T.C.

Mersin Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

BELİREN YETİŞKİNLERİN YALNIZLIK VE UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ İLE AİLE İŞLEVLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Cahide GALİOĞLU

Mersin,2014

T.C.

MERSİN ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

BELİREN YETİŞKİNLERİN YALNIZLIK VE UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ İLE AİLE İŞLEVLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Cahide GALİOĞLU

Danışman

Doç. Dr. Mehmet GÜNDOĞDU

Mersin,2014

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

Bu çalışma jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ / DOKTORA TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan Doç. Dr. Mehmet GÜNDOĞDU

(Danışman)

Üye Yrd. Doç. Dr. Bülent GÜNDÜZ

Üye Yrd. Doç . Dr. Orkun COŞKUNTUNCEL

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

../2014

Prof. Dr. Yüksel KALES

Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Bu araştırmada beliren yetişkinlerin yalnızlık ve umutsuzluk düzeyleri ile aile işlevleri arasındaki ilişki araştırılmıştır.

Beliren yetişkinlik kavramı on dört yıldır literatürde yer alan yeni bir kavramdır. Ankara Üniversitesi'nde yüksek lisans yaptığım dönemde bu kavramı ilk olarak Doç. Dr. Müge Artar hocamdan duymuştum ve duyduğum günden itibaren merakla incelemek istediğim bir dönem olmuştu. Bu merakımın sebeplerini açıklayacak olursam; Bu dönemin yeni bir gelişimsel dönem olması, bu dönemde ailelerle olan ilişkilerin gelecekte kurulacak aile sistemlerinin temelini oluşturması ve şuan içinde bulunduğum dönem olması araştırmamı bu konu çerçevesinde yazmamı sağladı.

Çalışmamda desteği olan, başta tez danışmanım Doç. Dr. Mehmet GÜNDOĞDU'YA,

Jüride bulunarak olumlu eleştirileri ve yönlendirmeleriyle araştırmama son şeklini vermemi sağlayan, Yrd. Doç. Dr. Bülent GÜNDÜZ 'E ve Yrd. Doç . Dr. Orkun COŞKUNTUNCEL'E,

Araştırmamın ilk gününden itibaren benden desteğini ve katkılarını esirgemeyen, Ankara Üniversitesi'nde uygulama yapmamda yardımcı olan, başta Doç. Dr.

Serap NAZLI'YA ve Dr. Sevgi SEZER'E, istatistik analizlerinde yardımlarını esirgemeyen Dr. Tuğçe ÖZMEN'E,

Bugünlere gelmemde katkıları büyük olan anneme, babama ve kardeşlerime, özellikle aynı evi paylaştığım ve tez yazdığım süre boyunca tüm stresimi hoşgörüyle karşılayan kardeşim Hikmet GALİOĞLU'NA,

Beni her zaman motive eden ve yanımda olduğunu her zaman hissettiğim Mehmet KARACA'YA,

Birlikte eğitim aldığım, bana her zaman destek olan ve tezimle ilgili yardımlarını esirgemeyen arkadaşım Neslihan KARPUZ'A sonsuz teşekkür ederim.

Cahide GALİOĞLU

ÖZET

BELİREN YETİŞKİNLERİN YALNIZLIK VE UMUTSUZLUK DÜZEYLERİ İLE AİLE İŞLEVLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Cahide GALİOĞLU

Yüksek Lisans Tezi

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Mehmet GÜNDOĞDU

Mayıs,2014 --- 152sayfa

Bu araştırmanın amacı beliren yetişkinlerde yalnızlığın ve umutsuzluğun yordayıcısı olarak aile işlevlerinin incelenmesidir. Bu çalışma, 2013-2014 eğitim-öğretim yılında, Ankara ilinde bulunan Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Gazi Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi ve Mersin ilinde bulunan Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi olmak üzere üç fakültedeki toplam 512 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Çalışmaya katılan beliren yetişkinlerin yaş ortalaması 21,10'dur. (Ss.=1,61). Araştırmanın verileri 'Aile Değerlendirme Ölçeği' (ADÖ), 'Beck Umutsuzluk Ölçeği'(BUÖ), 'Ucla Yalnızlık Ölçeği' ve 'Kişisel Bilgi Formu' ile toplanmıştır. Veriler PASS(Power Analysis andSample Size) Statistical Software programı ile çözümlenmiştir. Sonuçların yorumlanmasında $p<0,1$ ve $p<0,5$ anlamlılık düzeyi kabul edilmiştir. Verilerin analizinde Lineer Regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucuna göre beliren yetişkinlerde yalnızlığı en fazla yordayan değişkenlerin genel işlevler ve gereken ilgiyi gösterme alt boyutları olduğu saptanmıştır. Aile işlevlerinin diğer 5 boyutunun(problem çözme, iletişim, roller, davranış kontrolü ve duygusal tepki verebilme) yalnızlığı yordayacak kadar anlamlı olmadığı görülmüştür. Umutsuzluğun aile ilişkileri alt boyutunu en fazla yordayan değişkenlerin ise duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel işlevler olduğu saptanmıştır. Aile işlevlerinin diğer 4 boyutunun(roller, iletişim, problem çözme ve gereken ilgiyi gösterme) umutsuzluğu yordayacak kadar anlamlı olmadığı görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Beliren yetişkinlik, yalnızlık, umutsuzluk, aile işlevleri

ABSTRACT

FAMILY FUNCTIONS IN PREDICTING LONELINESS and HOPELESSNESS AMONG EMERGING ADULTHOODS

Cahide GALİOĞLU

Master Thesis

Department of EducationalSciences

Supervisör: Doç. Dr. Mehmet GÜNDOĞDU

May,2014 --- 152pages

The main purpose of thisstudy is toexaminefamilyfunctions as predictors of lonelinessandhopelessness in emergingadulthoods. Thesample of thisstudyconsist of 512 universitystudentsselectedfrom Ankara University, Gazi Universityand Mersin University at 2013-2014 educationyear. Theparticipants' mean is 21.10(Ss=1.61). Inpursuıngstudygoal, 'FamilyAssesment Device'(FAD), 'UCLA LonelinessScale', 'BeckHopelessnessScale'(BHS) and 'Personality Information Form' wereadministeredto 512 universitystudents. Data obtainedhavebeenanalysedstatisticallybyusing PASS(PowerAnalysizandSample Size) Statistical Software. Thelevel of significancewasselected as $p<0,5$ and $p<0,1$.

As a result of thisstudy, the main predictors oftheloneliness on emergingadulthoodsare general functionsandaffectiveinvolvement; the main predictors of thehopelessness on emergingadulthoodsarebehaviorcontrol, general functionsandaffectiveresponsiveness. Theotherfivesubscales of thefamilyfunctions (communication, rolles, behaviorcontrol, affectiveresponsiveness) are not significantcorrelationtoprediction of

theloneliness. Theotherfoursubscalesof thefamilyfunctions (affectiveinvolvement, communaciton, rolles, problem solving) are not significantcorrelationtoprediction of thehopelessness.

Keywords: Emergingadulthood, loneliness, hopelessness, familyfunctions

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

KABUL VE ONAY i

ÖNSÖZ.....ii

ÖZET.....iv

ABSTRACT.....vi

BÖLÜM I.....1

GİRİŞ.....1

1.1.Problem.....1

1.2.AraştırmanınÖnemi.....5

1.3.Araştırmanın
Amacı.....6

1.4.Tanımlar.....7

BÖLÜM II.....8

KURAMSAL ÇERÇEVE ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....8

2.1.Beliren Yetişkinlikle İlgili Kuramsal Açıklamalar.....8

2.1.1.Beliren Yetişkinlik Döneminin Ortaya Çıkışı.....8

2.1.2.Beliren Yetişkinlik Döneminin Evreleri.....12

2.1.3.Beliren Yetişkinlik Döneminin Özellikleri.....17

2.1.4.Beliren Yetişkinlik Döneminde Yakın İlişkiler.....18

2.1.4.1.Beliren Yetişkinlerin Ana-Baba İlişkileri.....18

2.1.4.2.Beliren Yetişkinlerin Arkadaşlık İlişkileri.....21

2.1.4.3.Beliren Yetişkinlerin Romantik İlişkileri.....23

2.2.Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Açıklamalar.....26

2.2.1.Yalnızlık Kavramı ve Yalnızlıkla İlgili Tanımlar.....26

2.2.2. Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar.....28
2.2.2.1.Psikodinamik Yaklaşım.....28
2.2.2.2.Varoluşçu Yaklaşım.....30
2.2.2.3.Bilişsel Yaklaşım.....30
2.2.2.4.BilişselDavranışçı Yaklaşım.....31
2.2.3.Beliren YetişkinlikYalnızlık İlişkisi.....32
2.3.Umutsuzluk ile İlgili Kuramsal Açıklamalar.....34
2.3.1.Umutsuzluk Kavramı ve Tanımları.....34
2.3.2.Umutsuzluk ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar.....34
2.3.3.Beliren Yetişkinlik ve Umutsuzluk İlişkisi.....35
2.4.Aile ile İlgili Kuramsal.....36
2.4.1.Aile ile İlgili Tanımlar.....36
2.4.2.Aile Sistemi ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar.....37
2.4.2.1.Aile Değişimi Kuramı.....37
2.4.2.2.Bowen'ın Kuşaklararası Yaklaşımı.....39
2.4.2.3.Minchuin'in Yapısal Aile Yaklaşımı.....41
2.4.2.4.Yaşantısal Aile Yaklaşımı.....43
2.4.2.5.Satir'in İnsancıl Yaklaşımı.....43
2.4.3.Beliren Yetişkinlik ve Aile Sistemi İlişkisi.....45
2.4.4.İlgili Araştırmalar.....46
2.4.4.1.Beliren Yetişkinlik ve Aile ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....46
2.4.4.2.Yalnızlık ve Umutsuzluk ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....53

