumsuzlar sonucunda ,yakın çevre ya da akrabaların da hem aile hem de çocuk ile iletişimi iyi değilse ve çocuğun her türlü ihtiyacı karşılanmamaya başlanmışsa çocuk korunmaya muhtaç bir durumda kalır. (Şimşek ve Ark., 2008).

Ülkemizde çocuğun korunması açısından Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, Türk Medeni Kanunu, 2828 sayılı Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Kanunu ve 5395 sayılı Çocuk Koruma Kanunu önemli yer tutmaktadır. (Elmacı,2010) 5395 sayılı Çocuk Koruma Kanununa göre korunmaya muhtaç çocuk, bedensel, zihinsel, ahlaki, sosyal ve duygusal gelişimi ile kişisel güvenliği tehlikede olan, ihmal veya istismar edilen ya da suç mağduru olan çocuk olarak tanımlanır (Madde 3). 2828 sayılı Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu (SHÇEK) Kanununa göre ise, beden, ruh ve ahlak gelişimleri veya şahsi güvenlikleri tehlikede olmak koşuluyla; ana veya babasız, ana ve babasız çocuklar; ana veya babası veya her ikisi belli olmayan çocuklar; ana ve babası veya her ikisi tarafından terk edilen çocuklar; ana veya babası tarafından ihmal edilip fuhuş, dilencilik, alkollü içkileri veya uyuşturucu maddeleri kullanma gibi her türlü sosyal tehlikelere ve kötü alışkanlıklara karşı savunmasız bırakılan ve başıboşluğa sürüklenen çocuklar korunmaya muhtaç çocuk olarak tanımlanır (Madde 3).

Önceden çocuğa yönelik hizmetler SHÇEK tarafından yürütülmekteydi. 2011 yılının Haziran ayında 633 sayılı KHK ile SHÇEK kapatılarak Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı kurulmuştur. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı bünyesinde Özel Kalem Müdürlüğü, Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Engelli ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Kadının Statüsü Genel Müdürlüğü, Sosyal Yardımlar Genel Müdürlüğü, Strateji Geliştirme Başkanlığı,

Denetim Hizmetleri Başkanlığı, AB ve Dış İlişkiler Daire Başkanlığı, Bilgi İşlem Dairesi Başkanlığı, Destek Hizmetleri Dairesi Başkanlığı, Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı, İç Denetim Birimi Başkanlığı, Personel Dairesi Başkanlığı, Şehit Yakınları ve Gaziler Dairesi Başkanlığı, Basın ve Halka İlişkiler Müşavirliği, Hukuk Müşavirliği ve Döner Sermaye Merkez Müdürlüğü birimleri yer almaktadır (www.aile.gov.tr).

19.02.2014 tarih ve 28918 sayılı Resmi Gazetede yayımlanarak yürürlüğe giren 6518 sayılı Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun Hükmünde Kararnamelerde değişiklik yapılmasına dair kanunun 14.maddesi ile 2828 sayılı Sosyal Hizmetler Kanununun 3. maddesinde tanımlanan Çocuk ve Gençlik Merkezleri, Bakım ve Sosyal Rehabilitasyon Merkezleri ile Koruma Bakım ve Rehabilitasyon Merkezlerinin tanımları kaldırılarak yerine Çocuk Destek Merkezleri tanımlanmıştır (www.aile.gov.tr).

1.6. TÜRKİYE'DE KORUNMAYA MUHTAÇ ÇOCUKLAR

Türkiye genelinde ortalama 14 bin korunmaya muhtaç çocuk söz konusudur. Korunmaya muhtaç çocukların kuruluş bakımına alınma nedenleri anne ve babanın boşanması ve çocuğa bakamaz hale gelmeleri, ebeveynlerin aileyi terk etmeleri, ebeveynlerden birinin ya da her ikisinin ölümü, maddi sorunlar yaşama, ensest ilişki ,cinsel istismar, fiziksel ve duygusal istismar nedeni ile yetiştirme yurduna gelen ergen ve diğer nedenlerle gelenler (ebeveynlerden birinin ya da her ikisinin özürlü olması, cezaevinde olmaları, töre cinayetleri, doğal afetler vs) şeklinde sıralanabilir (Deniz ve Kesen,2005). Türkiye'de çocuğun korunmasına yönelik politikalar incelendiğinde, alanda çalışan meslek elemanı sayısının yetersiz oluşu, uygulamalarda bilimsel yöntemlerin kullanılmayışı, paydaş kuruluşlar ile ortak çalışmaların yapılamayışı gibi temel sorunlar kapsamlı bir çocuk koruma politikasına ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir (Yolcuoğlu ,2011).

Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğüne bağlı merkezlerden Çocuk Destek Merkezlerinde kalan ergenler çalışmamızın örneklemini oluşturmaktadır. 29 Mart 2015 tarihinde Resmi Gazetede yayımlanan Çocuk Destek Merkezleri Yönetmeliği içerisinde Çocuk Destek Merkezi, suça sürüklenmesi, suç mağduru olması veya sokakta sosyal tehlikelerle karşı karşıya kalması sebebiyle haklarında bakım tedbiri veya korunma kararı verilen çocuklardan; psikososyal desteğe ihtiyaç duyduğu tespit edilenlerin, bu ihtiyaçları giderilinceye kadar geçici süre ile bakım ve korunmalarının sağlandığı, bu süre içerisinde aile, yakın çevre ve toplum ilişkilerinin düzenlenmesine yönelik çalışmaların yürütüldüğü; çocukların mağduriyet, suça sürüklenme, yaş ve cinsiyet durumuna göre ayrı ayrı yapılandırılan veya ihtisaslaştırılan yatılı sosyal hizmet kuruluşlarıdır.(Madde 3) Bu kuruluşlarda kalan ergenlere yönelik bireysel ve grup bazında psikososyal destek programları uygulanmakla birlikte, suç mağduru çocuklara hizmet veren merkezlerin öncelikle 11-18 yaş grubu cinsel istismar mağduru çocuklar alanında ihtisaslaştırılması durumu söz konusudur (Madde 4).

Araştırma örneklemini olan Çocuk Destek Merkezlerinden önceki adıyla Bakım Ve Sosyal Rehabilitasyon Merkezi'nde kalan ergen örneklemine ulaşılabilmektedir ve dolayısıyla örneklemini Bakım ve Sosyal Rehabilitasyon Merkezinde kalan kız ergenler oluşturmaktadır. 4 Eylül 2009 tarih ve 27339 sayılı Resmi Gazetede yayımlanan yönetmeliğe göre Bakım ve Sosyal Rehabilitasyon Merkezi ' Duygusal, cinsel ve /veya

fiziksel istismara uğramış çocukların olumsuz yaşam deneyimlerinden kaynaklanan travma ve/veya davranış bozukluklarını gidermek amacıyla rehabilitasyon süreci tamamlanincaya kadar geçici süre bakım ve korunmalarının sağlandığı, bu süre içerisinde aile, yakın çevre ve toplum ile ilişkilerinin düzenlenmesine yönelik çalışmaların yürütüldüğü, 7-18 yaş kız ve erkek çocuklara yönelik ayrı ayrı yapılandırılan yatılı sosyal hizmet kuruluşu" şeklinde tanımlanır (Madde 4).

1.7. KORUNMAYA MUHTAÇ ERGENLERİN DURUMU

1.7.1.BAŞA ÇIKMA VE ERGENLİK

Ülkemizde çocuk destek merkezlerinde kalan korunmaya muhtaç ergenler ile ilgili pek fazla çalışmanın yapılamamıştır. Ergenlerin stres ile başa çıkma tarzları ile ilgili yapılan çalışmalarda stres araştırmacılar tarafından farklı ifadelerle tanımlanmıştır. Genel anlamda stres, gündelik hayatta bireye rahatsızlık veren durumlar karşısında bireyin üreteceği çözüm yollarını zorlayan ve sağlıklı başa çıkma tarzları geliştirmesini engelleyen bir tepkidir. Morris (2002)'e göre stres, insan yaşantısında değişim ya da uyum gerektiren ve aynı zamanda ruhsal dünyada bir gerginlik oluşturan çevresel beklentiler bütünüdür. Uçman (1990) 'a göre, yaşanan stresle başa çıkabilmek stres faktörlerinin duygularımızı etkileyen gerilimini azaltmak, yok etmek ya da bu gerilimle başa çıkacak davranışlar gösterebilmek olarak tanımlanır (Tan ve Aldemir, 2012). Folkman ve Lazarus (1984,1985)'a göre, birey yaşadığı durumu kendisinde tehdit oluşturacak ve stres yaratacak bir olay olarak algılamadığı sürece yaşanan hiçbir olay kişide strese neden olmayacaktır. Stresle başa çıkma ise kişinin ruhsal dünyasının ve çevresinin sebep olduğu zorlukları gidermek, zorluklarla uyum içinde davranmak ve yaşanan gerginliği azaltmak için gösterdiği her türlü çabalarıdır. Bu bağlamda Folkman ve Lazarus (1976,1993) üç çeşit bilişsel değerlendirmeden bahsetmektedir:

Birincil değerlendirmede, birey yaşadığı olayda sahip olduğu herhangi bir şeyin tehlike altında olup olmadığını değerlendirir. Bu değerlendirmeyi yaşanan olayın yeni olması, nasıl meydana geldiği, olayın sonucundaki beklentileri, hedefleri ve olaya ilişkin kişisel değer yargıları önemli ölçüde etkiler. İkincil değerlendirmede ise birey olay ile ilgili olarak nasıl davranacağı yönünde kendisini değerlendirir. Bu süreçte olayı gözden geçirme, olumlu başa çıkma tarzları geliştirme, olayın sonucunda oluşabilecek tehdidin önlenmesi durumları yer alır. Üçüncü değerlendirmede ise birey, başa çıkmaya çalıştığı durum için en uygun stratejiyi belirlemek amacıyla sağlıklı kararlar almak ve gerekirse yeni kararlar belirlemek yönünde bir düşünce biçimi oluşturur (Basut, 2006).

Ergenlik döneminde ergenin yaşadığı stresin kaynakları arasında gelişimsel olarak değişimin getirdiği ruhsal yapı, ailevi sorunlar, gündelik sorunlar, akranlar ve karşı cinsle olan sorunlar ve gelecek ile ilgili kaygıları yer almaktadır. Ek olarak, yaşanan çevrenin tehlikeli olması, hayat sorumlulukları, kalacak yer bulma sorunları

gibi koşullar da stres kaynakları olarak düşünülebilir. (Seiffge-Krenke, Aunola ve Nurmi, 2009)

Aşık ve Eker (2014) 'e göre, ergenlik döneminde baş etme, bu dönemde ortaya çıkan ve birbiriyle aynı anda gelişim göstermeyen bilişsel, duygusal, ruhsal ve toplumsal alandaki değişim ve taleplerle uyum sağlama çabası olarak tanımlanır. Ergenlerin yaşamış oldukları stresli olaylar ile başa çıkma konusunda farklı kaynaklardan yararlandıkları belirlenmiştir. Bu kaynakları Patterson ve McCubbin (1987) dört başlık altında toplamıştır: a) yaşanan benzer olaylarla başa çıkmada önceki deneyimler b) diğerlerinin, özellikle aile bireylerinin gözlenmesi ile oluşturulan deneyimler c) gelişimsel süreçte kendi biyolojik oluşumlarına ilişkin algıları konusundaki düşünceler d) özellikle anne-baba, akraneler ve önemli diğer kişiler tarafından yapılan sosyal yönlendirmeler (Basut, 2006)

Ebeveynlerden birinin kaybı ya da yaşanan ayrılıklar nedeni ile parçalanmış ailelerde yaşayan gençlerin ergenlik döneminde farklı uyum sorunları yaşamaları olağandır. Özellikle anne kontrolü olmayan çocuklar ergenlik çağına geldiklerinde okul hayatını tamamlamakta zorluk çekerler. Eğer ergene destek olacak bir aile büyüğü ya da akraba da yoksa ergenin davranış sorunları göstermesi ve kurallara karşı çıkması olağandır. Aile ergene ihtiyacı olduğu dönemde gerekli ilgi ve desteği göstermiyor ise ergen olumsuz duygular geliştirebilir. Hem ergenlik döneminin oluşturduğu değişim hem de günlük yaşantıda oluşabilecek sıkıntılar neticesinde gerekli desteği görememiş ergen stresli bir ruh haline bürünür ve yalnızlaşmaya başlar. Yıldız (2008)'in makalesine göre, insanın bedensel, zihinsel ve ruhsal anlamda olumlu bir gelişim gösterebilmesi için, sağlıklı bir aile ortamında yetişmesi gereklidir. Aile ortamlarında yaşanan sorunlar, anne ya da baba kaybı, evlilik dışı ilişkiler, savaş, doğal afet, boşanma gibi olumsuz durumlar çocukları aile ortamından uzaklaştırabilir. Bu durumda çocuklar akrabaları ya da yakınları tarafından bakılır veya devlet kuruluşlarına verilir. Devlet kuruluşlarında aileden uzak yetişen çocuk ya da ergen hem gelişimsel anlamda oluşan değişimlerle hem de diğer çocuk ya da ergenlerden farklı olarak hayatlarındaki oluşan zorluklarla mücadele etmek durumundadırlar (Karabulut ve Ulucan, 2011)

Holahan ve Moos (1986), McKernon ve ark. (2001) 'e göre, aile içinde sorunların az olduğu, aile ve çocuk arasında yeterli güvenin olduğu bir bağlılık sürecinin olduğu durumlarda, bu ailede yaşayan çocuklar stresli durumlarla başa çıkma konusunda kendilerine daha çok güvenecek ve daha aktif başa çıkma tarzlarını kullanacaklardır.

Aksi takdirde, ebeveyn desteği olmayan ya da olumsuz ailevi koşullar altında yetişmiş olan ergenler yaşadıkları olaylardaki stresi daha tehditkar olarak algılayacaklar ve kaçınmacı başa çıkma tarzları kullanacaklardır.(Basut,2006) Bu bağlamda yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin sorunlarla başa çıkmada hem gelişimsel sorunların etkisi hem de hayatlarındaki sıkıntıların etkisiyle zorlanacakları ya da problemlili başa çıkma davranışları sergileyecekleri düşünülmektedir.

Kurum bakımında olan korunmaya muhtaç ergenlerde gelişimsel sorunlar daha fazla görülmektedir ve ergenlerin bu sorunlara nasıl çözüm buldukları son derece önemlidir. Öngen(2002) 'in sorunlarla baş etme konusunda yapmış olduğu çalışmada, ergenlerin sorunlarına çözüm bulma yöntemlerinin başında sorunları aile ile çözme geldiği, bunu farklı yöntemler arama ,yaşanılan durumun neden olduğu olumsuz duyguları dışa vurma ve madde kullanımının izlediği bulunmuştur. Hutchinson ve Tess'in kurum bakımındaki ergenler ile yaptığı çalışmada, sorunlar ile baş etmede madde kullanımının fazla olduğunu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan ergenlerin cinsiyetlerine bakıldığında, erkeklerin olumsuz duyguları dışa vurma, madde kullanma ve manevi destek arama yöntemlerini kızlardan daha fazla kullandıkları bulunmuştur (Aşık ve Eker,2014) .

Folkman ve Lazarus (1980) başa çıkmanın iki türünden bahsetmişlerdir: duygu odaklı başa çıkma ve problem odaklı başa çıkma. Problem odaklı başa çıkma kişinin yaşadığı sıkıntı ile yüzleşmesidir. Duygu odaklı başa çıkma ise yaşanan strese savunma mekanizmalarını kullanarak cevap vermektir. Problem odaklı başa çıkmada sorun yaratan durum-çevre ya da birey karar verme ve/veya problem çözme yoluyla kontrol edilmektedir. Duygu odaklı başa çıkmada ise yaşanan sorunun kişide yaratmış olduğu gerginliğin azaltılması ve duyguların içinde bulunan duruma uygun olarak düzenlenmesi amaçlanmaktadır. En uygun başa çıkma, hem problem odaklı hem de duygu odaklı başa çıkma tarzlarının birleşiminden oluşmaktadır. Başa çıkmada en önemli faktör başkalarından alınan destektir. Aile üyeleri, arkadaşlar ya da bir yakına olumlu bir şekilde bağlanma, strese karşı bir koruyuculuk rolü üstlenmektedir. Düşünüldüğünde arkadaş ve aile bireyleri ile yakınlar stres altındaki bireye destek olarak onun kendisini daha değerli hissetmesine ve yalnız olmadığına ikna edebilir (Aşık ve Eker ,2014).