BÖLÜM III.....66

YÖNTEM.....66

3.1.Araştırma Modeli.....66

3.2.Evren ve Örneklem.....66

3.3.Veri Toplama Araçları.....67

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....67

3.3.2.Aile Değerlendirme Ölçeği.....67

3.3.3. UCLA Yalnızlık Ölçeği.....75

3.3.4. BECK Umutsuzluk Ölçeği.....79

3.4. Verilerin Toplanması.....80

3.5.Verilerin Analizi.....80

BÖLÜM IV.....82

BULGULAR.....82

BÖLÜM V.....121

TARTIŞMA ve YORUM.....121

BÖLÜM VI.....126

SONUÇ ve ÖNERİLER.....126

6.1.Sonuçlar.....126

6.2. Öneriler.....127

6.2.1. Uygulama Açısından Öneriler.....127

6.2.2. Yapılacak Çalışmalar Açısından Öneriler.....127

KAYNAKLAR.....129

EKLER.....138

ÖZGEÇMİŞ.....147

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Tanımlayıcı Özelliklerin Dağılımı.....82

Tablo 2. UCLA, BUÖ ve ADÖ alt boyut puan dağılımları.....83

Tablo 3. Öğrencilerin Cinsiyetine göre UCLA, BUÖ ve ADÖ Puan Değerlendirmeleri.....85

Tablo 4.Öğrencilerin sınıfına göre UCLA, BUÖ ve ADÖ puanları değerlendirmeleri.....89

Tablo 5.Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre UCLA,BUÖ ve ADÖ puanları değerlendirmeleri.....93

Tablo 6.Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre UCLA, BUÖ ve ADÖ puanları değerlendirmeleri.....98

Tablo 7.Öğrencilerin yaşları ile UCLA, BUÖ ve ADÖ puanları ilişkisi.....102

Tablo 8.ADÖ alt boyut puanları ile UCLA ve BUÖ puanları ilişkisi.....108

Tablo 9. Model özeti.....116

Tablo 10. Bağımsız değişkenler ile UCLA puanı arasındaki ilişki.....117

Tablo 11. Bağımsız Değişkenler ile BUÖ puanı arasındaki İlişki.....119

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Cinsiyete göre BUÖ puanları dağılımı.....85

Şekil 2. Cinsiyete göre ADÖ alt boyut puanları dağılımı.....88

Şekil 3. Sınıflara göre ADÖ alt boyut puanları dağılımı.....92

Şekil 4. Anne eğitim düzeyine göre ADÖ alt boyut puanları dağılımı.....97

Şekil 5. Baba eğitim düzeyine göre ADÖ davranış kontrolü puanları dağılımı.....101

Şekil 6. Öğrencilerin yaşları ile ADÖ roller puanı ilişkisi.....103

Şekil 7. Öğrencilerin yaşları ile ADÖ duygusal tepki verebilme puanı ilişkisi.....104

Şekil 8. Öğrencilerin yaşları ile ADÖ gerekli ilgiyi gösterme puanı ilişkisi.....105

Şekil 9. Öğrencilerin yaşları ile ADÖ davranış kontrolü puanı ilişkisi.....106

Şekil 10. Öğrencilerin yaşları ile ADÖ genel işlevler puanı ilişkisi.....107

Şekil 11. UCLA puanı ile ADÖ problem çözme ilişkisi.....109

Şekil 12. UCLA puanı ile ADÖ iletişim puanı ilişkisi.....110

Şekil 13. UCLA puanı ile ADÖ roller puanı ilişkisi.....111

Şekil 14. UCLA puanı ile ADÖ duygusal tepki verebilme puanı ilişkisi.....112

Şekil 15. UCLA puanı ile ADÖ gerekli ilgiyi gösterme ilişkisi.....113

Şekil 16. UCLA puanı ile ADÖ davranış kontrolü ilişkisi...114

Şekil 17. UCLA puanı ile ADÖ genel işlevler ilişkisi.....115

EKLER LİSTESİ

EK 1. Kişisel Bilgi Formu.....138

EK 2. Aile Değerlendirme Ölçeği.....139

EK 3. Beck Umutsuzluk Ölçeği.....143

EK 4.UCLA Yalnızlık Ölçeği.....145

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem

Yıllardan beri süregelen gelişim dönemleri çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık olmak üzere dört temel gelişim dönemi üzerinden açıklanmaktaydı. Arnett (2000), üniversiteye giden ve genç yetişkinlik dönemine girdiği kabul edilen 19-26 yaş döneminin, yetişkinlik yıllarından farklı özelliklere sahip olduğunu belirterek, bu dönemi beliren yetişkinlik dönemi olarak adlandırmıştır.

Üniversiteye giden bireyler evden uzaklaşmakta ve dolayısıyla da yeni etkileşimler kurmaktadırlar. Kurdukları bu etkileşimlerin niteliğini aileleriyle kurdukları ilişkilerin niteliği etkilemektedir çünkü bireylerin çeşitli davranışları kazandığı en etkili ve en belirgin yer aile ortamıdır.Bireylerin aileleri ile kurdukları ilişkilerin

sağlıklı ve sağlıksız niteliğine göre, bireyler çevreyle kurdukları ilişkilere bu durumu yansıtmakta, bazen etkileşime girmekten kaçınarak yalnızlaşmaktadır (Buluş,1997).

Yalnızlık başkalarıyla kurulan ilişkilerde bir şeylerin ters gittiğini göstermektedir. Buna bağlı olarak da kişilerarası ilişki tarzının önemini ortaya koymaktadır. Kişilerarası ilişkilerdeki becerilerin yetersiz olması aile problemleri, mesleki yetersizlik,tatminsizlik gibi birçok yaşamsal alanımızı olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Bolton,1986; akt. Batıgün, 2008). İnsan toplumsal bir varlık olduğundan çevresindeki insanlarla ilişki kurması oldukça önem taşır. Yalnızlık insanın varoluşunun temelinde yatan sorunlardan biri olduğundan, insan başkalarıyla ilişki kurma ihtiyacı taşır. İnsan çevresiyle ilişki kurarken bazı sorunlar yaşayabilir, etkileşim sürecinde bazı sorunlar ortaya çıkabilir. Bu da insanın sosyal ilişkilerinden mahrum kalmasına ve yalnızlaşmasına sebep olabilir. Weiss (1987) yalnızlığı duygusal ve sosyal yalnızlık olarak ikiye ayırmakta, duygusal yalnızlığın aile, özel arkadaşlarla ilgili olduğunu belirtmekte, sosyal yalnızlığınsa sosyal ortamdaki arkadaşlıklarla ilişkili olduğunu ifade etmektedir (Aktaran: Çeçen, 2008).

Yalnızlık duygularına ek olarak umutsuzluk duygularının da bireyin yaşantısını etkilediği bilinmektedir. Beck'in bilişsel kuramında umutsuzluk depresyonu tetikleyen önemli bir kavram olarak ele alınmaktadır. Yaşanan sosyal ve ekonomik sorunlar, işsizlik, aile ile kurulan ilişkiler üniversiteye gelen bireylerin ruhsal gelişimlerini ve ruh sağlıklarını olumsuz yönde etkileyerek umutsuzluk düzeyini etkilemektedir (Şahin, 2009).

Yetişkinliğe adım atılan bu yıllarda yalnızlık ve umutsuzluk duygularının nedenleri arasında aile ilişkilerinin yer alması, bu dönemdeki bireylerin aileleri ile kurdukları ilişkinin önemini ortaya koymaktadır (Arslan, Hamarta, Özyeşil ve Saygın, 2011). Anne babalarını otoriter algılayan bireylerin demokratik yani daha sıcak ve sevecen algılayanlara göre daha fazla yalnızlık hissettikleri, anne baba tutumlarını demokratik algılayanların, otoriter ve ilgisiz algılayanlara göre daha az yalnızlık hissettikleri ve yüksek arkadaş ve aile sosyal desteğine sahip oldukları görülmüştür (Çeçen, 2008).

Ergenlik döneminde ailelerle kurulan ilişkinin niteliği, ergenlerin anne babalarını nasıl değerlendirdikleri yalnızlık ve umutsuzluk duygularını etkileyen önemli bir etkendir. Çünkü o dönemde kurulan ilişkiler üniversiteye gelindiğinde kurulan etkileşimlerle de bağlılık göstermektedir (Sezer, Aldemir ve Tekin, 2011). Aile üyelerinin birbirleriyle kurdukları iletişim, yeni etkileşimler kurmaya başlayan beliren yetişkinin etkileşimlerini de etkileyecek ve bu etkileşimleri anlamamızı sağlayacaktır (Clark ve Shields,1997; akt. Sezer ve ark., 2011). Sağlıklı ailelerde anne ve baba ile çocuklar arasında yakınlık ve bağımsızlık denge halindedir (Nichols, 2006). Sağlıksız ailelerde ise aile üyeleri arasındaki bağlar zayıf olduğundan, bu ortamda büyüyen çocukların çevreyle kurdukları etkileşimlerinde bazı sorunlar meydana gelebilmektedir (Demirsar, 1992). Üniversiteye başlayan yen etkileşimler kurmaya başlamış olan beliren yetişkinler, çocukken geliştirdikleri bu tür davranışları kurdukları bu etkileşimlere de yansıtmaktadırlar.

Bu etkileşim sorunları da yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerini arttıran faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda yalnız ve umutsuzluk düzeyleri yüksek olan bireylerin ailelerini nasıl değerlendirdikleri, aile sistemlerini nasıl ele aldıklarının da bu duygu düzeyleriyle ilişkili olduğunu ifade edebiliriz.

Beliren yetişkinlerin yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerinin beliren yetişkinleri diğer insanlarla kurdukları etkileşimi etkileyeceği düşünüldüğünde, bu duygu durumlarının aile içi iletişimi etkilediğini de söyleyebiliriz. Bowen'a göre aile sistemi bütünseldir ve her bir birey bu sistemi etkiler (Aktaran: Sharf, 2014.) Bu anlamda bireysel yaşanan tüm duygu durumlarının aile sistemini etkileyeceği açıktır. Psikanalitik yaklaşımlara baktığımızda aileyle kurulan ilk ilişkiler hem çevreyle olan ilişkileri hem de aile sistemi ile olan ilişkileri önemli ölçüde etkilemektedir. Adler bir bireyin yaşam biçimini değerlendirirken, anne ve babanın birbiriyle olan ilişkisi ve kardeşlerin birbirleriyle olan ilişkisi gibi erken aile ilişkilerine olduğu kadar arkadaşlar ve öğretmenlerle olan ilişkilere bakılmasının önemini vurgulamaktadır (Oberst ve Stewart, 2003).

Adler, ailenin toplumu yansıtan bir mikrokozmos olmasından dolayı, aileyi toplumsal ilginin geliştirildiği, ketlendiği ya da engellendiği bir yer olarak tanımlamaktadır (Sharf,2014). Varoluşçular ise yalnızlığı varoluşsal bir kavram olarak ele almakta, bu anlamda aile içi ilişkileri sadece ailedeki bireylerin birbirleriyle kurdukları ilişkilere göre değil, bireylerin kendilerine ve kendileri olmaya ilişkin farkındalıklarına da odaklanmaktadırlar (Sharf,2014). Bu noktada

kendini yalnız hisseden bir bireyin aile sistemini nasıl etkilediği ya da kendini neden yalnız hissettiği üzerine odaklanabilmektedirler.

Bireylerin yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerinin aileleriyle kurdukları ilişkilerle ilgili olduğunu ve bu durumun da bireyin ailesine ilişkin algılarını dolayısıyla aile sistemlerini etkilediğini ifade edilebilir.

1.2. Araştırmanın Önemi

İnsan yaşamının gelişimsel süreçlerine bakıldığında, XX. Yüzyılın sonuna kadar çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık olmak üzere dört temel evrede incelenmiş olduğunu görülmektedir. Ancak son yarım yüzyılda yaşanan gelişmeler ve değişimler ergenlik döneminden sonra gelen yeni bir dönemi ortaya çıkarmıştır. Arnett'in (2000) ortaya koyduğu bu dönem ''beliren yetişkinlik (emergingadulthood)'' dönemi olarak adlandırılmıştır.

Bu dönemdeki bireyler ne eskiden beri tanımlanan ergenlik döneminin kapsamında ne de genç yetişkinlik denilen yetişkinliğin erken zamanlarının kapsamına girmektedir (Arnett, 2006). Bu konu üzerinde çalışmak bireyin yetişkinliğe adım attığı yılların daha iyi anlaşılmasını sağlayacağından bu konunun incelenmesi oldukça önemlidir. Son yıllarda beliren yetişkinlik döneminin özellikleri ve ergenlik dönemiyle olan 'kimlik oluşturma' ve 'risk alma' davranışları açısından farklılıkları ortaya koyulmaya çalışılmış ancak literatüre baktığımızda ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinden farklı olarak aileleri ile

kurdukları ilişkiler tam olarak ortaya koyulmamıştır. Beliren yetişkinlerin, bireyin varoluş sorunlarından biri olan yalnızlık ve umutsuzluk duygu düzeylerine göre kendilerini nasıl değerlendirdikleri bu değerlendirmeye göre de ailelerini nasıl algıladıkları ve aileleriyle nasıl etkileşimler kurdukları oldukça önemlidir. Bu etkileşimler hem aile sistemini hem de beliren yetişkinlerin çevreleriyle kurdukları etkileşimleri önemli ölçüde etkilemektedir.

1.3. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, beliren yetişkinlerin yalnızlık ve umutsuzluk düzeyleri ile aile ilişkileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının araştırılmasıdır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır;

1) Beliren yetişkinlerin yalnızlık düzeyleri ile, 'Aile Değerlendirme Ölçeği'nin' problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel işlevler alt boyutları arasındaki ilişki anlamlı mıdır?

2) Beliren yetişkinlerinumutsuzluk düzeyleri ile 'Aile Değerlendirme Ölçeği'nin' problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel işlevler alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.4. Tanımlar

Beliren Yetişkinlik; Bireyin ergenlik dönemindeki gibi aileye bağlılığın olmadığı ancak henüz yetişkinlik rollerini de üstlenmediği dolayısıyla genç yetişkin olarak da tanımlayamayacağımız bu dönem 18-25 yaşlarını kapsayan yeni bir gelişimsel dönem olarak karşımıza çıkmaktadır.

Yalnızlık; Bireyin varolan sosyal ilişkileri ile arzuladığı sosyal ilişkileri arasındaki farklılık sonucu yaşanılan hoş olmayan bir duygu durumudur (Peplau ve Perlman,1984).

Umutsuzluk; Bireyin sınırlı yada hiç alternatif göremediği veya kişisel seçenekler bulamadığı ve kendi yararı için enerji sarf edemediği bir durum olarak 1986 yılında Amerika Hemşirelik Tanılama Derneği tarafından tanımlanmıştır. (akt. Özmen, Dündar, Erbay, Çetinkaya ve Taşkın, 2008).

Aile; Aile, biyolojik ilişkiler sonucu insan türünün devamını sağlayan, toplumsallaşma sürecinin ilk ortaya çıktığı, karşılıklı ilişkilerin belirli kurallara bağlandığı o güne dek toplumda oluşturulmuş maddi ve manevi zenginlikleri kuşaktan kuşağa aktaran, biyolojik,psikolojik, ekonomik, toplumsal, hukuksal ve benzeri yönleri bulunan toplumsal bir kurumdur (TDK, 2014a).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.Beliren Yetişkinlik ile İlgili Kuramsal Açıklamalar

2.1.1.Beliren Yetişkinlik Döneminin Ortaya Çıkışı

Beliren yetişkinlik kavramının ortaya çıkışını, yaşanan değişimleri ve gelişmeleri daha iyi anlayabilmek için ergenlikten ve yetişkinlikten bahsetmek yararlı olacaktır. Gelişim dönemlerini ele alan temel kuramlardan biri olan Freud'un psiko-seksüel gelişim kuramına göre, yetişkin kişiliği yaşamın ilk beş ya da altı yılındaki yaşantılarla oluşmaktadır. Dolayısıyla yetişkin kişiliğin temelleri de çocukluk yıllarına dayanmaktadır. Psiko-seksüel gelişim kuramında ergenlik dönemine denk gelen genital dönemdir. Bu dönemde çocuk ergenliğe erişmiştir ve cinsel gereksinimleri geri döndüğünden odak noktası da genital bölgeler olmuştur. Bireyler karşı cinse yakınlık ve istek duymaya başlar. Freud bu dönemlerini cinsel temalara oturtarak açıklamıştır.(Burger, 2006). Bireyin gelişim sürecini açıklamaya çalışan diğer bir kuram ise Piaget'nin bilişsel-gelişimsel kuramıdır. Piaget'ye göre bilişsel gelişim birbirini izleyen dört dönem içinde ortaya çıkmaktadır. Ergenliğe denk gelen dönemi soyut işlemler dönemidir. Bu dönemde bireyler somut düşünceden soyut düşünceye geçerler.