Baş çıkma stratejileri bağımsız bir süreç değildir, çevre şartlarından etkilenir. Compas (1987)'e göre stresli yaşam olayları önemli yaşam olayları (boşanma, hastalık,

okul değişimi), kronik stres koşulları(aile çatışmaları, yoksulluk) ve gündelik sıkıntıları (sınavdan geçememe, arkadaşlarla tartışma, aile ile tartışma) içermektedir. Araştırmalar göre, eğer bir strese başka bir stres eşlik ederse stresin etkisi daha da güçlenmektedir. Eğer bir ergen iki stresli durumu aynı anda yaşarsa bunlardan sadece birini yaşayan ergenin yaşayacağı stresin iki katından fazla stres yaşama olasılığına sahiptir (Steinberg ,2007).

Araştırma örneklemini oluşturan Çocuk Destek Merkezleri, korunmaya muhtaç olan istismara uğramış çocukların her türlü yaşamsal ihtiyaçlarının karşılandığı merkezlerdir. Çocuk Destek Merkezleri Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü bünyesinde olup, bu merkezlerde kalan çocuk ve ergenler bir takım psiko-sosyal problemler yaşamaktadırlar. Bu problemlerin başında kendilerini yalnız hissetme ve mutlu olamama durumları gelmektedir. Her ergenin merkeze gelmeden önce yaşamış olduğu sıkıntılar farklı olup, kuruluştta ergen hem yaşantısındaki sorunlarla hem de kuruluş ortamında devam eden hayatında oluşabilecek sorunlarla mücadele etmek durumundadır. Tüm bu zorluklar içerisinde genç insan, hayattan zevk almak, kendini halen toplumun bir üyesi olarak görebilmeye çalışmak için de çaba göstermeye başlar. Yapılan araştırmalar neticesinde yuvalarda kalan çocuklar kendilerini diğer çocuklardan' farklı' olarak hissetmektedirler ve bu his onlarda dışlanmışlık durumu yaratmaktadır (Öcal, Kemer kaya ve Arastaman ,2012).

1.7.2. YALNIZLIK VE ERGENLİK

Yalnızlık kavramı insanoğlunun varoluşundan bu yana filozofların tanımlamaya çalıştığı bir konudur. Yalnızlık hissi evrensel bir duygudur ve insanın yaşamı boyunca bu duyguyu yaşamaması imkansızdır (Wolfe, 1941).

Yalnızlık bir tür doğal tepki olarak tanımlanmaktadır. Duygusal ve sosyal yalnızlık olmak üzere belirtilen iki koşuldan duygusal yalnızlık, bireyin içsel dünyasında hissettiği yalnızlık duygusu iken; sosyal yalnızlık bireyin toplum içinde ve kalabalık bir ortamda olmasına rağmen kendisini yalnız hissetmesidir. Örneğin, annesi tarafından terk edilme korkusu yaşayan ergen duygusal anlamda kendisini yalnız hissederken, arkadaş ilişkilerini devam ettiremeyen veya günlük aktivitelerini toplum içinde yerine getiremeyen ergen sosyal anlamda bir yalnızlık duygusu yaşayacaktır. Yalnızlığın sosyal etkileşim yaklaşımı olarak da bilinen bu tanımlamada önemli olan,

ergenin sahip olduğu sosyal destek ve yerine getirilmesi gereken sosyal ihtiyaçların dengeli bir şekilde olmasıdır (Bowbly, 1996).

Yalnızlık, toplumumuzda son yıllarda artış gösteren bir problem alanıdır. Peplau ve Perlman'a göre yalnızlık, kişinin mevcut durumdaki ilişkisi ile idealindeki ilişkisi arasındaki farktır ve bu fark kişiyi memnun edecek düzeyde değildir. Booth, Barlett ve Bohnsack (1992) 'e göre yalnızlık, sosyal olarak aktif olmayan, kişisel iletişim becerileri gelişmemiş ve çevrelerinden soyutlanmış bireylerin yaşadığı durumdur. Asher, Parkhurst ve Williams (1998) 'e göre yalnızlık, çevresindeki kişiler tarafından kabul görmeme ve sevilme duygularının kişinin etrafında olup bitenlere yabancı olmasına yol açan bir durumdur. Hagerty ve Williams (1999)'a göre, yalnızlık duygusunun oluşumunda ve bu duygu ile beraber kişide meydana gelen olumsuz tepkilerin gelişiminde sosyal desteğin ve kabul görme durumlarının etkisi söz konusudur (Erözkan ,2009).

Geçtan (2004) 'e göre yalnızlık, farklı durumlarda ifade edilebilir. Bir insanın tek başına yaşaması biçimindeki yalnızlık, etrafındaki kişiler tarafından dışlanma sonucu oluşan yalnızlık, içinde bulunduğu toplumsal grubun üyesi olamaması durumunda oluşan yalnızlık, kendi tercihi ile yaşadığı yalnızlık ve insanın kendisini anlaşılmamış hissettiği gerçek yalnızlık gibi birbirinden farklı yaşantıların tümü 'yalnızlık' sözcüğünü kapsar. Weiss (1973), bireyin çevresindeki kişiler ile iletişim kuramamasını duygusal yalnızlık, gereksinim duyduğu arkadaş ilişkilerinin olamamasını da sosyal yalnızlık olarak tanımlamıştır ve bu iki kavramı birbirinden ayırmıştır (Pancar ,2009).

Berk (1989) 'in yaptığı çalışmaya göre, ergen gündelik hayat içerisinde sorunları ile başa çıkmak ve gelecek ile ilgili planlar oluşturabilmek adına farklı seçenekleri denemek durumunda kalmaktadır. Bu aşamada ergen kendisine destek olacak ve farklı seçenekleri denerken kendisine yol gösterip rehberlik edecek çevreye ihtiyaç duyar. Bu çevrede en önemli kesim ailedir. Ergen için aileden gelecek destek onun karşılaştığı ve yaşadığı sorunlarla sağlıklı başa çıkma becerileri geliştirmesini sağlar ve bu durum yetişkinlikte kendisi için olumlu bir temel oluşturur. Ergen bu süreçte destek bulamazsa hem yalnızlık duygusu hisseder hem de sağlıklı başa çıkma mekanizmaları oluşturamaz. Bireyin hem kimlik gelişiminde hem de yalnızlık duygusunun oluşumunda etkili olan aile kavramından yoksun olan, ailesi tarafından terk edilen, aile içi istismar ya da ihmale maruz kalan ergenlerin gelişimi olumsuz yönde etkilenecektir. (Bu durumlarda olan

ergen ya da çocuklar çevreden gelebilecek her türlü tehlikeye açık halde olduklarından ve ihmal ve istismara açık hale olduklarından devlet koruması altına alınması ve korunmaya muhtaç çocuk kavramına girmesi gerekebilir.)

Kurum bakımında olan çocuk ve ergenlerin büyük bir çoğunluğu kendilerine sağlıklı model olacak anne-babadan yoksundurlar veya olumsuz ailevi ilişkiler içerisinde yetişmişlerdir. Dolayısıyla kurum bakımında kalan ergenler kimlik oluşturma ve yaşadıkları sorunlarla ile sağlıklı başa çıkma tarzları geliştirebilmek için kurumlarda model alacak kişilere ihtiyaç duyarlar. Fakat, Coleman ve Hendry (1990) 'a göre, model alma sürecinde önemli olan ergenin kendisine model olan kişi ile ne düzeyde iletişim kurduğu ve onu ne ölçüde dikkate aldığıdır (Gündoğdu ve Zeren,1999).

Kulaksızoğlu (2001) 'na göre, ergenler kendilerini rahat ifade edecekleri bir sosyal gruba sahip değillerse ya da başkaları ile sağlıklı sosyal ilişkiler kurma konusunda yeterli düzeyde kişilerarası becerilere sahip değillerse kendilerini yalnız hissedeceklerdir. Yalnızlık duygusu yaşayan ergenler, kendi yakın çevresi ve ailesi ile de sağlıklı bir iletişim kuramazlar. Ek olarak, ebeveynlerden birinin kaybı ya da olumsuz ailevi koşullar da ergenlerin ruhsal durumunu ve yalnızlık düzeyini etkilemektedir (Gündoğdu ve Zeren,1999) Bu bağlamda Çocuk Destek Merkezlerinde kalan ergenlerin ailelerinden ayrı bir ortamda kaldıkları ve görüşmeleri kendi sağlıkları doğrultusunda belli aralıklarla ayarlandığı için yalnızlık düzeylerinin daha fazla olması beklenmektedir.

Ergenin kendisini yalnız hissetmemesinde sosyal destek önemli bir etken olarak kabul edilmektedir. Cobb (1976) 'un yaptığı tanıma göre sosyal desteğin hissedilen sevgi, hissedilen değer ve hissedilen saygı olmak üzere 3 önemli ögesi bulunmaktadır . Kurum bakımında olan ergenler ile ilgili yapılan çalışmada ergenlerin en çok sosyal destek kavramı içerisinde öğretmenlerini belirttikleri, kuruluş bakımında bulunan kızların erkeklere göre öğretmenlerden ve sınıf arkadaşlarından algıladıkları sosyal desteğin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmaya dahil edilen ergenlerin gelecek beklentilerine ilişkin bulgularda ergenlerin beklentilerinin en çok eğitim, iş ve ekonomik konularla ilişkili olduğu, bunu sırasıyla aile yaşamı ve sağlık ile ilgili gelecek beklentilerinin izlediği görülmüştür. Ek olarak, sosyal destek algıları yüksek olan çocuk ve ergenlerin daha az uyum sorunları yaşadıkları bulunmuştur (Bayoğlu ve Purutçuoğlu ,2010).

Kurum bakımında bulunan ergenin kendisini yalnız hissetme sebebi olarak

kuruluşa geliş nedeni de önemli bir faktör sayılmıştır. Maddi ve manevi sorunlar yaşayan aile, durumunu düzeltebilecek bir destek bulamaz ise çocukları ile ilgilenemez hale gelir ve çoğu zaman aile düzeni bozulur. Anne ve babanın çocuğa bakamaz duruma gelmesi, fakat halen hayatta oluyor olması, kurum bakımına verilen ergenin ailesine güvensizlik geliştirmesine neden olur. Yaşanılan durum sonucunda etrafındaki kişilere de güvenemeyen ergen, kendini değerli bir birey olarak hissedemez ve çevresinden şüphe duymaya başlar (Frank ve Klass,1996). Ergenin yaşadığı bu sorunlar gelecek ile ilgili algılarını, yaşam doyumunu ve sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkilemektedir. Uyumsuzluk sorunu yaşamaya başlayan ergen, zamanla çevresinden kendini soyutlamaya ve yalnızlaşmaya başlar. Bilinmektedir ki, yalnızlaşmalar da beraberinde öz güvende ve benlik saygısında azalmaya neden olmaktadır (Bulut,1995).

Groak ve arkadaşları (2005) ve Sparlin ve arkadaşları (2005) tarafından yapılan çalışmalarda kuruluş bakımında olan çocuk ve ergenlerin sosyal ve duygusal problemler yaşadıkları ve çözüm sürecinde ailenin önemi vurgulanmıştır. Kutlu (2003), kuruluş bakımında bulunan ve ailesiyle birlikte kalan gençlerin yalnızlık düzeylerini incelediği çalışmasında, kuruluş bakımında kalan gençlerin yalnızlık düzeylerini ailesi yanında kalan gençlerden daha yüksek bulurken, kızların yalnızlık düzeylerinin erkeklerden daha fazla olduğunu belirtmiştir (Aral ve ark,2006).

Devlet koruması altında bulunan ergenlerle yapılan çalışmalar sonucunda, ergenlerin çoğunun orta düzeyde yalnızlık hissettiği bulunmuştur (Durualp ve Çiçekoğlu, 2013). Ayrıca yalnız olmanın bir takım kötü olumsuz alışkanlıklar ile ilişkili olduğu da çalışmalarda bulunmuştur. Yalnızlığın alkolizm, depresyon, madde kullanımı, kaygı, yaşamdan zevk alamama, suça yönelme, utanma, intihar eğilimi gibi durumlarla ilişkili olduğu bulunmuştur. Aşık (2006)'ın kurum bakımında olan ergenler ile yapmış olduğu çalışmada, ergenlerin sorunlarla baş etme yöntemi olarak sigara içme davranışı gösterdiklerini bulunmuştur (Durualp ve Çiçekoğlu,2013).

Ergenlik döneminde akran ilişkileri aile ilişkilerinden daha fazla önem kazanmaktadır. Akranları tarafından reddedilen ya da toplumsallaşma sürecinde sosyal açıdan memnuniyetsizlik yaşayan ergenler kendilerini daha fazla yalnız hissedeceklerdir (Asher ve Cassidy, 2008).

1.7.2.1.YALNIZLIK İLE İLGİLİ KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

Yalnızlığa ilişkin önemli kuramsal yaklaşımlara bakıldığında, ilk olarak psikodinamik yaklaşımdan bahsedilebilir. Psikodinamik yaklaşım dendiğinde akla ilk gelen kişi Sigmund Freud olmasına rağmen Freud yalnızlık üzerine pek fazla açıklama yapmamıştır. Psikanalitik yaklaşımda yalnızlık ile ilk tanımlama Zilboorg (1938) tarafından yapılmıştır. Zilboorg' a göre, yalnızlık ile kişinin tek başına kalması aynı şeyler değildir. Kişinin yalnız kalması önemli birisinin hayatından ayrılması neticesinde ortaya çıkan olması gereken bir durum iken, yalnızlık sürekli olan ve kişinin hayatında olumsuz etkilere neden olan güdülerden oluşmaktadır. Bu güdüler kendini aşırı derecede sevme ve beğenme (narsizm), düşmanlık ve büyülenme (megolamani) durumlarıdır (Türel, 2001).

Bu yaklaşımdaki bir diğer kişi Fromm-Reichmann'dır. Fromm (1941)'e göre yalnızlık psikolojik bir durumdur ve kökeni çocukluk yıllarına dayanmaktadır. İnsan kendisine destek olan sosyal bağlardan koştukça bireyleşmeye başlayacaktır ve zamanla hissedeceği yalnız kalma durumundan acı içinde çıkmak isteyecektir (Fromm,1941).

Yalnızlık hakkındaki önemli bir psikodinamik açıklama Sullivan'dan gelmiştir. Sullivan'a (1953) göre kişinin yakınlık ihtiyacının giderilmemesi neticesinde ortaya çıkan hoş olmayan durum yalnızlık olarak tanımlanmaktadır. Kişilerarası yakın ilişkiler ergenlik döneminde artış göstermeye başladığından yalnızlık duygusu ergenlik döneminden itibaren hissedilmeye başlayacaktır.

Varoluşçu yaklaşımı savunan kuramcılara göre, insan dünyaya geldiği andan itibaren yalnızdır. Fakat etrafındaki kişiler ile paylaştıkça, etkileşimi artırdıkça içsel olan yalnızlık duygusu olumlu bir şekilde diğerlerine hissedilen yakınlık olarak geri dönmektedir. Bu yaklaşım, var oluşumuzdaki yalnızlık duygusu ile yaşamın bir parçası olan yalnızlık duygusunu birbirinden farklı olarak düşünmektedir (Steinberg,2007).

Yalnızlık medeni durum, sosyal destek, algılanan stres düzeyi ve bulunulan gelişim dönemi ile ilişkilidir (Cacioppo ve ark., 2006). Kendilerini yalnız hissedilen ergenler sosyal anlamda daha az risk alarak toplumsallaşma sürecinde çekinik davranabilirler ve bu durum ergenlerin sosyal gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilir (Steinberg, 2007).

Ergenlerin yalnızlık ile baş etmede kullandıkları iki strateji vardır: çekinik başa

çıkma ve sosyal başa çıkma. Çekinik başa çıkma, ergenin yalnızlık problemini çözmek için aktif bir yöntem kullanmaması iken, sosyal başa çıkma ise ergenin bu durumdan rahatsızlık duyması ve çözüm arayışlarına girmesi olarak tanımlanmaktadır (Steingberg, 2007).