Sosyal konularda fikir geliştirirler. İdeoloji oluştururlar, inançlarını sorgulayabilirler ve değerlerini oluşturabilirler.(Steinberg, 2007). Eriksonpsiko-sosyal kuramında ise Freud'dan farklı olarak kişilik gelişimi yaşamın ilk altı yılı ile sınırlı değildir ve yaşam boyu devam eder. Erikson'un kişilik gelişimi şu metaforla açıklanabilir. Bebeklikten yaşlılığa kadar bir yol boyunca yürürüz ama sekiz ayrı noktada önümüzdeki bu yol çatallaşır, ilerlemek için ikisinden birini seçmek zorunda kalırız (Burger, 2006). Erikson(1968) bireyin yaşam boyu devam eden kişilik gelişimi ile ilgili sekiz evre belirlemiştir. Bu evrelerden ergenliğe denk gelen dönem 'kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası' dönemidir. Bu dönemde ben kimim sorusuna yanıt aranır. Bu soruya verilen yanıt başarılı olursa, birey kendini tanıyan ve takdir eden bir birey olacaktır. Aynı şekilde bu birey inançlarını ve değerlerini tanıyabilecektir. Bunun tersi durumda ise rol karmaşası yaşanır ve bu bireyin ilerideki kişilik gelişimini de olumsuz yönde etkiler. Ergenlik dönemi, insan gelişiminde oldukça önemli bir dönemdir. Çünkü bu dönem bireyin yetişkin olma yolundaki adımlarının belirleyicisi olmaktadır. Genç yetişkin, ergenlikte güçlü bir kendilik duygusu kazandığında artık kimliğini bir diğeriyle bütünleştirmeye de hazır olmaktadır. Erikson'unpsiko-sosyal gelişimdeki altıncı dönemi yakınlığa karşı yalıtılmışlık dönemidir. Bu dönem aynı zamanda genç yetişkinlik dönemine, şuan ise beliren yetişkinlik olarak adlandırılan döneme denk gelmektedir. Freud ve Erikson ergenlik döneminde toplumsal gelişime vurgu yapmıştır. Piaget ise gelişimin en iyi, düşüncenin ya da bilişin doğasındaki değişiklerin incelenmesiyle anlaşılacağına dikkat çeker

(Steinberg, 2007). Dolayısıyla ergenlik döneminde başarı ile tamamlanan süreçlerin beliren yetişkinlik sürecini olumlu etkileyeceği ifade edilebilir.

Son yarım yüzyıldaki sosyal ve ekonomik değişimlerden dolayı ergenliğin başlangıcı onlu yaşların başına doğru bir kayma göstermiştir (Eryılmaz ve Ercan, 2010). Ergenlik döneminde yaşanan bu değişimler yetişkinlik döneminde de değişim yaşanmasına sebep olmuştur. Eğitim süresinin uzamasına bağlı olarak yirmili yaşlarda bireyler henüz evlenmemiş ve ana-babalık rollerini üstlenmemişlerdir. Bu gelişmeler yeni bir dönemin varlığına işaret etmektedir. Bireyler sık sık iş değiştirmekte, eğitim almakta ve dolayısıyla henüz yetişkinlik rollerini üstlenmemektedirler. Arnett (2007), bu döneme uzamış ergenlik denilemeyeceğini çünkü bireylerin ergenlik döneminden farklı olarak, daha fazla özerklik arayışı içinde olduklarını ve ana-baba kontrolünün yine ergenlikten farklı olarak daha az olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca bu dönem genç yetişkinlik dönemine de karşılık gelmemektedir. Çünkü bu dönemdeki bireylerin yetişkin rollerini üstlenmedikleri de görülmektedir. Bu yüzden bu dönemin yeni bir yaşam dönemi olarak değerlendirilmesi gerekmektedir. 18-25 yaşlarını kapsayan bu dönem Arnett tarafından (2000), 'beliren yetişkinlik' dönemi olarak adlandırılmıştır.

Atak (2005), beliren yetişkinlik döneminin Türkiye'de nasıl ortaya çıktığını ve yaşandığını araştırmıştır. Araştırmasında Amerika'daki ve Avrupa'daki toplumsal ve demografik değişmelerin son 30-40 yıldır Türkiye'de

de yaşanmakta olduğunu ortaya koymuştur. Evlenme yaşının da son yıllarda yükseldiğini belirtmiştir. Bu durum Türkiye'de bireylerin gelişimlerinin de bu süreçlerden etkilendiğini göstermektedir. Bu nedenle Türkiye'de de 19-25 yaş döneminin beliren yetişkinlik dönemi olarak ele alınabileceğini belirtmiştir.

Atak aynı çalışmasında son yarım yüzyılda yaşanan bu değişimin en önemli sebeplerden birisi 'büyük bunalım' dönemi olduğunu ve bu dönemde ikinci dünya savaşının yıkıcı etkisinde yetişen bireyler için evlilik düzenli ve sabit bir hayatın kapılarını açacak olan kazançlı bir kurum olarak algılanırken şuanda ise çocuk sahibi olmak, özgürlüğün kısıtlanması anlamına geldiğinden kaçınılması gereken bir tehlike olarak görülmesinin beliren yetişkinlik döneminin Türkiye'de de yaşanmaya başlamasının sebeplerinden olduğunu ortaya koymuştur. Beliren yetişkinlik döneminin Türkiye'de yaşanmaya başlamasının diğer bir sebebi olarak ise kadınların konumlarındaki değişimler olduğunu belirtmiştir. Çünkü kadınlar da tüm bu sorumlulukları artık daha geç almak istemektedirler. Eski dönemlere bakıldığında kadınların daha erken yaşta evlendiklerini ve çocuk sahibi olduklarını, belirli mesleklere yöneldiklerin ve hatta çoğunun yüksek öğrenime bile iyi bir eş bulma amacıyla gittiklerini ancak şimdi kadınların edinebilecekleri meslekler de sınırsız sayıda olduğundan kadınlar çok fazla mesleğe yönelmektedir ve eğitimlerini kendileri için almak istediklerini belirtmiştir. Tüm bu değişimlerin Türkiye'de beliren yetişkinliğin ortaya çıkışına etki ettiğini ortaya koymuştur.

Atak ve Taştan (2012), araştırmalarında beliren yetişkinlik döneminin ortaya çıkışında kültürel etkilerin önemli bir yer tuttuğunu göstermişlerdir. Türkiye gibi ekonomik olarak gelişmekte olan ülkelerde, kentsel ve kırsal alanlar arasında kültürel farklar olduğunu ve kentlerde yaşayanların, kırsalda yaşayanlara göre beliren yetişkinliği yaşama olasılıkları daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu durumun sebebi olarak kentlerde yaşayan bireylerin kültürel özellikler dikkate alındığında, daha geç evlendiklerini, daha fazla ve nitelikli eğitim aldıklarını, meslek seçimi, yaşam tarzı ve eğlenme gibi konularda seçenekleri daha fazla olduğunu, kırsalda yaşayan bireylerin ise düşük düzeyde eğitim aldıklarını, erken yaşta evlendiklerini ve tarım dışında iş seçeneklerinin az olduğunu belirtmişlerdir.

2.1.2. Beliren Yetişkinlik Döneminin Evreleri

Beliren yetişkinliğin gelişim evrelerindeki yerini şu şekilde belirleyebiliriz:

- Çocukluk: -Doğum öncesi
  -Yeni Doğan
  -İlk Çocukluk
  -Orta Çocukluk
  -Son Çocukluk

- Ergenlik: -Erinlik(Ergenliğe giriş)

-Beliren Yetişkinlik

- Yetişkinlik: -Genç Yetişkinlik
  - Orta Yetişkinlik
  -Yaşlılık

Arnett (2000), beliren yetişkinlik döneminde bireylerin, nasıl bir insanla yaşamak istediğini, nasıl bir işte çalışmak istediğini sorgulayarak ciddi kararlar aldığını ve adımlar attığını belirtmiştir. Beliren yetişkinlik aşk, iş ve dünya görüşü olmak üzere üç temel alandaki kimlik gelişiminin yoğun olarak yaşandığı bir dönemdir. Bu alanlardaki ilk görüşler ergenlik döneminde başlar ve beliren yetişkinlik döneminde gelişir (Strenberg,1999). Arnett'e göre (2006), beliren yetişkinlik döneminin gelişimsel süreci beş temel evreden oluşmaktadır.