1.8.YAŞAM DOYUMU VE ERGENLİK

İnsanoğlu var oluşundan bu yana mutlu olmak, iyi olmak ve yaşamdan keyif almak durumlarını anlamak ve açıklamak için çalışmıştır. Bu çalışmaların temelinde felsefe, sosyoloji ve psikoloji bilimleri bulunuyor olup, yaşamdan keyif almak ile ilgili farklı görüşler söz konusudur. Davranış bilimcileri geçmişten günümüze insanların yaşamış oldukları olumsuz yaşantıları, sıkıntıları ve zorlukları belirleyip, bunları olumlu olan düşünceler ve yaşantılarla değiştirmek üzere çalışmalar yapmışlardır. İnsanların olumsuzlarına ve mutsuzluklarına odaklanan davranış bilimcileri, insanı mutlu eden faktörleri belirlemek, insanın güçlü yanlarını ortaya çıkarmak konularında az çalışmalar yapmıştır ve bireysel anlamda insanın kendisini iyi hissetmesine yönelik çalışmalar sınırlı sayıdadır (Diener ve Diener, 1996).

Bireysel anlamda insanın kendisini iyi hissetmesi durumu kişinin yaşamına ilişkin işlevsel düşünceleri ve olumlu duygular bütününe ifade eden öznel iyi olma kavramı ile açıklanmaktadır (Myers ve Diener, 1995). Öznel iyi olma kavramının işlevsel olan duygu, işlevsel olmayan duygu ve yaşam doyumu olmak üzere üç temel ögesi bulunmaktadır. İşlevsel olan duygular sevinç, mutluluk,coşku gibi hoş yaşantıların insanda bıraktığı olumlu duygular olarak tanımlanırken, işlevsel olmayan duygu ise öfke, nefret, üzüntü, pişmanlık, kıskançlık gibi hoş olmayan durumlarda yaşanan olumsuz duyguları ifade etmektedir.

Yaşam doyumu kavramı genel anlamıyla kişinin yaşamındaki uğraşlarından öznel anlamda ne ölçüde keyif aldığıdır (Myers ve Diener, 1995). Yaşam doyumu öznel iyi olma, mutluluk kavramları ile beraber kullanılmaktadır, halbuki bu üç kavram birbirinden farklı unsurlardır.

Mutluluk çoğu zaman yaşamın soyut durumlarını kapsar. Yapılan planlar, beklenen hedefler ve amaçlar sonuncunda mutluluk hayal edilir ve çalışmalar bu doğrultuda yapılır (Steinberg,2007).

Yaşam doyumu kavramının net bir tanımını yapmak oldukça güçtür. Genel anlamıyla değerlendirildiğinde yaşam doyumunu etkileyen ögeler söz konusudur (Baykoçak, 2002). Bu ögeler şu şekilde sıralanabilir:

- Hayatı yaşanmaya değer olarak bulmak,
- Olumlu sosyal ilişkiler kurmak,

- Aidiyet duygusu geliştirmek ve başarılı bir kimliğe sahip olmak,
- Ekonomik, fiziksel, toplumsal, sosyal anlamda rahatlık ve iyilik,
- Mutlu ve güvende olmak,
- Yaşamda halen süregelen ve devam eden etkinliklere sorunsuz katılıyor olmak.

Öznel iyi olma kavramının bilişsel boyutu olan yaşam doyumu, bireyin hayata karşı geliştirdiği, kişinin genel iyilik halini etkileyen ve bireyin mutlu olmak için amaçlarını ne ölçüde gerçekleştirdiğine dair ortaya çıkan bir tepkidir.

1.8.1.YAŞAM DOYUMUNU ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Yaşam doyumu kavramı ilk kez 1961 yılında Neugarten tarafından ortaya atılmıştır. Bu kavram, bir insanın sahip oldukları ile sahip olmayı planladığı durumların sonucudur. Pek çok kaynakta yaşam doyumu; iyilik hali, iyi olma ve yaşam kalitesi kavramları ile beraber kullanılmaktadır.

Genel anlamda yaşam doyumu, bireyin yaşantısında sahip olduğu her şeyden ne ölçüde memnun olduğu yani genel iyilik halidir. Bireyin yaşam doyumunu etkileyen faktörler, günlük hayattan aldığı zevk, amaçlarını yerine getirme konusundaki uyum, fiziksel, ruhsal ve ekonomik olarak kendisini iyi hissetme hali ve olumlu sosyal ilişkiler kurabilme şeklinde sıralanabilir. Ergenin yaşam doyumunda öğretmenleri olan ilişkiler önemli rol almaktadır. Ayrıca güvenli bağlanma tarzı, sosyal destek de yaşam doyumunu etkilemektedir (Ünal ve Şahin ,2013.)

Yaşamdan alınan doyum açısından cinsiyetler arasında önemli bir fark bulunmamaktadır. Kadınlar erkeklere nazaran olumsuz duygularını açığa çıkarma konusunda daha hassas davranırlar da yaşam memnuniyetleri erkeklere göre daha fazladır. Gençler olumlu ve olumsuz duygularını ifade etmekte zorluk yaşamaz iken, yaşlılar daha çok olumlu duygularını anlatmaktan hoşlanmaktadır. Evli olmak ve eğitim düzeyi yaşamdan alınan doyum etkilememektedir, fakat kadınların eğitim seviyesi yaşam memnuniyetlerini etkilemektedir. Bir işte çalışıyor olmak yaşamdan alınan doyumunu olumlu yönde etkilemektedir, fakat her türlü duruma özgü kültürel farklılıklar söz konusudur (Yetim, 1991).

Yaşam doyumunu etkileyen en önemli kavram sosyal destektir (Cohen ve Wills, 1985).Sosyal destek, stres verici bir durumla baş etmek için aile bireyleri, arkadaş çevresi, yakınlar, akrabalar ve toplumdaki diğer kişilerle olan olumlu yönde ilişkiler

olarak tanımlanabilir. (Ünal ve Şahin, 2013)

1.8.2.YAŞAM DOYUMU KURAMLARI

- Ereksel Kuramlar: Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi kuramını temel alan ereksel kuramlara göre, insanın günlük yaşantıda hayatını devam ettirebilmesi için fiziksel, psikolojik ve sosyal anlamda isteklerinin yerine getirilmesi ve hayata dair amaçlarının farkında olması gerekir. İnsanın ihtiyaçlarının karşılanması mutlu olmasına, amaçlarının yerine gelmemesi ve ihtiyaçlarının giderilmemesi ise mutsuzluğa neden olur. İnsanoğlunun istekleri, ihtiyaçları ve mutlu olma derecesi arasında anlamlı bir ilişki söz konusudur (Yetim, 1991).
- Aktivite Kuramları: Aristoteles bu kuramın öncüsü olarak bilinmektedir. Ereksel kuramlarda ihtiyaçların karşılanması insanı mutluluğa erdiren yol iken, aktivite kuramlarında mutluluk kişinin davranışlarına ve becerilerine bağlıdır. Mutlu olmak isteyen kişi kendisini mutlu edecek durumu belirleyip, bu durumun gerektirdiği davranışı yerine getirmelidir. O davranışı yerine getirirken almış olduğu haz mutluluğun kaynağını oluşturmaktadır. Yani, mutluluk insanın eylemi gerçekleştirilmesine bağlıdır (Yetim,2001).
- Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları: Mutlu olmayı zor bir süreç olarak görmeyen bu kurama göre, neşe dolu anlar mutlu bir hayatın temelidir. Diğer bir görüşe göre ise, kişinin mutlu olabilmesi yaşadığı her bir anın kıymetini bilmesine bağlıdır. Kuramsal bakış açılarındaki felsefeciler çeşitli görüş farklılıkları geliştirse de temel nokta, kişiyi mutlu eden olaylarda hem öznel değerlendirmeler hem de kişinin geçmiş yaşamında olan neşe dolu anlar bulunmaktadır (Yetim, 2001).
- Bağ Kuramları: Mutluluğa ilişkin bilişsel bakış açıları gündeme getiren bu kurama göre, kişinin mutlu olmasında yaşamış olduğu olayların sonucundaki duygulara yüklediği anlamlar rol oynamaktadır. Özellikle kişinin öznel değerlerini içeren ve olumlu duyguların açığa çıktığı anlar ve yaşantılar daha fazla mutluluğa neden olacaktır (Yetim, 2001).
- Yargı Kuramları:Bu kuramlar mutluluğa neden olan olayları belli bir sınıflandırma neticesinde belirlemeyi savunmaktadır. Yaşanan olayın kişinin yaşantısını etkileme düzeyi (olumlu ya da olumsuz), kişide oluşan duygunun miktarı, yapılan sosyal karşılaştırma (kişi kendisini başkalarından daha iyi

görürse daha mutlu olur) ve hedefleri ulaşılabilir tutmak (kişinin hayalleri ile gerçekte yapabilecekleri arasındaki denge durumu) temel öğelerdir (Yetim, 2001).

Ergen öznel iyi oluşunu etkileyen en önemli faktör aile yapısıdır. Aile yapısının iletişime açık olması ve aile üyelerinin tutarlı bir davranış tarzı sergilemeleri ergenin kendisini iyi hissetmesini sağlayacaktır. Ergenin döneme özgü duygularını rahatlıkla ifade edebileceği, kendisini olduğu gibi anlatabileceği ve yargılanmadan kabul edilebileceği, tutarlı bir sevgi-disiplin anlayışının sergilendiği aile yapısı ergenin yaşamdan aldığı memnuniyeti olumlu yönde etkileyecektir (Kağıtçıbaşı, 2000 ; Park 2004).

1.8.3.ÖZNEL İYİ OLMA-YAŞAM DOYUMU

Yaşamdan doyum almak öznel yaşantılarımız neticesinde kişisel güçlerimizin farkına vararak yaşantımıza yüklediğimiz anlam olarak tanımlanmaktadır (Yalom,2000). Öznel iyi olma ve yaşam doyumunu ile ilgili temel düşünceler felsefe alanında ortaya konmuştur. Devamında psikologlar insanların sorunlarını çözme yolunda ve onları mutluluğa ulaştırma yolunda ilerlerken insanların zayıf yönlerine, olumsuz yaşantılarına, depresif, kaygılı tutumlarına yönelik çalışmalar yaparak öznel iyi olmak durumunu belirlemeyi amaçlamışlardır. Fakat günümüzde pozitif psikolojinin de alanına giren ruh sağlığının mutlu olmayı insanın güçlü yönlerini ve olumlu duygularını açığa çıkararak da mümkün olduğu görüşü yaygınlaşmaktadır. Geçmiş dönemlerde psikolojik anlamda iyi olmayı insanın işlevsel düşüncelerine ve olumlu duygu ve güçlü yönlerine bağlayan çalışmalar yoktur.

Kavramlar arasındaki değerlendirmelere bakıldığında; bireyin yaşantısında olumlu duyguları olumsuz duygularından derece olarak fazlaysa ve bireyin yaşamına ilişkin bilişsel görüşleri işlevsel düzeydeyse öznel iyi oluş yüksektir. Olumlu duygular ve yaşam memnuniyetini içeren durumlar bireyin iş yaşamı, evlilik yaşamı, serbest zaman aktivitelerindeki alanlar olarak çeşitlenmektedir (Myers, 2000).

1.8.4.ÖZNEL İYİ OLMA-MUTLULUK KAVRAMI

Öznel iyi olma kavramı mutluluk kavramı ile ilişkili olarak açıklanmaktadır.

Bireyin kendisine yönelik ve hayata yönelik olumlu duyguları ve bu duygulara paralel geliştirdiği iyi ilişkileri yaşamdan alınan doyumunu pozitif yönde etkileyecektir (Ryan ve Deci, 2001). Fakat yaşamdan alınan doyumun kaynağı insanın yaşantısındaki somut hedeflerini gerçekleştirmesi neticesinde oluşan mutluluk durumu değildir. Mutluluğun kaynağında insanın kendisini hatalarına, eksiklerine rağmen olduğu gibi kabul etmesi, sosyal yaşantısındaki psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile sürekli gelişim göstermesi, hayatta amaçlar belirlemesi, etrafındaki kişilerle olumlu ilişkiler kurması ve devam ettirmesi, hayatına dair kararlarını kimsenin etkisinde kalmadan kendisi verebilmesi durumları yer almaktadır (Ryff,1989).

Mutluluğun olumlu ve olumsuz duygu boyutu mutluluğun duygusal yönü iken, yaşam doyumunu ise mutluluğun bilişsel yönüdür. Olumlu duyguların etkisi ile mutlu olan birey yaşama karşı iyimser bir şekilde davranmaya başlayacaktır. Günlük hayatta olumsuzlukları ve zorlukları geçici olarak gören ve hayata dair olumlu yüklemeler ile hareket eden iyimser insanlar daha az olumsuz duygular geliştireceklerdir (McIntosh, Stern ve Ferguson, 2004).

1.8.5.MUTLULUK-YAŞAM DOYUMU

Mutlu olmak her insan için önemlidir, mutlu olan insan olumsuz duygulardan arınmıştır ve hayata dair pozitif bir bakış açısı ile yaklaşmaktadır. Mutluluk ile yaşam doyumunu ve öznel iyi olma arasında pozitif bir ilişki vardır. Mutlu olan kişi yaşantısını değerlendirme sürecinde ve yaşamdan keyif alma sürecinde olumlu yaklaşımlar ve iyi bir bakış açısı geliştirecektir (Lu, 1995).

Mutluluk konusunda psikoloji ve felsefe alanında tanımlamalar yapılmıştır. Farabi felsefesinde mutluluk ile metafizik iç içedir. Bu felsefeye göre, insan eğer mutlu olmak istiyorsa varoluşunu sorgulama sürecinde Tanrı'ya olan aşkını mutluluğa ulaşmak için bir amaç edinmelidir (Tokat, 2006). Genel anlamda felsefe alanı, insanı mutluluğa götüren koşulları metafizik ile açıklarken, psikoloji alanı, insanın olumsuz yaşantılarının giderilmesi ve mutluluktan ziyade insanı mutsuz eden koşullara yönelik değerlendirmeler yaparak açıklamalarda bulunmuştur.

Öznel iyi olma hem yaşam doyumunu hem de mutluluk kavramını içeren geniş bir tanımlamaya sahiptir. Mutlu olmak bireyin sahip olmak istedikleri neticesinde oluşturduğu olumlu bir duygu iken, yaşam doyumunu bireyin yaşamına ilişkin öznel

değerlendirmelerini içeren bir durumdur (Lu,2000).

1.8.6.GÜNÜMÜZDE YAŞAM DOYUMUNA BAKIŞ: POZİTİF PSİKOLOJİ

Pozitif psikoloji alanındaki görüşler 1998 yılında Seligman tarafından ortaya atılmıştır. Bu görüşe göre, insanların yaşadıkları ruhsal rahatsızlıkların tedavi sürecinde genel iyilik hali ve bireyin gerçek potansiyelini ortaya çıkaracak güçlü yönlerine odaklanmak gerekmektedir. Bu bağlamda insanın güçlü yönlerinin ve iyimser taraflarının ortaya çıkarıldığı çalışmalar oldukça sınırlıdır, çünkü psikoloji ve diğer bilim dalları insanların yaşamış oldukları olumsuzluklara ve hayata dair oluşturdukları kötümser bakış açılarına yönelmiştir (Seligman, 1998; Rozin ve Royzman, 2001).

İnsanın güçlü yönlerini vurgulayan pozitif psikoloji yaklaşımı, hayata pembe gözlüklerle bakmak olarak düşünülmemelidir. Çünkü insanın gerçek potansiyelini içeren güçlü yönlerden ziyade, günlük yaşantısında önemli bir sorun yaşamayan insanların da içsel dünyasındaki olumlu yönleri fark etmeye ve yaşamdan aldıkları doyumunu artırmaya ihtiyaçları vardır. Ancak yaşamında olumsuz olaylar yaşayan insanlara çözüm bulmak ve işlevsel bakış açıları kazandırmak herhangi bir sorunu olmayan, iyi durumda olan insanlara yardım etmekten daha önemli olarak görülmüştür (Faller, 2001; Gable ve Haidt,2005).Pozitif psikolojinin temel amacı, bireyin sadece mutlu olması ve bu mutluluğu kendisini geliştirerek yaşamı boyunca sürdürmesidir. İnsanın mutlu olmasını ve iyimser bir bakış açısı geliştirmesini temel alan yaklaşım pozitif psikoloji alanıdır (Keyes ve diğ., 2002 ; Sheldon ve King, 2001).

Pozitif psikoloji alanı mutluluk, iyimserlik, yaşam doyumunu ve öznel iyi olma konularını insanların gerçek potansiyellerini ortaya çıkaran faktörler olarak düşünmüştür. Dolayısıyla bu kavramlar pozitif psikoloji alanındaki araştırmacıların çalışma alanlarını oluşturmuştur. Yaşam doyumunu ve öznel iyi olma kavramları kişinin kendisini olumlu ve olumsuz yönleri ile kabul etme, yaşamında destekleyici ilişkiler kurma, hayata dair pozitif duygular geliştirerek bir amaç doğrultusunda davranma özelliklerini içermektedir. Bireysel anlamda gelişim ve kişinin öz benliğini keşfetmesi ile öznel iyi olma kavramı yakından ilişkili olup, geleceğe yönelik iyilik hali, sorunlarla baş etme becerileri, umutlu olma ve yaşamdan keyif alma durumlarını etkilemektedir (Myers,2000 ; Cowen ve Kilmer,2002).

Bilinen ilk pozitif psikolog William James'tir. W.James'i Carl Rogers, Abraham Maslow, Alfred Adler, Carl Jung takip etmişlerdir. Pozitif psikoloji ile yakından

ilgilenen bu kuramcılar içgüdüleri ve bilinçaltındaki değişimleri temel alan klasik psikoterapi ekollerinin aksine insanın gerçek potansiyelini oluşturan içsel gücü yaklaşımlarının ana teması yapmışlardır. Kendisini gerçekleştirme yönünde bireyselleşen insan daima kendini geliştirmeye yönelik adımlar atan, öğrenmeye açık, potansiyelleri sınırsız olan ve kendini gerçekleştirme yoluna doğru ilerleyen bir varlıktır (Steinberg,2007).

1.8.7.ERGENLİK DÖNEMİNDE YAŞAM DOYUMU

Ergenin gelişimsel olarak yaşadığı biyolojik ve psikolojik değişime uyum göstermesi ve bu değişimden yaşamına olumlu yönde bir çok şey katması oluşacak stres düzeyini olumlu yönde etkileyecektir. Ergen içinde bulunduğu dönemin sorunlarının yarattığı stresi olumlu olarak algılar ve hayata sağlıklı bir uyum çabası ile yaklaşırsa yaşamdan aldığı doyum daha fazla olacaktır Ünal ve Şahin, 2013; Steinber,2007)

Devlet koruması altında bulunan çocuk ya da ergen kuruluş bakımına alınmadan önce herhangi bir travma ya da olumsuz bir deneyim yaşamıştır. Koruma altına alınan çocuk ya da ergen kuruluş ortamı dışında yaşadığı sorunlar neticesinde olumsuz bir özgeçmişe sahip bir şekilde hayatını devam ettirmek durumundadır. Aslında kuruluş ortamı dışındaki herhangi bir sorun çocuğun ya da ergenin kurum bakımına alınmasına sebep olmuştur. Dolayısıyla kurum bakımındaki çocuklar ailesi yanında yaşayan çocuklar ile karşılaştırıldığında, sağlıklı bir aile ortamında yetişen çocuğun daha az sorunlu olması olağandır (Elmacı ,2010)

Kurum bakımında olan ergenlerde en fazla günlük yaşanan alan ergenlerin gelecekle ilgili düşünceleri ve gelecekte beklenenleridir. Bunun sebebi ise, kurum bakımından ayrıldıktan sonra hayatlarında oluşabilecek belirsizlik olabilir (Aşık ve Eker, 2014)

1.9. YAŞAM DOYUMU, YALNIZLIK VE STRESLE BAŞA ÇIKMANIN ERGENLİK DÖNEMİ İLE İLİŞKİSİ

12-21 yaş aralığını kapsayan ergenlik dönemi biyolojik, psikolojik ve toplumsal alanlarda değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Bu değişimler ergenin kimlik sürecinde önemli bir rol oynamaktadır ve bu süreçte ergen kendini bulma yoluna girmiştir. Fizyolojik olarak yaşanan bedensel değişimler ve toplumsal alanda kendini ifade etme yönünde oluşan kimlik sürecinde ergenin ruhsal dünyası etkilenmektedir. Ergenin hem gelişimsel sürecin oluşturduğu değişimler ile hem de devam eden yaşantısında meydana gelen sorunlar ile başa çıkma konularında stres yaşamaması olağan bir durumdur. Gelişimsel olarak devam eden kimlik sürecinde ergen gelecek ile ilgili hedefler oluşturma ve kendisini iyi hissedebileceği bir sosyal çevre kurabilme çabalarına girer. Günlük yaşantısında oluşan sorunlar ile başa çıkmak için ergen kendisini anlayabilecek ve yargılamadan destekleyebilecek bir yakın çevreye ihtiyaç duyar. Bu yakın çevre ergenin ailesi ve arkadaş grubundan oluşmaktadır. Ergen hayatında yaşadığı sorunlarla başa çıkma konusunda kendisini destekleyebilecek bir yakın çevreye sahip olursa, sağlıklı başa çıkma yolları geliştirecektir ve geleceğe dair olumlu planlar yaparak kendisini yalnız hissetmeyecektir. Fakat, ergenin kendisini destekleyebilecek bir yakın çevresi ya da ailesi yoksa veya ergeni anlayabilecek bir yakın çevre söz konusu değilse, ergen kendisini yalnız hissedecektir. Dolayısıyla sorunlarını çözebilme konusunda gelişimine uygun başa çıkma tarzları gösteremeyecektir ve gelecek ile ilgili sağlıklı planlar yapamayacaktır. Bu durum ergenin yaşantısında mutsuz olmasına ve hayattan doyum alamamasına sebep olacaktır. Çocuk Destek Merkezinde kalan ergenler de aileleri ya da yakınları tarafından ihmal ya da istismara çevresine genelleyecektir. Bu durum ise ergende strese ve problemlili başa çıkma davranışlarına yol açacaktır.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Katılımcılar

Çalışmanın araştırma grubunu Ankara, Kırıkkale, Kırşehir, Konya ve Kayseri'deki Çocuk Destek Merkezlerinde bulunan 12-18 yaş aralığında olan ergenler olmaktadır. Araştırmada cinsiyet ayrımı yapılmamıştır. Fakat ulaşılan örneklem grubu kız ağırlıklıdır ve araştırmaya 110 kız ergen dahil edilmiştir.

Araştırma grubunda yer alan ergenlerde, ölçekleri bağımsız olarak uygulayabilmeleri amacıyla zeka probleminin bulunmaması, herhangi bir düzeltilmemiş görme ve/veya işitme bozukluğu olmaması koşulu aranmıştır. Ayrıca uygulamanın yapıldığı günlerde bazı ergenlerin kurum dışında olması, bazı ergenlerin okulda olması veya bazı ergenlerin izinde olmasından ötürü örnekleme alınamayan ergenler olmuştur.

Araştırmadaki örneklem grubu Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığının yazılı bilgi ve onayı ile çocuğun rızasına, gönüllülük esasına, dayalı olarak seçilmiştir.

Bu araştırma “tarama modeli” olarak tasarlanmıştır. “Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez” (Karasar, 2009, s.77).

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmanın amacı, Çocuk Destek Merkezlerinde kalan 12-18 yaş arasındaki ergenlerin stresle başa çıkma tarzlarının yalnızlık ve yaşam doyumu değişkenleri ile ilişkilerinin incelenmesidir. Araştırmada, deneklerin stresle başa çıkma tarzlarını değerlendirmek amacıyla stresle başa çıkma yolları envanteri; yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla UCLA yalnızlık ölçeği ve yaşam doyum düzeylerini değerlendirmek amacıyla yaşam doyumu ölçeği kullanılmıştır (Bkz Tablo 2.1)

Tablo 2.1. Araştırmada Kullanılan Ölçekler

Ölçekler	İlgili Yaş Dönemleri	Türkiye’de Standardizasyonu Kim/Kimler Tarafından Yapıldığı
UCLA Yalnızlık Ölçeği	12 yaş ve üzeri	Demir,1989 (Çeçen, 2008).
Stresle Başa Çıkma Yolları Envanteri	12 yaş ve üzeri	Şahin ve Durak,1995 (Türküm, 1999).
Yaşam Doyumu Ölçeği	12 yaş ve üzeri	Köker ve Yetim, 1991 (Çeçen, 2008).

2.2.1. Bilgi Toplama Formu

Çalışmada yer alan katılımcıların kimlik ve sosyodemografik bilgileri ile ergenin kendi yaşantısına yönelik bilgilerin yer aldığı kısa bir formdur. Bu formda cinsiyet, yaş, kuruluştaki kalma süresi, sağlık bilgisi, ailevi bilgiler ve sorunlarını çözme tarzları hakkında sorular yer almaktadır (Bkz Ek-1).

2.2.2. UCLA Yalnızlık Ölçeği

UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale) 1980 yılında Russell ve arkadaşları (1980) tarafından geliştirilmiştir. Envanter ölçeği bireyin genel yalnızlık derecesini ölçmeyi hedeflemektedir. 10 olumlu ve 10 olumsuz toplamda 20’şer kısa ifadelerden oluşan dördümlü Likert tipi bir ölçektir. Her madde belirtinin şiddetine göre ve 1 (hiçbir zaman) ile 4 (her zaman) arasında puan alır. UCLA Yalnızlık Ölçeğinden en fazla alınan puan 80, en az alınan puan 20’dir. Bireyin aldığı yüksek puan, yüksek yalnızlık düzeyi anlamına gelmektedir.

Russell ve arkadaşları, ölçeğin orijinalinin Cronbach alfa iç tutarlık alfa katsayısının 0.94, iki ay arayla yapılan ölçümlerde test tekrarı korelasyon katsayısının .73 olduğunu belirtmişlerdir. Ülkemizde ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Demir (1989)’in yaptığı çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı ile ilgili analizler toplam 72 kişi üzerinde hesaplanmış ve cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .96 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin beş hafta ara ile yapılan test tekrar test güvenilirlik katsayısı .94 olarak bulunmuştur (Çeçen, 2008).

Çalışmada UCLA yalnızlık ölçeği araştırma grubunda yer alan deneklerin

kendilerini yalnız hissetme düzeylerini tespit etmek amacıyla kullanılmıştır (Bkz Ek 2).

2.2.3.Yaşam Doyumu Ölçeği

Yaşam Doyum Ölçeği (The Satisfaction with Life Scale) Diener ve arkadaşları tarafından 1985 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, bireyin yaşamdan aldığı genel doyum düzeyini ölçmeyi hedeflemektedir. Yaşam doyumuna ilişkin beş maddeden oluşan, yedili Likert tipi bir ölçektir. Her madde belirtinin şiddetine göre 1 (Hiç Uygun Değil) ile 7 (Tamamıyla Uygun) arasında puan alır. Yaşam Doyumu Ölçeğinden en fazla alınan puan 35, en az alınan puan 5 'dir. Bireyin aldığı yüksek puan, yaşamdan aldığı doyumun yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Ölçeğin Türkçe çeviri, güvenilirlik ve geçerlik çalışması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Madde analizi ölçeğin her bir maddesinden elde edilen puanlar ile toplam puan arasındaki korelasyonun yeterli olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca Köker (1991) ölçeğin üç hafta ara ile uygulanan test tekrar test tutarlılık katsayısının .85 olduğunu belirlemiştir. Yetim'in (1993) yaptığı çalışmada ise, ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .86 ve test-tekrar test yöntemi ile belirlenen güvenilirlik katsayısı .73 olarak bulunmuştur (Çeçen, 2008).

Çalışmada Yaşam Doyum Ölçeği araştırma grubunda yer alan deneklerin yaşamlarından doyum alma düzeylerini tespit etmek amacıyla kullanılmıştır (Bkz Ek 3).

2.2.4.Başa Çıkma Stilleri Ölçeği

Başa Çıkma Stilleri Ölçeği (COPE Inventory) Bacanlı ve arkadaşları (2013) tarafından Carver ve arkadaşlarının (1989; 1993) geliştirdiği 60 maddelik Başa Çıkma Stilleri Ölçeği ve Carver'in (1997) gözden geçirdiği Başa Çıkma Stilleri Ölçeği Kısa Formunun maddeleri kullanılarak oluşturulmuştur. Ölçek psikolojik sıkıntı ya da strese yol açan faktörlerin kontrol edilmesine olanak sunan ve başa çıkma stili olarak adlandırılan bilişsel ve davranışsal tepkileri ölçmeyi hedeflemektedir. Ölçek 28 maddeden oluşan dördümlü Likert tipi bir ölçektir. Her madde belirtinin şiddetine göre 1 (asla böyle bir şey yapmam) ile 4 (çoğunlukla böyle yaparım) arasında puan alır. Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeğinden en fazla alınan puan 120 , en az alınan puan 30'dur. Puanların yüksekliği, kişinin puanı yüksek olan başa çıkma tarzını daha çok

kullandığını göstermektedir (Bkz Ek 4).

Bacanlı ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilmiş olan ölçeğin açımlayıcı faktör analizi sonucunda her biri iki maddeden oluşan 14 faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Tüm faktörlerin açıkladığı varyans %80,37'dir. Ölçeğin uyum geçerliğini test etmek için sosyal beğenirlik, yaşam doyumu, öz saygı ve A tipi kişilik ile ilişkilerine bakılmıştır. Faktörlerin Cronbach alfa katsayıları 0.39 ile 0.92 aralığında değişmektedir. BÇSÖ-KF'nin test tekrarı güvenirliği için iki hafta arayla yapılan ölçümlerde faktörlerin korelasyon katsayılarının .44 ile .90 aralığında değer aldıkları görülmüştür (Bacanlı ve ark.2013).

2.3. İŞLEM

Araştırmaya dahil edilecek ergenlerin yaşamakta olduğu Ankara, Kırıkkale, Kırşehir, Konya ve Kayseri'deki Çocuk Destek Merkez müdürleri görüşülerek, araştırmanın içerdiği işlemler konusunda kendilerine bilgi verilmiş ve ardından ergenler araştırma örnekleme, 'gönüllü' statüsünde dahil edilmiştir. Araştırmaya katılmak konusunda gönüllü olan ergenler Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığının isteği doğrultusunda yalnızca sözlü olarak bilgilendirilmiş ve izin alınmıştır (Bkz Ek 5).

Katılımcılara ilk olarak sosyodemografik ve yaşantılarına yönelik bilgilerin yer aldığı Bilgi Toplama Formu doldurtulmuştur. Ardından katılımcıların stresle başa çıkma tarzlarını değerlendirmek amacıyla Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği ; yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla UCLA Yalnızlık Ölçeği ve yaşam doyum düzeylerini değerlendirmek amacıyla Yaşam Doyumu Ölçeklerini doldurmaları istenmiştir.

Çalışmanın tamamı Ufuk Üniversitesi Etik Kurulu tarafından deneysel araştırmalar için belirlenen kurallar ve prosedürler doğrultusunda, gerekli onay (16.06.2015 tarih ve 2015/20 numaralı karar) alınarak yürütülmüştür.

2.4 .VERİLERİN ANALİZİ

Bu bölümde Bilgi Toplama Formu ve Stresle Başa Çıkma Yolları Envanteri, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinden elde edilen verilerin istatistiksel analizine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Analizler, amaç bölümünde belirtilen soruların cevaplanmasına yönelik olarak yapılmıştır.

Analizler yapılmadan önce katılımcılara ait olan verilerin, tek ve çok değişkenli istatistiğin sayıtları olan normallik (normality), doğrusallık (linearity) ve örneklem varyanslarının homojenliğini (homoscedasticity) karşılama durumu test edilmiş ve analizler 110 katılımcı üzerinden yürütülmüştür.

Çalışmada, stresle başa çıkma tarzlarını değerlendirmek amacıyla Stresle Başa Çıkma Yolları Envanteri; yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla UCLA Yalnızlık Ölçeği ve yaşam doyum düzeylerini değerlendirmek amacıyla Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

Uygulamalar sonucunda elde edilen verilerin analizleri için ‘Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (Statistical Program for Social Sciences - SPSS 21.0)’ kullanılmıştır. Demografik özelliklerin ölçek puanları üzerindeki etkisi, MANOVA ile incelenmiştir. Anlamlı çıkan temel etkiler için gruplar arası farkın kaynağını belirlemek amacıyla post hoc analiz olarak Bonferoni tekniği uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Ölçek puan ve alt test puanları arasındaki ilişkileri test etmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. BİLGİ TOPLAMA FORMUNA İLİŞKİN BULGULAR

Bu bölümde, Bilgi Toplama Formu (BTF) kapsamında yer alan demografik özelliklere ilişkin bulguların bir dökümü yapılmıştır.