Bu evreler:

Kimlik Keşfi: Kimlik oluşturma, 'ben kimim?' sorusuna cevap arama, ergenlik döneminin görevi olarak ele alınmaktayken, artık yetişkinlik döneminin başlarına doğru bir kayma göstermektedir. Beliren yetişkinlik dönemi kimlik arayışı ve gelişiminin tamamlandığı bir dönemdir. Arnett (2000), beliren yetişkinlerin en önemli görevlerinden birinin kimlik keşfi süreci olduğunu belirtmiştir. Kimlik keşfi sürecinde beliren yetişkinler aşkta, dünya görüşünde ve iş yaşamında seçenekler denemektedir. Ayrıca Arnett, beliren yetişkinlerin

ergenlik döneminden farklı olarak, aşk,iş ve dünya görüşü üzerine gelişimlerini sürdürürken bunu 'ben merkezci' bir bakış açısıyla yapmadıklarını belirtmiştir. Diğer yandan kendilerini umutsuz ve yalnız hisseden beliren yetişkinler sosyal etkileşimlerinde çekingen davranmakta ve çekingen olmayan beliren yetişkinlere göre kimlik keşfi sürecinde, kariyer planlamalarında daha az olgun davranmakta bu süreci yönetmekte zorlanmaktadırlar (Barry, Nelson ve Christofferson, 2013). Eğer birey,bir işe ya da mesleğe sahipse veya okuyorsa ve sosyal etkileşimlerinde korku yaşamıyorsa, kimlik keşfi sürecinde bir engelle karşılaşmayacaktır.

Değişkenlik: Beliren yetişkinler yetişkinliğe geçişte önlerinde birçok yol olduğunu bilirler. Planlarını devamlı süzgeçten geçirirler ve nasıl bir gelecek istediklerini netleştirmeye çalışırlar.

Kendine Odaklanma: Beliren yetişkinlik dönemi bireyin kendine en çok odaklandığı ve en çok kendi başına kaldığı dönemdir. Bu odaklanma sayesinde, kendilerini tanırlar ve yaşamdan ne istediklerini daha iyi anlarlar. Kendilerini odaklanmaları ergenlikten daha farklı gerçekleşmektedir. Diğer insanlarla empati kurmaya onları da anlamaya başlamışlardır ve böylelikle sosyal etkileşimlerini daha sağlıklı yaşama fırsatını da yakalamışlardır. Buna bağlı olarak hayattaki beklentilerini belirleyememiş umutsuz bireyler ve sosyal etkileşimlerden uzak durarak yalnızlık yaşayan beliren yetişkinler ise bu fırsatı yakalayamamaktadırlar. Kendine odaklanma sürecini başkalarını daha az

anlayarak ve kendilerine ilişkin düşük benlik saygısı hissederek geçirmektedirler (Barry ve ark.,2013).

Ergenlik-Yetişkinlik Arası Geçiş: Beliren yetişkinler, yetişkinlerin haklarına sahiptirler çünkü yasal olarak yetişkin statüsü 18 yaştır. Ancak yasal anlamda yetişkin statüsünü elde etmek yetişkin olmak anlamına gelmemektedir.

Yetişkinlik tanımlarına bakıldığında, bu tanımların daha çok yaş ve normlara bağlı olarak yapıldığı görülmektedir. Yetişkin ölçütleri olarak kabul edilen bireyin evlilik yaşı, işe girmesi, eğitimini tamamlaması gibi ölçütler, toplumlar arasında hatta aynı toplumun farklı kesimlerinde bile farklılık göstermektedir. Uygun evlenme yaşı, işe başlama yaşı da yine toplumun etkisi altındadır. Ancak son yıllarda yapılan çalışmalar bireyin kendisini yetişkin olarak hissedip hissetmemesine vurgu yapmaktadır. Kısacası günümüzde yapılan çalışmalar, yetişkinliğe bir anda geçilmediğine, yetişkinliğin zamanla oluştuğuna işaret etmektedir (Atak, 2011).

Fırsatlar ve Olanaklar Dönemi: Bu dönemde, fırsatlar ve olanaklar çok çeşitlidir. Birey bu olanaklara odaklanır ve geleceği hakkında planlar yapar. Beliren yetişkinler gelecekleri ile ilgili planlarını ortaya koyarken, kariyer düzenlemeleri yaparken eğer yalnızlık ve umutsuzluk düzeyleri yüksekse o zaman daha fazla bir akademik mücadele içinde olurlar (Hojativogel, Zeleznik ve

Bofenstein, 1988 ; akt. Barry ve ark., 2013a). Bu planlarını yaparken yalnız ve umutsuz olmayan beliren yetişkinlere göre daha az olgun davranırlar (Hamer ve Bruch, 1997 ; akt. Barry ve ark., 2013). Bunların sonucunda da daha fazla yalnızlık hissederler (Mounts, 2006 ; akt. Barry ve ark., 2013a).

Bu evreler beliren yetişkinler için kesin sınırlarla belirlenememektedir. Beliren yetişkinler bu süreçleri yaşamakta ancak bu dönem içindeki yaş ilerleyişine göre yaşantıları değişmektedir. Beliren yetişkinler bu dönemi tek bir evre olarak mı yoksa aşamalı olarak mı geçirmektedirler? Atak (2011), beliren yetişkinlik döneminin alt evrelerinin olup olmadığını incelediği çalışmasında beliren yetişkinlik dönemini, bireyin kendine odaklandığı, kendini arada hissettiği, kimliğini keşfettiği, olasılıkları deneyimlediği ve önemli değişiklikler yaşadığı bir dönem olarak ele almaktadır. Bu çalışmada bireyin beliren yetişkinlik dönemini tek bir evre olarak mı deneyimlediği yoksa aşamalı olarak mı bu evreyi tamamladığını araştırmak amaçlanmıştır. 19-26 yaş arasında 453 beliren yetişkine yapılan çalışmada, ergenlikten yetişkinliğe giden ana yol olan beliren yetişkinlik döneminin, yalancı beliren yetişkinlik, orta beliren yetişkinlik ve yetişkinimsi olmak üzere üç alt evreden oluştuğu ortaya konulmuştur.

19 yaşı kapsayan yalancı beliren yetişkinlik döneminde bireyler hala ailelerinden destek almaktadırlar. Ergenlik döneminden daha özgür olsalar da ailenin varlığı hala hissedilmektedir. Orta beliren yetişkinlik dönem ise cinsel deneyimin ve alınan risklerin arttığı, aile ile bağların da en zayıf olduğu dönemdir

(Atak, 2011). Yetişkinlik dönemine en çok benzeyen yetişkinimsi dönemde ise aşk, iş, dünya görüşü gibi kimlik konularında kararlar netleşmiştir.

2.1.3.Beliren Yetişkinlik Döneminin Özellikleri

Beliren yetişkinlik dönemi, yaşam koşullarının değişmesi sonucu oluşmuş yeni bir dönemdir. Bu dönemde bireyler kendilerine odaklanırlar, kendi yaşamlarını nasıl yöneteceklerini öğrenirler, kendi kararlarını almaya ve bu kararların sorumluluğunu üstlenmeye başlarlar (Atak ve Taştan, 2012). 18-19 yaşlarında evden ayrılan genç yetişkinler pek çok zor ve kolay kararları da vermek zorundadırlar. Örneğin; eve kaçta dönecekleri, ne yemek yiyecekleri, çamaşırı ne zaman yıkayacakları gibi kolay kararlar olabilirken, üniversiteye gitme, tam-yarı zamanlı işte çalışma, kız-erkek arkadaş ile birlikte mi yaşayacak, ilişki bitecek mi, gibi zor kararları da vermesi gerekebilir. Bu kararları alırken aile üyelerine danışabilirler ancak yine de son seçim kendilerinindir.

Beliren yetişkinler ailelerinden ayrılmışlardır ancak henüz yeni bir ilişki ağına da girmemişlerdir (Arnett, 2004). Bu dönemin avantajlarından birisi de sorunlu ev ortamlarında yetişmiş bireylerin, örneğin sürekli kavga eden ebeveynleri olanlar, aşırı maddi sorun yaşayanlar, evden ayrıldıklarında yaşam biçimlerini değiştirme fırsatını da yakalamış olmalarıdır. Daha mutlu ve sağlıklı ailelerden gelen bireyler de kendi düşünceleriyle daha bağımsız bir yaşam oluşturma şansını elde etmiş olurlar.

Beliren yetişkinler ergenlikten farklı olarak artık daha özerk bir yaşam sürmektedirler. Yeni sosyal etkileşimler, yeni bir şehir, yeni bir ortam kısacası yeni roller edinmektedirler. (Arnett, 2004). Etkileşimler yeterince gerçekleşmediğinde sosyal geri çekilme ortaya çıkmakta ve bu durum utangaçlık ve asosyallik gibi bazı problemlere neden olmakta bireyi yalnızlaştırmaktadır. Bu problemlerin de aileyle kurulan ilişki niteliğine bağlı olduğu ve bu durumun tüm yakın ilişkileri etkilediği de iddia edilebilir. Yalnızlık duygusuna ek olarak umutsuzluk bu yaş döneminde gelecek kaygısı üzerinde yoğunlaşmaktadır. Geleceklerine ve hayattan beklentilerine nasıl yaklaştıklarında yine aileleriyle kurdukları ilişkinin büyük önemi vardır. Bu bağlamda diğerleri ile kurdukları yakın ilişkileri incelemek yararlı olacaktır.