Örneklem grubuna uygulanan “Kişisel Bilgi Formu” ile elde edilen veriler grubun genel özellikleri, frekans ve yüzde dağılımları şeklinde tablolaştırılmıştır.

Tablo 3.1.1 Katılımcıların Yaş ve Eğitim durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110)

		<i>N</i>	%
Yaş	12 ile 14 yaş arası	8	7.3
	15 ile 18 yaş arası	102	92.7
Sınıf	İlköğretim	21	19.1
	Lise	89	80.9

Araştırma dahilinde kişisel bilgi formunu ve anket sorularını yanıtlayan 110 kızın 102'si (%92.7) 15 ile 18 yaş arasında ve 8'i (%7.3) 12 ile 14 yaş arasında olduğu görülmüştür. Katılımcıların 89'u (%80.9) lise öğrencisi ve 21'i (%19.1) ilköğretim öğrencisi olduğu saptanmıştır (Bkz. Tablo 3.1.1).

Tablo 3.1.2. Katılımcıların Kaldıkları Yer ve Sürelerine İlişkin Dağılımı (n=110)

		<i>N</i>	%
Kaldığı yer	BSRM*	106	96.4
	KBRM**	4	3.6
Ne kadar süredir kurumda kalındığı	1 yıldan az	52	47.3
	1 ile 5 yıl arası	42	38.2
	6 yıl ve üzeri	16	14.5

BSRM*: Bakım Ve Sosyal Rehabilitasyon Merkezi.

KBRM**: Koruma Ve Bakım Rehabilitasyon Merkezi.

Katılımcıların 106'sı (%96.4) Bakım ve Sosyal Rehabilitasyon Merkezi'nde (BSRM) kalmakta olduğu ve 4'ü (%3.6) Koruma ve Bakım Rehabilitasyon Merkezi'nde (KBRM) kalmakta olduğu görülmüştür. Katılımcıların 52'si (%47.3) 1 yıldan az bir süredir kurumda kalmakta olduğu, 42'si (%38.2) 1 ile 5 yıl arası bir süredir kurumda kalmakta olduğu ve 16'sı (%14.5) 6 yıl ve kurumda kalmakta olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 3.1.2).

Tablo 3.1.3. Katılımcıların Kardeş Sayılarına İlişkin Dağılım (n=110)

		N	%
Kardeş sayıları	Kardeşi yok	8	7.2
	1 ile 4 arası kardeşi var	74	67.3
	4 üzerinde kardeşi var	28	25.5

Katılımcıların 74'ünün (%67.3) 1 ile 4 arasında kardeşi olduğu, 28'inin (%25.5) 4 den daha fazla kardeşi olduğu ve 8'inin (%7.2) kardeşinin olmadığı görülmüştür (Bkz. Tablo3.1.3).

Tablo 3.1.4. Katılımcıların İlgi Alanlarına İlişkin Dağılımı (n=110)

		N	%
Hobi	Var	61	55.5
	Yok	49	44.5
Uğraşılan hobiler	Yok	49	44.5
	Spor	17	15.5
	El işi	16	14.5
	Resim	7	6.4
	Kuaförlük	17	15.5
	Seramik	4	3.6

Katılımcıların 61'inin (%55.5) uğraştığı bir hobisi olduğu ve 49'unun (%44.5) uğraştığı herhangi bir hobinin olmadığı görülmüştür. Katılımcıların 49'unun (%44.5) uğraştığı herhangi bir hobinin olmadığı, 17'sinin (%15.5) spor ile uğraştığı, 17'sinin (%15.5) kuaförlük ile uğraştığı, 16'sının (%14.5) el işiyle uğraştığı, 7'sinin (%6.4)

resimle uğraştığı ve 4'ünün (%3.6) seramikle uğraştığı görülmüştür (Bkz. Tablo 3.1.4).

Tablo 3.1.5. Katılımcıların Sağlık Durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110)

		N	%
Süreklilik gösteren sağlık problemi	Var	17	15.5
	Yok	93	84.5
Düzenli kullanılan psikiyatrik ilaç kullanma durumu	Evet	50	45.5
	Hayır	60	54.5
İntihar etmeyi hiç düşünülüp düşünülmediği durumu	Evet	56	50.9
	Hayır	54	49.1

Katılımcıların 93'ünün (%84.5) süreklilik gösteren herhangi bir sağlık probleminin olmadığı ve 17'sinin (%15.5) süreklilik gösteren herhangi bir sağlık probleminin olduğu görülmüştür. Katılımcıların 60'ının (%54.5) düzenli kullandığı herhangi bir psikiyatri ilacının olmadığı ve 50'sinin (%45.5) düzenli kullandığı herhangi bir psikiyatri ilacının olduğu görülmüştür. Katılımcıların 56'sı (%50.9) yaşamı boyunca en az bir kez intihar etmeyi düşünmüş olduğu ve 54'ü (%49.1) yaşamı boyunca hiç intihar etmeyi düşünmemiş olduğu görülmüştür (Bkz.tablo 3.1.5).

Tablo 3.1.6. Katılımcıların Sosyal Durumlarına İlişkin Dağılımı (n=110)

		N	%
Ziyaretine gelenlerin kim olduğu	Hiç kimse	19	17.3
	Ailesi	78	70.9
	Akraba	13	11.8
Sıkıntıları en çok kimle paylaştığı	Hiç kimse	17	15.5
	Sosyal servis	50	45.5
	Grup sorumlusu veya müd.	43	39.0
Kendi sorunlarına kendisinin çözme durumu	Evet	81	73.6
	Hayır	29	26.4
Kendi sorunlarını çözmede en çok hangi yöntemi kullandığı	Aşırı yemek yeme	23	20.9
	Sigara içmek	41	37.2
	Alkol tüketmek	6	5.5
	Uyuşturucu madde kullanma	8	7.3
	Hiç biri	32	29.1
Geleceğe dair hedeflerinin olma durumu	Var	87	79,1
	Yok	23	20,9

Katılımcıların 78'inin (%70.9) ailesi kendisini ziyaret etmekte, 19'unun (%17.3) ziyaretine hiç kimsenin gelmediği ve 13'ünün (%11.8) akrabası kendisini ziyaret ettiği görülmüştür. Katılımcıların 50'si (%45.5) sosyal servis de çalışan kişilere sıkıntılarını anlatmayı tercih etmekte, 43'ü (%39.1) grup sorumlusunda veya müdüriyette çalışan kişilere sıkıntılarını anlatmayı tercih etmekte ve 17'si (%15.5) kimseye sıkıntılarını anlatmamayı tercih etmekte olduğu görülmüştür. Katılımcıların 81'i (%73.6) kendi sorunlarına kendisi çözüm bulabilmekte olduğu ve 29'u (%26.4) kendi sorunlarına kendisi çözüm bulamamakta olduğu görülmüştür. Katılımcıların 41'i (%37.2) kendi sorunlarını çözmek için daha çok sigara içmeye başvurmakta olduğu, 32'si (%29.1) kendi sorunlarını çözmek için bir şey yapmadığı, 23'ü (%20.9) kendi sorunlarını çözmek için daha çok aşırı yemek yemeye başvurmakta olduğu, 8'i (%7.3) kendi sorunlarını çözmek için daha çok uyuşturucu madde kullanmaya başvurmakta olduğu ve 6'sı (%5.5) kendi sorunlarını çözmek için daha çok alkol tüketmeye başvurmakta olduğu görülmüştür. Katılımcıların 87'sinin (%79.1) geleceğe dair planları olduğu ve 23'ünün (%20.9) geleceğe dair herhangi bir planının olmadığı görülmüştür (Bkz. Tablo 3.1.6).

3.2. DEMOGRAFİK BİLGİLERE İLİŞKİN ÇOK DEĞİŞKENLİ VARYANS ANALİZİ SONUÇLARI

Veri dağılımının normalliğinin test edilmesinde Kolmogorov-Smirnov testi, varyansların homojenliğinin test edilmesinde Levene testi kullanılmıştır. Yapılan incelemeler sonucunda puanlara ilişkin dağılımın normal olduğu ($p > 0.05$); varyansların da homojen dağıldığı ($p > 0.05$) belirlenmiştir. Demografik özelliklerin ölçek puanları üzerindeki etkisi, MANOVA ile incelenmiştir. Anlamlı çıkan temel etkiler için gruplar arası farkın kaynağını belirlemek amacıyla post hoc analiz olarak Bonferoni düzetmesi tekniği uygulanarak gerçekleştirilmiştir.

Demografik özelliklerden cinsiyet, yaş, sınıf, yaşadığı yer ve kardeş sayısının ölçek puanları üzerindeki etkisinin anlamlı olmadığını göstermiştir.

Tablo 3.2.1 Katılımcıların Kurumda Bulunma Sürelerine İlişkin MANOVA Sonuçları

Ölçek Puanları	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	p	Post hoc Analizler
YDÖ	1758,12	2	879,06	1,76	.177	AD
UCLA YÖ	57,55	2	28,78	0,39	.679	AD
STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ENVANTERİ ALTÖLÇEKLERİ						
Kendine Güvenli Yaklaşım	119,48	2	59,74	2,70	.071	AD
Çaresiz Yaklaşım	28,59	2	14,30	0,54	.585	AD
Boyun Eğici Yaklaşım	1,45	2	0,73	0,05	.955	AD
İyimser Yaklaşım	65,14	2	32,57	2,62	.078	AD
Sosyal Destek Arama	47,60	2	23,80	4,85	.010	1-5yıl>1 yıldan az

AD= Anlamlı değil

“Katılımcıların kaç yıldır kurumda kaldıkları ile katılımcıların ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmış ve katılımcıların

kurumda kalma sürelerinin ölçek puanlarına etkisi MANOVA ile incelenmiştir. Analiz kurumda kalma süresinin yalnızca Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği Sosyal Destek Arama Altölçek puanı için anlamlı olduğunu ortaya koymuştur (Wilks' Lambda: F (7, 101)=1.442 , p=.136) (Bkz. Tablo 3.2.1). *Post hoc* analizler anlamlı farkların 1 yıldan az kalanlar ile 1-5 yıldır kurumda kalanlar arasında olduğunu göstermiştir. 1 ile 5 yıl arası bir süredir kurumda kalmakta olan katılımcıların (X= 12.19±1.85) yıldan az süredir kurumda yaşayan bireylere (X=10.76±2.48) oranla sosyal destek arama düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 3.2.2. Katılımcıların Hobi ile Uğraşma Durumlarına İlişkin MANOVA Sonuçları

Ölçek Puanları	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	P	Post hoc Analizler
YDÖ	5344.71	1	5344.71	11.58	0.01	Hobi var > Hobi yok
UCLA YÖ	428.46	1	428.46	6.12	0.01	Hobi yok > Hobi var
STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ENVANTERİ ALTÖLÇEKLERİ						
Kendine Güvenli Yaklaşım	67.04	1	67.04	3.00	0.09	AD
Çaresiz Yaklaşım	7.20	1	7.20	0.27	0.60	AD
Boyun Eğici Yaklaşım	0.35	1	0.35	0.02	0.88	AD
İyimser Yaklaşım	22.45	1	22.45	1.76	0.19	AD
Sosyal Destek Arama	0.07	1	0.07	0.01	0.91	AD

“Katılımcıların herhangi bir hobiyile uğraşıp uğraşmadıkları ile katılımcıların ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır” sorusuna yanıt aramak amacıyla katılımcıların herhangi bir hobi ile uğraşma durumlarının ölçek puanlarına etkisi MANOVA ile incelenmiştir. Analiz bir hobi ile uğraşma durumunun Yaşam Doyum Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları için anlamlı olduğunu ortaya koymuştur (Wilks' Lambda: F (7, 102)=2.021, p=.059) (Bkz.Tablo 3.2.2).Herhangi bir hobiyile uğraşan katılımcıların (62.06±20.90), uğraşmayanlara(48.04±22.18) kıyasla Yaşam

Doyum Ölçek puanları daha yüksek bulunmuştur. Herhangi bir hobiyle uğraşan katılımcıların diğer bireylere oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Herhangi bir hobiyle uğraşmayan katılımcıların (44.13±7.61), uğraşanlara(48.10±9.21) kıyasla UCLA Yalnızlık Ölçek puanları daha düşük bulunmuştur. Herhangi bir hobiyle uğraşan katılımcıların diğer bireylere oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Herhangi bir hobiyle uğraşmayan katılımcıların diğer bireylere oranla yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 3.2.3 Katılımcıların Sağlık Durumlarına İlişkin MANOVA Sonuçları

Ölçek Puanları	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	P	Post hoc Analizler
YDÖ	302.24	1	302.24	0.59	.442	AD
UCLA YÖ	7.38	1	7.38	0.10	.753	AD
STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ENVANTERİ ALTÖLÇEKLERİ						
Kendine Güvenli Yaklaşım	102.16	1	102.16	4.63	.034	Hast.var> Hast. Yok
Çaresiz Yaklaşım	0.40	1	0.40	0.01	.903	AD
Boyun Eğici Yaklaşım	5.01	1	5.01	0.32	.573	AD
İyimser Yaklaşım	40.41	1	40.41	3.22	.076	AD
Sosyal Destek Arama	29.01	1	29.01	5.76	.018	Hast.var> Hast. Yok

“Katılımcıların süreklilik gösteren bir sağlık probleminin olup olmaması ile katılımcıların ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır” sorusuna yanıt aramak amacıyla katılımcıların herhangi bir sağlık problemine sahip olma durumlarının ölçek puanlarına etkisi MANOVA ile incelenmiştir. Analiz sağlık problemine sahip olma durumunun Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği Kendine Güvenli Yaklaşım ve Sosyal Destek Arama puanları için anlamlı olduğunu ortaya koymuştur (Wilks’ Lambda: $F(7, 102)=1.818, p=.092$) (Bkz. Tablo 3.2.3). Herhangi bir hastalığı bulunan katılımcıların ($X=21.54±4.56$), bulunmayanlara ($X=21.54±4.56$) kıyasla Kendine Güvenli Yaklaşım Altölçek puanları daha yüksek bulunmuştur. Süreklilik gösteren bir

rahatsızlığı olmayan katılımcıların diğer bireylere oranla kendilerine güvenli yaklaşım sergileme düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Herhangi bir hastalığı bulunan katılımcıların ($X=11.65\pm 2.20$), bulunmayanlara ($X= 10.23\pm 2.4$) kıyasla Sosyal Destek Arama Altölçek puanları daha yüksek bulunmuştur. Süreklilik gösteren bir rahatsızlığı olmayan katılımcıların diğer bireylere oranla sosyal destek arama düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 3.2.4 Katılımcıların Psikiyatrik İlaç Kullanımlarına İlişkin MANOVA Sonuçları

Ölçek Puanları	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	P	Post hoc Analizler
YDÖ	2217.28	1	2217.28	4.52	.036	İlaç yok >İlaç var
UCLA YÖ	174.57	1	174.57	2.41	.123	AD
STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ENVANTERİ ALTÖLÇEKLERİ						
Kendine Güvenli Yaklaşım	17.45	1	17.45	0.76	.384	AD
Çaresiz Yaklaşım	33.20	1	33.20	1.27	.263	AD
Boyun Eğici Yaklaşım	10.82	1	10.82	0.69	.407	AD
İyimser Yaklaşım	14.67	1	14.67	1.15	.287	AD
Sosyal Destek Arama	0.02	1	0.02	0.00	.946	AD

“Katılımcıların herhangi bir psikiyatrik ilaç kullanıp kullanmadıkları ile katılımcıların ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır” sorusuna yanıt aramak amacıyla katılımcıların psikiyatrik ilaç kullanma durumlarının ölçek puanlarına etkisi MANOVA ile incelenmiştir. Analiz psikiyatrik ilaç kullanma durumunun Yaşam Doyumu Ölçeği puanları için anlamlı olduğunu ortaya koymuştur (Wilks’ Lambda: $F(7, 102)=.916, p=.497$) (Bkz. Tablo 3.2.4). Herhangi bir psikiyatrik ilaç kullanmayan katılımcıların ($X= 59.91\pm 21.51$), kullananlara ($X= 50.90\pm 22.88$) kıyasla Yaşam Doyumu Ölçeği puanları daha yüksek bulunmuştur. Herhangi bir

psikiyatrik ilaç kullanmayan katılımcıların diğer bireylere oranla yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 3.2.5 Katılımcıların Ziyaretçi Durumuna İlişkin MANOVA Sonuçları

Ölçek Puanları	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	P	Post hoc Analizler
YDÖ	2197.17	2	1098.58	2.22	.114	
UCLA YÖ	534.76	2	267.38	3.84	.025	Ziyaret yok > Ziyaret var
STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ENVANTERİ ALTÖLÇEKLERİ						
Kendine Güvenli Yaklaşım	29.97	2	14.98	0.65	.522	AD
Çaresiz Yaklaşım	12.04	2	6.02	0.23	.798	AD
Boyun Eğici Yaklaşım	6.38	2	3.19	0.20	.818	AD
İyimser Yaklaşım	25.39	2	12.70	0.99	.375	AD
Sosyal Destek Arama	9.11	2	4.56	0.86	.424	AD

“Katılımcıların yaşadığı kurumda ziyaretine gelenler ile katılımcıların ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır” sorusuna yanıt aranmak amacıyla katılımcıların ziyarete gelme durumunun ölçek puanlarına etkisi MANOVA ile incelenmiştir. Analiz ziyarete gelme durumunun UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları için anlamlı olduğunu ortaya koymuştur (Wilks’ Lambda: $F(14, 204)=1.041, p=.414$) (Bkz. Tablo 3.2.5). Hiç kimse tarafından ziyaret edilemeyen katılımcıların ($X=50.63\pm 12.12$), ailesi tarafından ziyaret edilen katılımcılara ($X=44.71\pm 7.11$) kıyasla UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 3.2.6 Katılımcıların Kendi Sorunlarına Çözüm Üretme Durumuna İlişkin MANOVA Sonuçları

Ölçek Puanları	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	P	Post hoc Analizler
YDÖ	6229.40	1	6229.40	13.74	.000	Ç.üreten >Ç.üretmeyen
UCLA YÖ	141.14	1	141.14	1.94	.166	AD
STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ENVANTERİ ALTÖLÇEKLERİ						
Kendine Güvenli Yaklaşım	36.59	1	36.59	1.62	.206	AD
Çaresiz Yaklaşım	55.33	1	55.33	2.13	.148	AD
Boyun Eğici Yaklaşım	0.02	1	0.02	0.00	.972	AD
İyimser Yaklaşım	81.43	1	81.43	6.68	.011	Ç.üreten >Ç.üretmeyen
Sosyal Destek Arama	2.07	1	2.07	0.39	.532	AD

Katılımcıların kendi sorunlarına kendilerinin çözüm üretip üretmedikleri ile katılımcıların ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?" sorusuna yanıt aranmak amacıyla katılımcıların soruna çözüm üretme durumunun ölçek puanlarına etkisi MANOVA ile incelenmiştir. Analiz soruna çözüm üretme durumunun Yaşam Doyumu Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği İyimser Yaklaşım Altölçek puanları için anlamlı olduğunu ortaya koymuştur (Wilks' Lambda: $F(7, 102) = .843$, $p = .013$) (Bkz. Tablo 3.2.6). Kendi sorunlarına kendi çözüm üretebilen katılımcıların ($X = 60.32 \pm 20.84$), üretemeyen katılımcılara ($X = 43.24 \pm 22.51$) kıyasla Yaşam Doyumu Ölçeği puanları daha yüksek bulunmuştur. Kendi sorunlarına kendi çözüm üretebilen katılımcıların ($X = 14.81 \pm 3.42$), üretemeyen katılımcılara ($X = 12.86 \pm 3.68$) kıyasla ayrıca Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği İyimser Yaklaşım Altölçek puanları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 3.2.7 Katılımcıların İntihar Düşüncelerine İlişkin MANOVA Sonuçları

Ölçek Puanları	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	P	Post hoc Analizler
YDÖ	3837.88	1	3837.88	8.07	.005	İnt. yok>İnt.var
UCLA YÖ	66.01	1	66.01	0.90	.345	AD
STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ENVANTERİ ALTÖLÇEKLERİ						
Kendine Güvenli Yaklaşım	48.82	1	48.82	2.17	.144	AD
Çaresiz Yaklaşım	0.09	1	0.09	0.00	.953	AD
Boyun Eğici Yaklaşım	26.98	1	26.98	1.74	.190	AD
İyimser Yaklaşım	60.55	1	60.55	4.89	.029	İnt. yok>İnt.var
Sosyal Destek Arama	9.83	1	9.83	1.88	.173	AD

“Katılımcıların bu zamana kadar en az bir kez intihar etmeyi düşünüp düşünmediği ile katılımcıların ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır” sorusunun yanıtı aranmak amacıyla katılımcıların intihar düşüncesinin ölçek puanlarına etkisi MANOVA ile incelenmiştir. Analiz intihar düşüncesi durumunun Yaşam Doyumu Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği İyimser Yaklaşım Altölçek puanları için anlamlı olduğunu ortaya koymuştur (Wilks’ Lambda: $F(7, 102)=1.626, p=.137$) (Bkz. Tablo 3.2.7). İntihar düşüncesi olmayan katılımcıların ($X=61.83\pm 20.77$), olanlara ($X=50.01\pm 22.75$) kıyasla Yaşam Doyumu Ölçeği puanları daha yüksek bulunmuştur. İntihar düşüncesi olmayan katılımcıların ($X=.05\pm 3.57$), olanlara ($X=13.57\pm 3.45$) kıyasla ayrıca Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği İyimser Yaklaşım Altölçek puanları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 3.2.8 Katılımcıların Geleceğe Dair Ümitlerine İlişkin MANOVA Sonuçları

Ölçek Puanları	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	P	Post hoc Analizler
YDÖ	10108.62	1	10108.62	24.22	.000	Ümit var >Ümit yok
UCLA YÖ	863.07	1	863.07	13.08	.000	Ümit yok>Ümit var
STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ENVANTERİ ALTÖLÇEKLERİ						
Kendine Güvenli Yaklaşım	286.06	1	286.06	14.06	.000	Ümit var >Ümit yok
Çaresiz Yaklaşım	0.19	1	0.19	0.01	.932	AD
Boyun Eğici Yaklaşım	31.50	1	31.50	2.04	.156	AD
İyimser Yaklaşım	177.98	1	177.98	15.77	.000	Ümit var >Ümit yok
Sosyal Destek Arama	3.55	1	3.55	0.67	.414	AD

“Katılımcıların geleceğe dair ümitlerinin olup olmaması ile katılımcıların ölçek puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” sorusuna yanıt aranmak amacıyla geleceğe yönelik ümit düzeylerinin ölçek puanlarına etkisi MANOVA ile incelenmiştir. Analiz geleceğe yönelik ümit durumunun Yaşam Doymu Ölçeği , UCLA Yalnızlık Ölçeği, Kendine Güvenli Yaklaşım, İyimser Yaklaşım Altölçek puanları için anlamlı olduğunu ortaya koymuştur (Wilks’ Lambda: F (7, 102)=5.280, p=.000) (Bkz. Tablo 3.14). Geleceğe dair ümitleri olan katılımcıların ($X=60.74\pm 20.67$) olmayan katılımcılara($X=37.17\pm 19.45$) oranla yaşam doymu düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca geleceğe dair ümitleri olmayan katılımcıların ($X=51.34\pm 8.69$) olmayan katılımcılara($X=44.45\pm 7.97$) oranla yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Geleceğe dair ümitleri olan katılımcıların ($X=21.96\pm 4.62$) olmayan katılımcılara ($X=18.00\pm 4.04$) oranla kendine güvenli yaklaşım düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Geleceğe dair ümitleri olan katılımcıların ($X=14.95\pm 3.39$) olmayan katılımcılara($X=11.82\pm 3.20$) oranla iyimser yaklaşım düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

3.3. STRESLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI ÖLÇEĞİ, UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ VE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ PUANLARINA UYGULANAN KORELASYON ANALİZİ SONUÇLARI

Katılımcıları başa çıkma envanterinin alt ölçeklerinden aldıkları puanlar ile katılımcıların yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" sorusuna yanıt aramak amacıyla puanlara Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Yaşam doyumu ölçeğinin puanı ile kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt ölçeklerinin puanları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$). Buna göre yaşam doyumu ölçeğinden alınan puan arttıkça kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt ölçeklerinden alınan puanlar da artmaktadır (Bkz. Tablo 3.3.1).

Tablo 3.3.1 Katılımcıların Başa Çıkma Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar İle Yaşam Doymu Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	YDÖ	Kendine Güvenli Yaklaşım	Çaresiz Yaklaşım	Boyun Eğici Yaklaşım	İyimser Yaklaşım	Sosyal Destek Arama
YDÖ	1					
Kendine Güvenli Yaklaşım	.466** .000	1				
Çaresiz Yaklaşım	.029 .766	.073 .450	1			
Boyun Eğici Yaklaşım	.095 .322	.105 .277	.611** .000	1		
İyimser Yaklaşım	.520** .000	.662** .000	.109 .256	.199* .037	1	
Sosyal Destek Arama	.136 .156	.127 .186	-.029 .764	.051 .594	.157 .101	1

$p < 0.05$ $p < 0.001$

“Katılımcıların başa çıkma envanterinin alt ölçeklerinden aldıkları puanlar ile UCLA yalnızlık ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla puanlara Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Yalnızlık ölçeğinin puanı ile kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt ölçeklerinin puanları arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$). Buna göre yalnızlık ölçeğinden alınan puan arttıkça kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım alt ölçeklerinden alınan puanlar da düşmektedir (Bkz. Tablo 3.3.2).

Tablo 3.3.2 Katılımcıların Başa Çıkma Envanterinin Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puanlar İle UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi,

	UCLA YÖ	Kendine Güvenli Yaklaşım	Çaresiz Yaklaşım	Boyun Eğici Yaklaşım	İyimser Yaklaşım	Sosyal Destek Arama
UCLA YÖ	1					
Kendine Güvenli Yaklaşım	-.312** .001	1				
Çaresiz Yaklaşım	.152 .113	.073 .450	1			
Boyun Eğici Yaklaşım	.173 .070	.105 .277	.611** .000	1		
İyimser Yaklaşım	-.199* .037	.662** .000	.109 .256	.199* .037	1	
Sosyal Destek Arama	-,119 ,215	,127 ,186	-,029 ,764	,051 ,594	,157 ,101	1

$p < 0.05$ $p < 0.001$

“Katılımcıların yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanlar ile katılımcıların yalnızlık ölçeğinden aldıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna yanıt aramak amacıyla puanlara Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Yalnızlık ölçeğinin puanı ile yaşam doyumu ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$). Buna göre yalnızlık ölçeğinden alınan puan arttıkça kendine yaşam doyumu ölçeğinden alınan puanlar da düşmektedir (Bkz. Tablo 3.3.3).

Tablo 3.3.3 Katılımcıların Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Puanlar İle Yalnızlık Ölçeğinin Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	YDÖ	UCLA YÖ
YDÖ	1	
UCLA YÖ	-.312** .001	1

$p < 0.05$ $p < 0.001$

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

Tarama modeli olarak tasarlanan bu araştırmaya 12-18 yaş grubunda Ankara, Kırıkkale, Kayseri, Konya ve Kırşehir'deki Çocuk Destek Merkezlerinde yaşayan 110 kız ergen dahil edilmiştir. Çocuk Destek Merkezlerinde yaşayan 12-18 yaş arasındaki ergenlerin stresle başa çıkma tarzlarının yaşam doyumu ve yalnızlık düzeyleri ile ilişkilerinin incelenmesi araştırmanın konusunu oluşturmaktadır. Araştırma için Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü etik kurul onayı alınmıştır. Literatürde daha önce kurum bakımında olan çocuk ya da ergenler ile yapılan çalışmalarda olduğu gibi bu çalışmada da Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığının yazılı onayı ve çocuğun rızası söz konusudur.

Çalışmada öncelikle ergenlik dönemi hakkında genel bir bilgi verilmiştir. Ergenlik dönemi hakkındaki önemli kavramlardan ve yaşanan sorunlardan bahsedilmiş olup, devamında kuruluş bakımında koruma altında bulunan çocuk ve ergenlerin durumu, çalışmanın öğeleri olan yalnızlık, yaşam doyumu ve stresle başa çıkma tarzları hakkında tanımlamalar ve açıklamalarda bulunulmuştur. Ankara, Kırşehir, Kırıkkale, Kayseri ve Konya'da bulunan Çocuk Destek Merkezlerinde koruma altında olan 110 kız ergene uygulanan anketler spss programı doğrultusunda değerlendirilmiştir ve sonuçlandırılmıştır. Konu ile ilgili daha fazla çalışmanın yapılması gereği ve çalışmanın bulguları ile benzeri çalışmaların bulguları ve beklentiler bir takım öneriler doğrultusunda anlatılmıştır.

Stresle başa çıkma konusu ile ilgili tanımlamalar ve açıklamalar Folkman ve Lazarus tarafından (1976,1993) çeşitli bilişsel değerlendirmeler ile yapılmıştır. Fakat ergenlerin stresle başa çıkma tarzları hakkında ülkemizde yapılan çalışmaların az olduğu görülmüştür (Tan ve Aldemir, 2012).

Yalnızlık kavramı insanoğlunun doğuşundan bu yana sosyal bilimcilerin çalışma alanını oluşturan bir ögedir. Yalnızlık kavramı ile ilgili araştırmacıların farklı tanımları söz konusudur ve bu kavram evrensel bir duygu olarak bilinmektedir (Wolfe,1941 ; Bowlby,1996 ; Geçtan,2004 ; Pancar,2009 ; Weiss,1973). Ergenlik döneminde gencin kendisini yalnız hissetmesi gelişimsel dönemin bir özelliği olarak görülmüştür. Bu dönemdeki yalnızlığın farklı sebepleri olmakla beraber, kurum bakımında bulunan

ergenlerin çoğu kendilerini orta düzeyde yalnız hissetmektedirler (Berk,1989 ; Gündoğdu ve Zeren, 1999 ; Groak ve ark.,2005 ; Kutlu, 2003 ; Aral ve ark., 2006 ; Durualp ve Çiçekçioğlu, 2013).

Yaşam doyumu kavramı ilk kez 1961 yılında Neugarten tarafından ortaya atılmıştır. Yaşam doyumu kavramı; iyilik hali, iyi olma, yaşam kalitesi, öznel iyi oluş ve mutlu olma kavramları ile beraber kullanılmaktadır (Ünal ve Şahin, 2013).Mutlu olma ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen pozitif psikoloji alanı insanın güçlü yönlerini önemseyen bir yaklaşımdır. Bireyin yaşantısında sahip olduğu her şeyden ne ölçüde memnun olduğu olarak tanımlanan yaşam doyumunu etkileyen en önemli kavram sosyal destek olarak bilinmektedir (Cohen ve Wills, 1985 ; Ünal ve Şahin, 2013). Ergenlik döneminde yaşamdan alınan doyum ile ilgili çalışmalar fazla olmamakla beraber, kuruluş bakımında bulunan ergenlerin yaşamları hakkındaki en önemli alan gelecekleri ile ilgili düşünceleri ve beklentileridir. Kuruluş bakımında bulunan ergenlerin kuruluş ortamı dışında yaşadığı sorunlar neticesinde olumsuz bir özgeçmişe sahip olmalarından dolayı aile yanında yetişen ergenlere göre yaşamdan aldıkları doyum daha az olacaktır. Bunun sebebi, kurum bakımından ayrıldıktan sonra hayatlarında oluşabilecek belirsizlik olarak gösterilmiştir (Aşık ve Eker, 2014 ; Elmacı,2010 ; Ünal ve Şahin,2013 ; Faller,2001 ; Seligman,1998 ; Rozin ve Royzman,2001).

12-21 yaş aralığını kapsayan ve biyolojik, psikolojik, toplumsal alanlarda değişimlerin yaşandığı bir dönem olan ergenlik döneminde genç birey dönemsel özelliklerin oluşturduğu sorunlar ile başa çıkmak ve günlük yaşantısını devam ettirmek konularında kendisini destekleyecek ve anlayacak bir yakın çevreye ihtiyaç duyacaktır. Eğer ergenin kendisini destekleyecek ve anlayabilecek bir yakın çevre söz konusu değilse ergen kendisini yalnız hissedecektir. Dolayısıyla sorunlarını çözebilme konusunda gelişimine uygun başa çıkma tarzları geliştiremeyecektir. Bu durum ergenin yaşantısında mutsuz olmasına ve hayattan doyum almamasına neden olacaktır. Çocuk Destek Merkezlerinde kalan ergenler de aileleri ya da başkaları tarafından ihmal ya da istismara uğradıklarından dolayı hem ailelerine ya da insanlara karşı olumsuz duygular geliştirecekler hem de bu duyguları çevrelerine dair genelleyeceklerdir. Söz konusu durum ise ergende strese ve davranış sorunlarına neden olacaktır.