2.1.4. Beliren Yetişkinlikte Yakın İlişkiler

Anne-baba, arkadaşlar ve romantik ilişkiler yakın ilişkiler kapsamında ele alınmaktadır. Bu ilişkilerin arasındaki fark ilişkilerdeki yakınlığın düzeyine bağlı olarak değişmektedir. Bu bölümde beliren yetişkinlerin kurduğu yakın ilişkilerin niteliği ve aileyle kurdukları ilişkinin sosyal etkileşimlere olan etkisi anlatılmaktadır.

2.1.4.1. Beliren Yetişkinlerin Ana-baba İlişkileri

Çocukluk ve ergenlik dönemindeki bireyin ailesiyle olan ilişkisi beliren yetişkinlik döneminde farklılaşmaktadır. Beliren yetişkinin, değişen ilgileri,

yetenekleri ve davranışları, özellikle anne-baba ile olan ilişkisinde olmak üzere, ailesiyle çalkantılı bir ilişkiye işaret etmektedir (Urry, Larry ve Padilla-Walker, 2011). Anne-babanın çocuğun üzerindeki baskısı ve kontrolü azalmıştır çünkü bu dönemdeki bireyler evden ayrılmaktadırlar, evden ayrılmasalar da, kendi hayatlarıyla ilgili daha özerk ve bağımsız davranmayı istemektedirler.

Beliren yetişkinler kendilerini ne tam yetişkin gibi ne de ergenlik dönemindeki gibi hissetmektedirler. Buna karşın ebeveynleri onları yetişkin olarak algılarlar. Bu yüzden anne-babalar çocuklarının bu deneyim ve keşif yolculuğunda onlara hem yol gösterebilmek hem de özerkliklerine saygı duyabilmek için yardıma ihtiyaç duyarlar. Bu yüzden beliren yetişkinlik dönemindeki çocuk ve ebeveyn ilişkisini anlamak bu dönemdeki beliren yetişkinlerin davranışlarını daha iyi anlamamızı sağlayacaktır (Urry ve ark., 2011). Beliren yetişkinler, alkol kullanımı, cinsel deneyimler, madde bağımlılığı gibi riskli davranışları da çok daha fazla kendi özerklikleri olarak algılarlar. Bu risk davranışları, beliren yetişkin ve ebeveynin arasındaki ilişkinin olumluluğuna ve sağlıklılığına bağlı olarak azalma gösterir. Bunun yanı sıra, ana-baba ile olan ilişkiler ne kadar sevecen olursa çocuklar da ilerde kendilerini daha çok açabilecekler ve beliren yetişkin olduklarında çevrelerindeki insanlarla, anne babaları da dahil, daha empatik, sıcak ve samimi davranabileceklerdir (Lefkowitz, 2005).

Ebeveynlerin çocuklarını büyütürken kurulan ilişkinin kalitesi, beliren yetişkinlik dönemini doğrudan etkilemektedir. Çünkü beliren yetişkinler artık tek başlarına kararlar aldıkları, yeni iş fırsatları ya da üniversiteler arasından seçim yaptıkları, hayatlarının kontrolünü daha çok ele aldıkları bir döneme girerler. Romantik eşleriyle olan cinsel deneyimler, ilişkilerinin geleceği hakkında karar alma, eve giriş-çıkış saatleri gibi kararları da alabilmektedirler. Her ne kadar ana-babadan daha bağımsız olsalar da hala onların desteğine ihtiyaç duyarlar (Leveque ve Pederson, 2012).

Beliren yetişkinlik döneminde ebeveynlerle olan ilişkiler değişebilir ve gelişebilir yani sabit ve değişmez değildir. Ebeveyne ulaşılabilirlik, açık iletişim kurabilmek de aradaki ilişkinin kalitesini yükseltir ve ana-babaların beliren yetişkinlerin risk davranışları üzerindeki kontrolünü arttırır. Bu kontrol zorlama, baskı gibi sağlıksız bir iletişimle sağlanan kontrol değildir, önceden kurulan sağlıklı iletişimin bir sonucu olarak beliren yetişkin risk davranışlarını ebeveyn desteğiyle azaltabilecektir. Bu sağlıklı iletişim bireyin yalnızlık ve umutsuzluk düzeyi ve bireyin öz saygısı, benlik değeri ile de karşılıklı etkileşim içindedir. Beliren yetişkinler anne babalarıyla açık iletişim kurduğunda ve pozitif bir ilişki geliştirdiğinde bu durum beliren yetişkinlerin ruhsal süreçlerini de etkilemektedir (Lefkowitz, 2005).

Beliren yetişkinin ebeveyni ile kurduğu ilişkiler, ebeveyn kabulü ve reddi teorisinde(PARTheory), bağlanma kuramında, ebeveynin çocuk yetiştirme

tutumlarında oldukça önemli bir yer tutmaktadır (Taştan, 2013). Rohner'ın (2005) PARTheory kuramı, çocukluk ve beliren yetişkinlik döneminde bireyin algılanışının ve bilişsel, davranışsal, sosyal ve duygusal gelişimlerinin sonuçlarının ortaya koyulduğu sosyal bir kuramdır. Çocukluk dönemindeki ebeveyne güvenli bağlanma stilinin anne babalardaki sıcak ve ılımlı tutumlarla ilişkili olduğu, güvensiz bağlanmanın ise ebeveynin reddedici, soğuk,tutarsız ve negatif davranışlarla ilgili olduğu bilinmektedir (Taştan,2013). Yapılan çalışmalar ılımlı ve ilgili ebeveyn tutumunun düşük depresyon ve yüksek öz-değer düzeyiyle ilgili olduğuna, soğuk ve kontrollü ebeveyn tutumlarının ise negatif ruhsal sağlık sonuçlarına yol açtığını göstermektedir (Mikulincer ve Florian, 1998 ; akt. Taştan, 2013). Beliren yetişkinler çocuklukta ebeveynleriyle kurdukları bu ilişkileri sosyal çevrelerine de yansımakta, güvensiz bağlanma sergileyen bireyler çevreyle girdikleri etkileşimlerde sorun yaşayabilmektedirler.

Bu anlamda beliren yetişkinlerin aileleriyle kurdukları ilişkinin niteliğine bağlı olarak gelecek beklentisi düşük, kaygılı, umutsuz ve başkalarıyla sosyal etkileşimlerden kaçınarak yalnızlaşma eğilimi sergiledikleri ifade edilebilir.

2.1.4.2. Beliren Yetişkinlerin Arkadaşlık İlişkileri

Beliren yetişkinlerin bu dönemde girdikleri yeni rollerden biri de artık farklı bir ortamda bulunuyor olmalarıdır. Kurdukları arkadaşlıklar kendilerine yakın dünya görüşü gibi bazı temel inançlarla paralellik gösterebilmektedir. Beliren yetişkinler arkadaşlarıyla fikir alışverişleri yapmakta ve yeni etkileşimler

içinde bulunmaktadırlar. Ancak bu etkileşim gerçekleşmediğinde yalnızlık ve sosyal geri çekilme baş göstermektedir ve bu geri çekilme beliren yetişkinlerin utangaç ve asosyal olmalarına sebep olmakta bunun sebebinin de başkalarıyla olduklarında hissettikleri korku ve kaygı duyguları olabilmektedir (Barry ve ark., 2013a). Bu duyguların sebebinin, beliren yetişkinlerin dünya görüşleriyle, kimlik keşfi süreçleriyle ve aileleri ile kurdukları ilişkinin niteliği ile ilgili olduğu ifade edilebilir. Bu yaşantılar doğal olarak arkadaşlarıyla kurdukları ilişkileri ve yeni sosyal etkileşimlerini de önemli ölçüde etkilemektedir.

Arkadaşlıklar, tüm ömür boyunca, psiko-soyal gelişimi önemli ölçüde etkilemektedir.Arkadaşlıkların önemli olma sebebi, kurulan yakınlık, dostluk ve sosyal destek gibi duygulara yarar sağlamasından kaynaklanmaktadır (Barry, Chiravalotti, May ve Madsen, 2013b). Ayrıca arkadaşlar beliren yetişkinlik dönemindeki kimlik keşfi sürecine, yeni fırsatlar ve olanaklar dönemindeki gelişime de katkı sağlamakta, birbirlerini kişisel gelişimde ilgilerinin ve fikirlerinin gelişiminde ve yeni aktivitelere katılma konusunda yüreklendirmektedir (Barry ve ark., 2013b). Bu desteğin yalnızlık ve umutsuzluk duygularını da önemli ölçüde etkilediğini, gelecekle ilgili beklentilere ve kariyer planlamalarına etki ederek umutsuzluk düzeyini ve sosyal etkileşimleri güçlendirerek de yalnızlığı azalttığını ifade edilebilir.