Literatür Çocuk Destek Merkezlerinde yaşayan ergenler ile ilgili yapılan çalışmalar kapsamında oldukça sınırlıdır. Özellikle stres ve başa çıkma konusunda

ergenlik döneminde yapılan çalışmalar oldukça azdır. Literatürde kurum bakımında olan ergenlerin kendilerini yalnız hissetme düzeyleri diğer ergenlere nazaran daha yüksek bulunmuş olup, bu araştırmanın sonucu destekler bulgusu yer almaktadır. Özellikle uzun süre kurum bakımında kalan ergenlerde, kimlik gelişim sürecinin de etkisiyle, kendilerini yalnız hissetme düzeyi artacaktır ve bu düzey kendi yaşantılarına yansiyacaktır. Bu araştırmanın bulguları arasında da kurum bakımında olan ergenlerin kendilerini kurum bakımında olmayan ergenlere göre daha yalnız hissettikleri, yaşantılarındaki etkilerinde geleceğe dair bir ümitlerinin olmaması, sosyal destek ihtiyaçlarının fazla olması yalnızlık düzeylerini etkileyen durumlar arasında yer almaktadır (Erözkan,2009 ; Hagerty ve Williams,1999 ; Asher, Parkhurst ve Williams,1998 ; Pancar, 2009 ; Berk,1989 ; Gündoğdu ve Zeren,1999 ; Bayoğlu ve Purutçuoğlu,2010 ; Aral ve ark.,2003 ; Durualp ve Çiçekçioğlu, 2013).

Ergenlerin gelecekte beklenenleri yaşamdan aldıkları doyum da etkileyeceğinden yaşam doyum ve yalnızlık arasında bir ilişkinin bulunması olağandır. Aynı zamanda yaşanan olaylar karşısında vermiş oldukları tepki ile yaşam doyum ve yalnızlık arasında da bir ilişki söz konusudur. Bulgular arasında bu zamana kadar hiç intihar etmemiş bireylerin yaşamdan aldıkları doyumun daha yüksek olduğu, kendi sorunlarını kendileri çözebilmeyi çalışanların iyimser bir yaklaşım sergilediği, gelecekte beklenenlerinin kendine güvenli yaklaşım ile ilişkili olduğu, sosyal destek modellerinin fazla olmasının yalnızlık düzeyini olumlu yordayacağı bulunmaktadır. Dolayısıyla yalnızlık, yaşam doyum ve stresle başa çıkma arasında doğrudan ilişki bulunuyor olup, bu öğeler birbirini etkileyen kavramlar olarak düşünülebilir. Hayatında bir hobisi olan ya da meşgul olduğu bir işi olan birey kendisini herhangi bir uğraşı olmayan bireye göre daha yalnız hissedecektir ve kaçınmacı başa çıkma yolları geliştirecektir. Araştırmanın bulguları literatürdeki bulgular ile benzerlik göstermektedir (Ünal ve Şahin,201 ; Yetim,1991 ; Elmacı,2010 ; Aşık ve Eker,2014), fakat yaşam doyum, başa çıkma ve yalnızlık kavramlarının üçünün de çalışıldığı bir araştırma literatürde söz konusu değildir.

12-14 ile 15-18 yaş grubu arasındaki ergenlerden oluşan araştırma grubunda literatür ile uyumlu olan bir durum ergenlerin psikolojik yapıları ile davranışları arasındaki ilişkidir. Herhangi bir psikiyatrik ilaç kullanmayan bireylerin yaşamdan aldıkları doyum bir psikiyatrik ilaç kullanan bireye göre daha fazladır ve süreklilik gösteren bir sağlık sorunu olan bireylerin diğer bireylere oranla sosyal destek arama

düzeyi daha düşük olarak bulunmuştur. Ek olarak stresle başa çıkma tarzlarında kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım tarzlarını kullanan ergenlerin yaşamdan aldıkları doyumun daha fazla olduğu da literatür ile paralellik göstermektedir. Aynı şekilde ergenlerin kendilerini yalnız hissetme düzeylerinin azaldıkça bu iki başa çıkma tarzını kullanım düzeyinin arttığı beklenen bir sonuçtur. (Türel,2001; Basut,2006; Yıldız,2008; Aşık ve Eker,2014; Steinberg,2007; Öcal, Kemerkaya ve Arastaman,2012).

Literatüre bakıldığında, kuruluş bakımında kalan çocuk ve ergenler ile ilgili yapılan çalışmalarda cinsiyet ayrımı gözetilmemiştir. Fakat bu araştırmada Çocuk Destek Merkezlerinde kalan ergen örnekleminde ulaşılan grup kızlar olmuştur. Bu çalışma erkeklerin kaldığı Çocuk Destek Merkezleri kapsamında da yapılabilir ve cinsiyet bazında örneklem karşılaştırılması yapılabilir. Kuruluş bakımında kalan çocuk ve ergenlerin yaşamış oldukları stresle başa çıkma tarzları herhangi bir ek öğe eklenmeden de yapılması, bu ergenlerin başa çıkma tarzlarının nelerin etkilediğini ve nasıl değişim gösterebileceğini belirlemek açısından son derece yararlı olacaktır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

ÖNERİLER

Bu çalışma Ankara, Kırıkkale, Konya, Kayseri ve Kırşehir'deki Çocuk Destek Merkezlerinde yaşayan 110 kız ergenin stresle başa çıkma tarzlarının yaşam doyumu ve yalnızlık değişkenleri ile ilişkilerinin incelemesi amacıyla yapılmıştır. Çocuk Destek Merkezlerinde yaşayan ergenler ile yapılan çalışmalar literatürde sınırlı sayıdadır. Genel olarak kurum bakımında yaşayan çocuklar, davranış sorunları, aile yapılarının korunmaya muhtaç çocuk üzerindeki etkisi üzerine yapılmış olan çalışmalar daha da genişletilmelidir ve bu çalışmaların çocuk ya da ergenlerin kurum bakımında yaşamış oldukları sorunlara yol gösterici düzeyde olması gerekmektedir.

Araştırmada düşünülmesi gereken yönlerden ilki, çocukların ne kadar süredir kuruluştaki kaldığı ve hangi hayat koşullarından geldikleridir. Kuruluştaki kalma süresi çocuğun ruhsal dünyasını etkileyen bir süreçtir. Bu çalışmada kuruluştaki kalma süresi ile çocuğun uyumsuz davranışları arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur ve çocuk kurum bakımında kaldıkça sosyal destek arama düzeyinde azalma durumu söz konusudur. Kuruluş bakımında kalma zamanı yalnızlık, yaşam doyumu ve stresle başa çıkma tarzlarını etkileyen bir durum olarak düşünülmektedir. Araştırmada düşünülmesi gereken bir diğer yön, sonradan kuruluş bakımında kalanlar ile doğduğu zamandan itibaren kuruluş bakımında kalanların davranış farklılıklarıdır. Yapılacak benzeri çalışmalarda bu durum göz önüne alınmalıdır, çünkü hem bu araştırmada hem de literatürde kuruluş bakımında kalma süresinin çocukların davranışlarını, hayata bakışlarını, stresle başa çıkma tarzlarını olumsuz yönde etkiledikleri bulunmuştur.

Kuruluş bakımında yaşayan çocuk ya da ergenlerde kuruluşa gelme nedeni ile davranışları arasında da bir ilişki söz konusudur (Frank ve Klass, 1996). Bundan sonra yapılacak benzer çalışmalarda kuruluşa gelme nedenlerini irdelemek ve bu nedenlerin kuruluşa gelmeden önce ortadan kalkması için neler yapılabileceği üzerinde durulmalıdır. Bu bağlamda Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığının çalışma disiplini ve şartları da göz önüne alınarak, çocukların ya da ergenlerin aile içinde rehabilite olma süreçlerini artırıcı yöntem ve tekniklerin düşünülmesi gerekmektedir. Kurum ortamının bağlanma, sağlıklı bir güven duygusu geliştirme, sorunlara sağlıklı bir başa çıkma tarzı oluşturabilme, sağlıklı bir rol model örnek alabilme konularında çocuk ya da ergende

sorun oluşturduğu durumu aşıkardır, nitekim kurum bakımında yaşayan çocuklarda bağlanma üzerine çalışmalar söz konusudur. Bakım sistemlerinin yeniden gözden geçirilmesi, eğitim düzeyi yüksek bakım elemanlarının kuruluşlarda görev alması, kuruluşlarda psikososyal destek programları niteliğinde destek sistemlerin olması çocukları daha iyi anlamaya ve onlara sağlıklı bir şekilde yardım ötmeye faydalı olacaktır. nemli olan çocuğu ya da ergeni geçmiş yaşantısı ile beraber anlayabilmek, onunla aynı dili konuşabilmek, onun güvenini kazanabilmek ve hayata dair her alanda aile yanında yetişen bir ocuk ya da ergen gibi davranmasını sağlamak olmalıdır.

KAYNAKÇA

1. Aral, N., Gürsoy, F., Yıldız Bıçakçı, M. (2006). Yetiştirme Yurdunda Kalan Ve Kalmayan Kız Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 5 (15), 10-19.
2. Aşık, E., Eker, F. (2014). Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Sorunları Ve Başetmeleri. *Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 16 (2), 20-31.
3. Bayoğlu, A.S., Purutçuoğlu, E. (2010). Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Sosyal Destek Algıları. *Kriz Dergisi*, 18 (1), 27-39.
4. Basut, E. (2006). Stres, Başa Çıkma ve Ergenlik. *Çocuk Ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 13 (1), 31-36.
5. Bulut, I. (1995). Korunmaya Muhtaç Genç Kızların Ruh Sağlığına Etki Eden Psikolojik Faktörler. *Kriz Dergisi*, 3 (1-2), 104-113.
6. Bacanlı, H., Sürücü, M. ve İlhan, T. (2013). Başa Çıkma Stilleri Ölçeği Kısa Formunun (BÇSÖ-KF) Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13 (1), 81-96.
7. Baykoçak, Canan. (2002). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleki Sorunları Ve Tükenmişlik Düzeyleri Bursa İli Uygulaması*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
8. Büyükdüvenci., S. (1993). Aristoteles'te Mutluluk Kavramı. *Felsefe Dünyası*, 9: 41-45.
9. Cohen, S., ve Wills, T.A. (1985). Stress, Social Support And The Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
10. E. L. ve Kilner, R. P. (2002). Positive Psychology: Some Plusses And Some Open Issues. *Journal Of Community Psychology*, 30, 4, 450-461.
11. *Çocuk Koruma Kanunu*, RG: 15.07.2005, 25876.
12. *Çocuk Destek Merkezleri Yönetmeliği*, RG: 29.03.2015, 29310.

13. Çeçen, A.R.(2008). Öğrencilerin Cinsiyetlerinin Ve Ana Baba Tutum Algularına Göre Yalnızlık Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6 (3), 415-431.
14. Çeçen, A. R. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu Ve Benlik Duygusu. *Eğitimde Kuram Ve Uygulama*, 4 (1), 19-30.
15. Durualp, E., Çiçekoğlu, P. (2013). Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin İnternet Bağımlılığı Ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15 (1), 29-46.
16. Diener ,E.ve Diener, C. (1996). ‘‘Most People Are Happy’’, *Psychology Science*, 7(3): 180-188.
17. Deniz, M.E. (2006). The relationships among coping with stress, life satisfaction, decision making styles and desicion self esteem: An investigation with Turkish University Students. *Social Behaviour and Personality*, 34,9, 1161-1170
18. Erözkan, A. (2009). Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcıları. *Elementary Education Online*, 8(3), 809-819.
19. Elmacı, D. (2010). Günümüzün Yetim Kalan Kuruluşları: Yetiştirme Yurtları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8 (4), 949-970.
20. Frank, D. A. ve Klass, P. (1996). Infants and Yound Children İn Orphanages, One View From Pediatrics and Child Psychiatry. *Pediatrics*, 97 (4), 569-579.
21. Faller, G. (2001). Positive Psychology: A Paradigm Shift. *J Of Pastoral Counseling*, 36, 7, 8-21.
22. Gable, S. L. ve Haidt, J. (2005). What (and why) İs Positive Psychology? Rewiev Of General Psychology, 9, 2, 104- 111.
23. Gündoğdu, M., Zeren, Ş.G. (1999). Yetiştirme Yurdunda Ve Ailesinin Yanında Kalan Ergenlerin Kimlik Gelişimlerinin Karşılaştırılması. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 3 (22), 57-65.
24. Gül, S.K., Güneş İ.D., (2009). Ergenlik Dönemi Sorunları Ve Şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi*,11 (1), 79-101.

25. *Koruma Bakım Ve Rehabilitasyon Merkezleri ile Bakım Ve Sosyal Rehabilitasyon Merkezleri Yönetmeliği*, RG: 04.09.2009, 27339.
26. Karabulut, E.O., Ulucan, H. (2011). Yetiştirme Yurdunda Kalan Öğrencilerin Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Bakımından İncelenmesi (Kırşehir ili örneği). *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12 (1), 227-238.
27. Kesen, N. F., Deniz, M.E. (2005). Yetiştirme Yurtlarında Kalan Ergenlerin Kuruluş Geliş Nedenlerinin İncelenmesi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22 ,185-198.
28. Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
29. Kağıtçıbaşı, Çiğdem (2000). *Kültürel Psikoloji ve Kültür Bağlamında İnsan ve Aile*. İstanbul: Evrim Yayınevi, 2. Baskı.
30. Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., Ryff, C. D., (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter Of Two Traditions *Journal Of Personality And Social Psychology*, 82 (6), 1010- 1020.
31. Kalaycı, Ş. (2006). "SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri" Ankara: Asil Yayın Dağıtım Ltd. Şti.
32. Karasar, N. (2009). "Araştırmalarda Rapor Hazırlama" Ankara: Nobel Yayınevi.
33. Koç Z. (2001). *Rehberlik ve araştırma merkezlerinde görev yapan rehber öğretmenlerin iş doyumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Kastamonu Eğitim Dergisi, 9 (2) (2001): 395-410
34. Lu, L. (2000), "Gender And Conjugal Differences İn Happiness", *Journal Of Social Psychology*, 140 (1), 133-143.
35. Lu, L. (1995). The Relationship Between Subjektive Well-Being And Psychosocial Variables İn Taiwan. *The Journal Of Social Psychology*, 135, 352-358.
36. Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends And Faith Of Happy People. *American Psyc*, 55, 1, 58- 63.
37. McIntosh, B. J., Stern, M., ve Ferguson, K. S. (2004). Optimism, Coping And Psychological Distress: Maternal Reactions To NICU Hospitalization. *Child*

Health Care, 33 (1), 60-77.

38. Myers, G. D. ve Diener, E. (1995). "Who Is Happy?", *Psychological Science*, 6 (1): 11-20.
39. Öcal, A., Kemer kaya, G., Arastaman, G. (2012). Yetiştirme Yurtlarında Kalan Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Dışlanmışlık Algısı. *TURJE*, 2 (1), 18-21.
40. Özdamar, K. (2004). "Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi I." 5. Baskı, Kaan Kitabevi, Eskişehir.
41. Pancar, A. (2009). *Parçalanmış Ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
42. Park, N. (2004). The Role Of Subjektive Well-Being İn Positive Youth Development. *The Annals Of American Academy Of Political And Social Science*. 591, 1, 25-39.
43. Rozin, P. ve Royzman, E.B. (2001). Negativity Bias, Negativity Dominance, And Contagion. *Personality And Social Psychology Review*, 5, 297-321.
44. Ryan, R. M., ve Deci, E.L. (2001). On Happiness And Human Potentials: A Rewiev Of Research On Hedonic And Eudaimonic Well-Being. *Annual Rewiev Of Psychology*, 52, 142-168.
45. Ryff, C.D. (1989) "Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being." *Journal Of Personality And Social Psychology*, 51, 1174-1183.
46. Sheldon, K. M. ve King, L. (Eds.) (2001). Positive Psychology. *American Psychologist*, 56 (3), 220-270.
47. Seligman, M. E. P. (1998). Positive Social Science. *APA Monitor*, 29, 2.
48. Set T., Dağdeviren N. ve Aktürk Z. (2006). Ergenlikte Cinsellik. *Genel Tıp Dergisi*, 16 (3):137-141.
49. *Sosyal Hizmetler Ve Çocuk Esirgeme Kurumu Kanunu*, RG: 24.05.1983, 18059.
50. Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. Ankara: İmge Kitabevi.