Baumgarte ve Nelson (2009) beliren yetişkinlik dönemindeki arkadaşlıkların ciddi romantik ilişkilerin gelişiminde de önemli rol oynadığını

belirtmişlerdir. Bireyin kendini keşfettiği, başkalarını anladığı, yeni etkileşimlerde bulunarak pek çok yeni roller edindiği bir süreçte olduğundan kurduğu arkadaşlıklar, romantik ilişkiyi başlatma sürecini de etkilemektedir.

Tıpkı aile ile kurulan ilişkinin niteliğinde olduğu gibi kurulan arkadaşlık ilişkisinin niteliği de bireyin daha az kimlik problemi yaşaması, yalnızlık ve umutsuzluk düzeyleri ve öz saygı ile yakından ilişkilidir (Hartup ve Stevens, 1997 ; akt.,Barry ve ark., 2013b). Birey ailesiyle kurduğu ilişkinin niteliğine göre bu durumu sosyal etkileşimlerine yansıttığından bu iki durumun paralellik göstermesi doğal bir durum olmaktadır. Daha çocukluktan ailesiyle kurduğu sağlıksız ilişkileri üniversite yıllarında sosyal çevresine taşıyan bireylerin, sosyal çevresiyle kurdukları sağlıksız ilişkiler, beliren yetişkinin psiko-sosyal uyumunu önemli ölçüde etkilemekte, kişi çevresiyle sorunlar yaşadığında yalnızlaşmakta ve böylece kimlik keşfi süreci, hayata ve dünyaya dair fikir gelişimi, önüne çıkan olanakları değerlendirme şekline bağlı olarak umutsuzluk düzeyi ve romantik yakınlığı başlatma süreçleri bundan olumsuz etkilenmektedir (Barry ve ark., 2013b).

2.1.4.3.Beliren Yetişkinlerin Romantik İlişkileri

Romantik yakınlığı başlatmak, romantik yakınlığı sürdürmeni ve kimlik keşfini gerçekleştirmenin ön koşulu olarak görülmektedir (Eryılmaz ve Ercan, 2010). Eryılmaz ve Atak (2009), çalışmalarında beliren yetişkinler için, romantik yakınlığı başlatmanın beş temel belirleyicisi olduğu sonucuna varmışlardır.

Bu evreler;

- **Kendilik Algısı;** Kişinin kendine ilişkin, sempatiklik, çekicilik ve akıllılık gibi kişisel yeterliliklere ilişkin değerlendirmeler yaptığı aşamadır.
- **Davranışsal Yakınlık;** İlgi duyduğumuz kişiyle sinemaya gitme, yemek yeme, telefonda konuşma gibi davranışlarımızdır.
- **Duygusal ve Bilişsel Yakınlık;** Karşımızdaki kişinin duygularını anlamayı ve duygularımızı paylaşmayı içerir.
- **Kendilik Bilgisi;** Karşımızdakinin duygu ve düşüncelerini yargılamamayı, saygı duymayı ve dürüstlüğü içerir.
- **Romantik Sözelleştirme;** Karşımızdakine anlamlı romantik sözler söylemek, şiir yazmak gibi yakınlık göstergelerini içerir.

Çoğu birey için 20'li yaşlar deneyimlerin, öğrenmenin, romantik yaşam alanlarındaki bireysel kültür etkileşiminin, iş alanlarındaki değişimlerin çalkantılı olarak yaşandığı yıllardır. Arnett (2000) beliren yetişkinlik dönemini yaşamın en iradeli yılları olarak tanımlar. Beliren yetişkinin romantik ilişkileri, onun kimlik keşfi dönemine önemli katkılar sağlamaktadır. Uygun kişiyi seçmeye çalışma, kendi hakkında ve diğerleri hakkında düşünme, başkalarının duygularını anlamaya çalışma bunların hepsi beliren yetişkin için önemlidir. Bu yüzden de beliren yetişkinin romantik ilişkileri çok sabit ve kararlı değildir. Beliren yetişkinler için bu romantik ilişkilerde cinsellik önemli olsa da , romantik

yakınlık sadece cinsel çekimi değil, aynı zamanda, değerleri,inançları, umutluluğu, ve tercihleri de içermektedir (Atak ve Ercan, 2010).

İnsan toplumsal bir varlık olduğundan bağlanma, yakınlık kurma gibi ihtiyaçlar hissetmektedir. Stenberg(1999), yakınlığı, yakın arkadaşlık ve bağlanma olarak görmektedir. İnsanın bu doğal ihtiyaçları bireyi romantik ilişki kurmaya, bu ilişkide derin bir yakınlık ve bağlanma duygusuna yöneltmektedir. Erikson'un(1968) psiko-sosyal gelişim kuramına baktığımızda, yetişkinliğe ilk adım atılan yıllar olan beliren yetişkinlik döneminde diğerleriyle derin kişisel bağlanmalar gerçekleşmediğinde bireyler yalıtılmışlık yaşarlar ve kendilerine odaklanarak, sosyal etkileşimler de dahil ilişkilerde bir uzaklaşma eğilimi gösterirler. Burada bahsedilen yalıtılmışlık ve uzaklık kavramlarının yalnızlık kavramıyla paralellik gösterdiği söylenebilir.

Bir başka insanla romantik yakınlığı başlatma ve sürdürme yeteneği, beliren yetişkinlerin sağlıklı bir kimlik keşfi için önemli ölçütlerden biridir (Arnett, 2000). Kimlik keşfi sürecinde birey kendini tanımakta, ailesini ve tüm sosyal ilişkilerini değerlendirebilmekte, ilgilerinin, isteklerinin farkına varmaktadır. Bu anlamda bu süreç romantik ilişkileri ve arkadaşları olduğu kadar yakın ilişkilerin diğer öğesi olan aileleriyle ilgili değerlendirmelerini de etkileyen önemli bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır.

2.2.Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Açıklamalar

Bu bölümde yalnızlık kavramının daha iyi anlaşılması amacıyla yalnızlığa ilişkin kuramsal açıklamalara, yalnızlık ile ilgili tanımlara ve yalnızlığı etkileyen etkenlere yer verilmiştir.

2.2.1. Yalnızlık Kavramı ve Yalnızlık ile ilgili Tanımlar

İnsanlar tüm hayatları boyunca diğer insanlarla etkileşim ve ilişki kurma ihtiyacı duyduklarından, yalnızlık, insanların yaşadığı varoluşsal bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak bireyler bazen, aileleriyle olan ilişkilerinin niteliği gibi etkenlerden kaynaklı, toplumsal ilişkilerinde sorunlar yaşamakta ve bireyin kendisini sosyal çevresinden soyutlamasına sebep olmaktadır. Böylece bireyler, kendilerine sıkıntı veren ve acı bir durum olarak görülen yalnızlığı yaşamaya başlamaktadırlar.

Yalnızlıkla ilgili Peplau ve Perlman'ın tanımı en genel ve en kabul gören tanım olarak kabul görmektedir. Peplau ve Perlman'a göre (1984) yalnızlık, bireyin mevcut sosyal ilişkisi ile istediği sosyal ilişkisi arasındaki tutarsızlık sonucunda oluşan ve hoş olmayan öznel, psikolojik bir durumdur.

Diğer tanımlara bakacak olursak;

Rook (1984), yalnızlığı “bireyin diğerleri tarafından anlaşılmadığı, onlara yabancı kaldığı ya da onlar tarafından reddedildiği ve/veya özellikle sosyal bütünleşme duygusu ve duygusal

yakınlık kurmak için olanaklar sunan arzu edilen etkinlikleri gerçekleştirmek için uygun sosyal partnerlerin yokluğu durumunda yaşanılan, süreğen duygusal zorlanma" olarak tanımlamıştır.

Sullivan (1953), yalnızlığı diğer insanlarla yakınlık kurma ihtiyacının yeterince giderilememesi sonucu ortaya çıkan oldukça nahoş, rahatsız edici bir yaşantı olarak tanımlamaktadır (Aktaran: Duy, 2003). Sullivan için insan toplumsal bir varlıktır ve doğumdan sonra toplumsallaşma sürecine girmektedir. İnsan daha çocukken yakın ilişkiler kurmaya başlamakta ancak bu dönemlerinde yakın ilişkileri kuramazsa, diğer dönemlerini de etkileyecek olan, umutsuzluğun da eşlik ettiği yoğun bir yalnızlık yaşaması kaçınılmazdır (Aktaran: Eren, 1994).

Weiss (1987b), yalnızlığı, kişinin ihtiyaç duyduğu sosyal ilişkilerin olmamasıveya değişik sosyal ilişkileri bulunmasına rağmen, bu ilişkilerde yakınlığın, içtenliğinve duygusallığın bulunmamasına gösterilen bir tepki olarak değerlendirmiştir. Weiss (1987a) yalnızlığı duygusal sosyal yalnızlık olarak ikiye ayırmakta, duygusal yalnızlığın aile ve özel arkadaşlarla ilişkili olduğunu belirtmekte, sosyal yalnızlığın ise sosyal ortamdaki arkadaşlıklarla ilişkili olduğunu ifade etmektedir.

Yalnızlıkla ilgili tanımlarda yalnızlığın nahoş ve istenmeyen bir duygu olduğu görülmektedir. Yetişkinliğe adım atılan beliren yetişkinlik döneminde yalnızlığın nedenleri arasında, aile ilişkileri, sosyal çevre ve bireyin bu dönemde yaşadığı diğer sorunların yer aldığı ifade edilebilir (Arslan ve ark., 2011).

2.2.2.Yalnızlıkla ile ilgili Kuramsal Yaklaşımlar

Yalnızlık kavramı pek çok şekilde açıklanmaya çalışılmış ve üzerine pek çok tanım yapılmıştır. Bu kavramı daha iyi anlayabilmek için, yalnızlık ile ilgili temel kuramsal yaklaşımlara bakmak yararlı olacaktır. Bu bölümde yalnızlık ile ilgili PsikodinamikYaklaşım,Varoluşçu Yaklaşım , Bilişsel Yaklaşım ve Bilişsel Davranışçı Yaklaşım olmak üzere dört temel yaklaşım ele alınmıştır.

2.2.2.1.Psikodinamik Yaklaşım

Psikodinamik yaklaşım pek çok olguyu açıklayan ilk yaklaşım olarak karşımıza çıkmaktadır ve yalnızlıkla ilgili ilk kuramsal açıklamalar da yine bu yaklaşımdan gelmektedir. Freud'un ortaya koyduğu gelişim dönemlerine baktığımızda, kişiliğin ve patolojik sorunların altında bebeklik ve çocukluk dönemi yaşantılarının yattığını görmekteyiz (Geçtan, 2010). Freud'a göre bireyin temel güven duygusunu kazandığı dönem oral dönemdir (Murdock, 2012). Bu dönemde bebek ilk bakıcısına ya da annesine güven duymayı öğrenir ve bu güven duygusunu ileride kuruduğu ilişkilerine de yansıtır (Geçtan, 2010). Oral dönemi takip eden anal dönemde ise çocuğun aldığı tuvalet eğitimi başarıyla ve anne ile uyum içerisinde atlatılırsa, çocuk özerk ve bağımsızlık özelliklerini kazanarak yine bunu ilerideki ilişkilerine de yansıtır.Freud'un genital döneminedenk gelen ve bu dönemin devam ettiğini ileri sürdüğü 18-35 yaş dönemi Erikson'da genç yetişkinlik dönemine denk gelmektedir. Freud'a göre bu dönem başarı ile atlatıldığında birey, başka insanlarla etkileşime girer ve sevme konusunda özgür

olur. Erikson'a göre ise, bu dönemdeki bireyin gelişim görevi kişisel ilişkiler kurmaktır. Bu dönem başarı ile atlatılmadığında birey yabancılaşma ve izolasyon yaşar (Corey, 2008).

Zilboorg (1938) yalnızlığın ilk psikolojik analizini yapmıştır (Aktaran: Peplau ve Perlman,1982). Zilboorg yalnızlığın patolojik bir durum olduğunu belirterek bireylerde kendilik sevgisi, büyüklük ve düşmanlık gibi üç temel güdü olduğunu ileri sürmüştür.

Psikodinamik yaklaşımın bir diğer temsilcisi From-Reichmann (1980), insanlar için acı verici ve korkutucu olan yalnızlığın, insanın kurtulması gereken bir duygu olduğunu ve bu yalnızlık duygusundan kaynaklı acı çeken insanın aynı zamanda umutsuzluğa da sürüklendiğini belirtir.

Sullivan(1953), yalnızlığı yakınlık kurma ihtiyacının yeterince giderilememesi sonucu ortaya çıkan rahatsız edici ve nahoş bir durum olarak tanımlar ve yalnızlığın köklerinin bebeklik dönemine kadar uzadığını belirtir (Aktaran: Duy, 2003). From-Reichman da Sullivan gibi, yalnızlık duygusunun köklerinin bebeklik dönemine kadar uzadığını ifade etmektedir. Yalnızlıkla ilgili psikodinamik yaklaşımların kökeninde bebeklik ve çocukluk yaşantılarımızın olduğu vurgusu vardır. Bu anlamda beliren yetişkinlerin hissettiği yalnızlık duygusunun ilk yaşantılarından, aileleriyle kurdukları ilişkiden pay aldığı ve bunu hem aile ilişkilerine hem de sosyal ilişkilerine yansıttıkları söylenebilir.

2.2.2.2.Varoluşçu Yaklaşım

Varoluşçu yaklaşıma göre insan her zaman yalnızdır ve varoluşçu yaklaşım, yalnızlığı olumlu bir yaşantı olarak değerlendirilmektedir. Varoluşumuzun temelinde yatan insanın ölümlü olduğu, sorumlulukları ve özgürlüğü gibi temel konuları kabul etmesi gerektiği gibi yalnız olduğu gerçeğini de kabul etmesi gerekmektedir. İnsan, insan olduğu için her zaman ve nihayette yalnızdır (Murdock, 2012). Tillich (1980), insanın bu yalnızlığının farkında olması gerektiğini ifade eder. Bireyin özgürlüğünün ve bağımsızlığının altında başkalarından ayrı olduğunu kabul etmesi yatmaktadır.(Aktaran: Duy,2003).

Varoluşçular, kendimize yönelerek ve ayrılık duygusunu yaşayarak güç elde edebileceğimizi savunmaktadırlar. Bireyin onay almak için kimseye ihtiyaç duymadığını fark ettiğinde yalnızlığın başladığını ve gerçekten başkalarıyla birlikte olmadan önce, kendi başına kalabilmesi gerektiğini vurgular (Corey, 2008).

2.2.2.3.Bilişsel Yaklaşım

Bilişsel yaklaşımda tüm ele alınan patolojik durumlar gibi yalnızlık da bireyin olmasını istediği ve gerçekte olan sosyal ilişkileri arasındaki farkı algıladığında ortaya çıkmaktadır (De JongGiervel, 1978, Lopota, 1969 ; akt.,Peplau ve Perlman, 1982). Bireyler yalnızlıklarına ve kişilerarası

başarısızlıklarına ilişkin olumsuz yüklemelerde bulunabilmekte ve bu olumsuz yüklemeleri değişmez olarak algılayabilmektedirler.

Peplau ve Perlman (1982), bilişsel süreçlerin yalnızlık yaşantısındaki önemini belirtmişlerdir. Bireyin sosyal ilişkilerini ve kendisini nasıl algıladığı ve değerlendirdiği önemlidir. Birey sosyal ilişkilerinde doyumsuzluk algıladığında yalnızlık ortaya çıkmaktadır. Yalnızlığın azaltılması da, yalnızlığı yaşayan bireylerin akılcı olmayan inançlarının ele alınmasıyla başlamaktadır.

2.2.2.4.Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım

Bilişsel-Davranışçıterapi kuramcıları yalnızlık kavramına çok fazla değinmeseler de Young'un bu konuda açıklamaları olmuştur. Kellogg veYoung (2008), bireylerin kendilerine ve dünyalarına ilişkin doğru olduğunu kabul ettikleri şemaların, işlevsel olmayan ilk çocukluk yaşantılarıyla ve aile üyeleriyle ilişkili olduğunu ve bu şemaların ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde de devam ettiğini ileri sürmüşlerdir (Aktaran: Sharf, 2014). Bu uyumsuz şemalar bireyde endişe ve kaygı yaratmakta ve bu duygular bireyin yakın ilişkilerini de etkilemeyerek yalnızlık yaşamalarına neden olabilmektedir (Sharf, 2014).

Young (1999), erken çocukluk dönemindeki uyumsuz şemaları beş alanda sınıflandırmıştır. Bunlar;

Kopma ve Reddetme; Bireyin, güvenlik, bakım, kabul ve empati gibi beklentileri doğrultusunda karşılayamayabileceği ihtiyaçlarına ilişkin inançlarını ifade eder. Bireyin, yakın ilişkilerine ilişkin yüksek beklentileri vardır ve bu beklentiler

gerçekleşmemesi onları hayal kırıklığına uğratacağından, birey yakın ilişkilerinden uzak kalmayı seçebilir.

Bozulmuş özerklik ve performans; Sorumluluklarını yerine getiremeyen ya da bağımsız olarak işlev gösteremeyen ve bu başarısızlığına devam edecek olan bireyler için önerilen şemalardır.

*Dıştan Denetimlilik ve performans;*Birey sevilmek için başkalarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarından üstün görür