51. Seiffge-Krenke, İ., Aunola, K. ve Nurmi, J. (2009).Stres ve Algıdaki Değişiklikler ve Ergenlik Sırasında Başa Çıkma: Durumsal Ve Kişisel Faktörler Rolü. *Çocuk Gelişimi Dergisi*, 80 (1), 259-279.
52. Şimşek, Z., Erol, N., Öztop, D. ve Özcan Özer, Ö. (2008). Kurum Bakımındaki Çocuk ve Ergenlerde Davranış ve Duygusal Sorunların Epidemiyolojisi; Ulusal Örneklemde Karşılaştırmalı Bir Araştırma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19 (3), 235-246.
53. Tan, S., Aldemir, S. (2012). Ergenlerde Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Atılgnlık Düzeyleri Ve Sosyodemografik Özellikler Açısından İncelenmesi. *New/Yeni Symposium Journal*, 50 (1), 23-30.
54. Tokat, L. (2006). Farabi Felsefesinde Mutluluğun Araştırılması. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 5 (3), 133-157.
55. Ünal, A.Ö., Şahin M. (2013). Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarının Bazı Değişkenlere Göre Yordanması. *Cumhuriyet İnternational Journal Of Education-CIJE*, 2 (3), 46-63.
56. Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
57. Yetim, Ü. (1991). *Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
58. Yolcuoğlu, İ.G. (2011). Türkiye'de Çocuk Koruma Sisteminin Genel Olarak Değerlendirilmesi. *Aile Ve Toplum Dergisi*, 5 (18), 1-20.
59. Yalom, I. (2000). *Din ve Psikiyatri*. (Çev: Ö. Arkan). İstanbul: Merkez Kitapları.
60. Wolfe, T., (1941),*Portable ThomasWolfe*, Newyork: Viking Press.
61. www.aile.gov.tr. Erişim tarihi: 01.05.2015.

EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Cinsiyetiniz: Erkek () Kadın ()
2. Yaşınız : 12-14 () 15-18 ()
3. Sınıfınız : İlköğretim () Lise ()
4. Nerede Kalıyorsunuz ? BSRM () KBRM () ÇOGEM ()
5. Ne kadar süredir korunma ve bakım altındasınız?
Doğduğumdan beri () 1 yıldan az () 1-5 yıl () 5-10 yıl () 10 yıldan fazla ()
6. Kaç kardeşiniz vardır? Kardeşim yok () 1-4 kardeş () 4 'den fazla kardeş ()
7. Uğraştığınız bir hobiniz ya da sürekli devam ettiğiniz bir kurs var mıdır? Varsa hangi alandadır?
.....
8. Süreklilik gösteren bir sağlık sorunuz var mı? Evet () Hayır ()
9. Düzenli olarak kullandığınız psikiyatrik bir ilaç var mıdır? Evet () Hayır ()
10. Kuruluşa sizi ziyarete gelen veya yanlarına izne alan kişiler kimlerden oluşur?
Hiç kimse () Ailem () Akrabalarım () Arkadaşlarım ()
11. Sıkıntılarınızı en çok kimlerle paylaşırsınız?
Hiç kimse () Sosyal Servis () Grup sorumlusu () Müdüriyet ()
12. Kendi sorunlarınıza kendi yöntemlerinizle çözüm bulur musunuz? Evet () Hayır ()
13. Kendi sorunlarınızla baş etmede en çok hangi yöntemi kullanıyorsunuz?
Aşırı yemek yemek () Sigara İçmek () Alkol almak ()
Uyuşturucu verici maddeler kullanmak () Hiç biri () Diğer
(.....) .
14. Hiç intihar etmeyi düşündünüz mü? Evet () Hayır ()
15. Geleceğe dair hedefleriniz var mıdır ? Evet () Hayır ()

Ek 2: Ucla Yalnızlık Ölçeği

UCLA-LS

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşünceyi ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakamı daire içine alarak belirtmeniz.

	Benbu durumu HIÇ Yaşamadım	Ben bu durumu NADİREN Yaşarım	Ben bu durumu BAZAN Yaşarım	Ben bu durumu SIK SIK Yaşarım
1. Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.			1 2 3 4	
2. Arkadaşım yok.			1 2 3 4	
3. Başvurabileceğim hiç kimse yok.			1 2 3 4	
4. Kendimi tek başıyım gibi hissetmiyorum.			1 2 3 4	
5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.			1 2 3 4	
6. Çevremdeki insanlarla bir ortak yönüm var.			1 2 3 4	
7. Artık hiç kimseyle samimi değilim.			1 2 3 4	
8. İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşıyor.			1 2 3 4	
9. Dışa dönük bir insanım.			1 2 3 4	
10. Kendime yakın hissettiğim insanlar var.			1 2 3 4	
11. Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum.			1 2 3 4	
12. Sosyal ilişkilerim.			1 2 3 4	
13. Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor.			1 2 3 4	
14. Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.			1 2 3 4	
15. İstedğim zaman arkadaş bulabilirim.			1 2 3 4	
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var.			1 2 3 4	

17. Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum. 1 2 3 4

18. Çevremde insanlar var ama benimle değiller. 1 2 3 4

Ek 4 : Stresle Başa Çıkma Yolları Ölçeği

Bu ölçek, kişilerin sıkıntıları ve stresle basa çıkmak için neler yaptıklarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Lütfen sizin için sıkıntı ya da stres oluşturan olayları düşünerek bu sıkıntılarınızla başa çıkmak için genellikle neler yaptığınızı hatırlayın ve aşağıdaki davranışların sizi tanımlama ya da size uygunluk derecesini işaretleyin. Herhangi bir davranış size hiç uygun değilse % 0'ın altındaki kutu içine X işaretini koyun. Çok uygun ise % 100'ün altını işaretleyin.

Sizi ne kadar tanımlıyor/Size ne kadar uygun?

BİR SIKINTIM OLDUĞUNDA %0 %30 %70 %100

1. Kimsenin bilmesini istemem.
2. İyimser olmaya çalışırım.
3. Bir mucize olmasını beklerim.
4. Olayı/olayları büyütmeyip, üzerinde durmamaya çalışırım.
5. Basa gelen çekilir diye düşünürüm
6. Sakin kafayla düşünmeye, öfkelenmemeye çalışırım.
7. Kendimi kapana sıkışmış gibi hissederim.
8. Olayın / olayların değerlendirmesini yaparak en iyi karar vermeye çalışırım.
9. İçinde bulunduğum kötü durumu, kimsenin bilmesini istemem.
10. Ne olursa olsun direnme ve mücadele etme gücünü kendimde bulurum.
11. Olanları kafama takıp, sürekli düşünmekten kendimi alamam.
12. Kendime karşı hoşgörülü olmaya çalışırım.
13. İş olacağına varır diye düşünürüm.
14. Mutlaka bir yol bulabileceğime inanır, bunun için uğraşırım.
15. Problemin çözümü için adak adarım.
16. Her şeye yeniden başlayacak gücü kendimde bulurum.
17. Elimden hiçbir şeyin gelemeyeceğine inanırım.
18. Olaydan/olaylardan olumlu bir şey çıkarmaya çalışırım.

19. Her şeyin istediğim gibi olmayacağına inanırım.
20. Problem/problemleri adım adım çözmeye çalışırım.
21. Mücadeleden vazgeçerim.
22. Sorunun benden kaynaklandığını düşünürüm.
23. Hakkımı savunabileceğime inanırım.
24. Olanlar karşısında “kaderim buymuş” derim.
25. “Keşke daha güçlü bir insan olsaydım” diye düşünürüm.

Ek 5:Aile Ve Sosyal Politikalar Bakanlığı İzin Dilekçesi

20/04/2015 15:41 A.S.P.B. eğit. ve yay. dairesi bak

(FAX)0 312 7055757

P.001/003



T.C.
AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR BAKANLIğI
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı



Sayı: 73595336-605.01-41495
Konu: Veri Toplama (Esra BALABAN)

13/03/2015

ANTALYA VALİLİğİNE
(Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü)

İliği : Kırşehir Valiliği Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğünün 02/03/2015 tarih ve 925 sayılı yazısı.

İliği yazı ile Kırşehir Fatma Bacı Sevgi Evleri Çocuk Yuvası Müdürlüğünde Psikolog olarak görev yapan ve Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü yüksek lisans öğrencisi Esra BALABAN'ın "Sevgi Evlerinde, Çocuk Evlerinde, Çocuk Destek Merkezlerinde Kalan 12-18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Yalnızlık ve Yaşam Doymu Değişkenleri ile İlişkisinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışması talebi Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğünün görüşleri doğrultusunda yeniden düzenlenerek İç Anadolu Bölgesindeki Çocuk Destek Merkezlerinde, 100 kişilik örneklemi kapsayacak şekilde yapılabilmesi örneklem tamamlanamadığı takdirde Türkiye genelinde bu alanda hizmet veren illerde uygulanabilme talebi bildirilmiştir.

Söz konusu talebe ilişkin alınan Makam Onayı ekte sunulmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Doç. Dr. Mustafa DURMUŞ
Bakan a.
Daire Başkanı

EKLER :
1 Sayfa

DAĞITIM :
ADANA VALİLİğİNE
ADİYAMAN VALİLİğİNE
AFYONKARAHİSAR VALİLİğİNE
ANKARA VALİLİğİNE
ANTALYA VALİLİğİNE

Bu evrak 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na göre elektronik olarak imzalanmıştır.



T.C.
AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR BAKANLIĞI
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı



AYDIN VALİLİĞİNE
BALIKESİR VALİLİĞİNE
BURDUR VALİLİĞİNE
BURSA VALİLİĞİNE
DENİZLİ VALİLİĞİNE
DİYARBAKIR VALİLİĞİNE
ELAZIĞ VALİLİĞİNE
ERZURUM VALİLİĞİNE
GAZİANTEP VALİLİĞİNE
HATAY VALİLİĞİNE
İSPARTA VALİLİĞİNE
İSTANBUL VALİLİĞİNE
İZMİR VALİLİĞİNE
KAYSERİ VALİLİĞİNE
KIRIKKALE VALİLİĞİNE
KIRŞEHİR VALİLİĞİNE
KOCAELİ VALİLİĞİNE
KONYA VALİLİĞİNE
MANİSA VALİLİĞİNE
MARDİN VALİLİĞİNE
MERSİN VALİLİĞİNE
MUĞLA VALİLİĞİNE
NİĞDE VALİLİĞİNE
ORDU VALİLİĞİNE
SAMSUN VALİLİĞİNE
ŞANLIURFA VALİLİĞİNE
TEKİRDAĞ VALİLİĞİNE
VAN VALİLİĞİNE

Bu evrak 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na göre elektronik olarak imzalanmıştır.



T.C.
AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR BAKANLIĞI
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı



Sayı : 73595336-605.01-40254
Konu : Veri Toplama (Esra BALABAN)

12/03/2015

MÜSTEŞARLIK MAKAMINA

Kırşehir Valiliği Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü'nün 02/03/2015 tarih ve 925 sayılı yazısı ile Kırşehir Fatma Bacı Sevgi Evleri Çocuk Yuvası Müdürlüğü'nde Psikolog olarak görev yapan ve Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü yüksek lisans öğrencisi Esra BALABAN'ın "Sevgi Evlerinde, Çocuk Evlerinde, Çocuk Destek Merkezlerinde Kalan 12-18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Stresle Başa Çıkma Tarzlarının Yalnızlık ve Yaşam Doyumu Değişkenleri İle İlişkisinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışması talebi Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün görüşleri doğrultusunda yeniden düzenlenerek İç Anadolu Bölgesindeki Çocuk Destek Merkezlerinde, 100 kişilik örnekleme kapsayacak şekilde yapılabilmesi örnekleme tamamlanamadığı takdirde Türkiye genelinde bu alanda hizmet veren illerde uygulanabilme talebi bildirilmiştir.

Uygun görüldüğü takdirde söz konusu çalışmanın Onay tarihinden itibaren 6 ay süre ile İl Müdürlükleri koordinesinde Çocuk Destek Merkezlerinde, idarenin gözetim ve denetiminde, uygulamalarda çocukların psiko-sosyal ve fiziksel gelişimlerine özen gösterilerek, elde edilecek kimlik bilgilerinin ve özel hayatın gizliliğine riayet edilerek, ses ve görüntü kaydı alınmaksızın ve fotoğraf çekimine izin verilmeksizin, çocukların kişisel özgürlükleri ve kişilik hakları korunacak ve güvenliklerine zarar gelmeyecek şekilde gerekli tedbirler alınarak, kuruluş işleyişini aksatmayacak şekilde normal mesai saatleri içerisinde ve kuruluşlarımızda kalan çocuklarımızın günlük yaşantılarını olumsuz etkileme olasılığı bulunan herhangi bir işlemin gerçekleştirilmemesi koşuluyla, çalışmaya ilişkin sonuçların herhangi bir yerde yayımlanmadan önce Kurum izni alınması ve araştırma bitiminde tezin bir örneğinin Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığına gönderilmesi koşulları ile gerçekleştirilebilmesi hususunda;

Olurlarınızı arz ederim.

Doç. Dr. Mustafa DURMUŞ
Daire Başkanı

OLUR

Bu evrak 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na göre elektronik olarak imzalanmıştır.

Adres : Eskişehir Yolu Sığırtıcı Mahallesi 2177.Sokak No:10/A
Çankaya/ANKARA
Telefon : 5722

Ayınca Bilgi : S. ÖZKURT ÇETİN Sosyal Çalışmacı

Faks :



T.C.
AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR BAKANLIĞI
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı

12/03/2015

İmambey ERTEM
Mültegar Yardımcısı V.

Bu Evrak Elektronik Ortamda İmzalanmıştır.

Adres : Eskişehir Yolu Söğütözü Mahallesi 2177.Sokak No:10/A
Çankaya/ANKARA

Ayrıntılı Bilgi : S. ÖZKURT ÇETİN Sosyal Çalışması

Ek 6: Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurul Onayı



T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL
ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU

Karar Tarihi : 16.06.2015
Toplantı Sayısı : 2015 / 03
Karar Sayısı : 2015 / 20

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Öğrencilerinden Esra BALABAN'ın devam ettirdiği "Çocuk Destek Merkezlerinde Kalan 12-18 Yaş Arasındaki Ergenlerin Stres ile Başa Çıkma Tarzlarının Yalnızlık ve Yaşam Doyumu Değişkenleri ile İlişkisinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışmasına ilişkin başvurusu görüşüldü.

Yapılan incelemeler sonucunda hazırlanan tez çalışmasının bilimsel araştırma ve yayın etiği açısından uygun olduğuna karar verildi.

ETİK KURUL ÜYELERİ	İMZA
Prof. Dr. Semih BÜKER	
Prof. Dr. Oya AKGÖNENÇ	
Prof. Dr. Gülsev PAKKAN	
Prof. Dr. Halil CİN	
Prof. Dr. Özkan ÜNVER	
Prof. Dr. Orhan AYDIN	
Prof. Dr. Mehmet TOMANBAY	
Prof. Dr. Yusuf Gürcan ÜLTANIR	
Prof. Dr. Türkmen DİRDİYOK	 (İzinci)

ADRES : Ufuk Üniversitesi Mevlana Bulvarı No:86-88 06520 Balgat ANKARA

Tel : (0 312) 204 44 00 (101 Port) Faks : (0 312) 287 23 90

WEB : www.ufuk.edu.tr e-mail : ufukuni@ufuk.edu.tr

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Esra BALABAN
Uyruğu : T.C.
Doğum Yeri ve Tarihi : Ankara-06.08.1987
Medeni Hali : Bekar
Adres : Yenice Mah. Selçuk Apart No:41-1/14.
E-Posta Adresi : psikologbalaban@gmail.com
İletişim (Telefon) : 0505.638.10.83

EĞİTİM

Lise : Dikmen Süper Lisesi-Ankara
Lisans : Ufuk Üniversitesi-Ankara
Yüksek Lisans : Ufuk Üniversitesi-Ankara

MESLEKİ DENEYİM

Çalıştığı Kurumlar : Özel Gölbaşı Bahçelievler Özel Eğitim ve Rehabilitasyon
Merkezi / 2010-2011
Özel Bireysel Birikim Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi
2010-2012
Özel Büyük Ortadoğu Tıp Merkezi
2012-2014
Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı -Kırşehir
2014- halen devam ediyor.

YABANCI DİL : İngilizce –Orta Seviyede

Tarih: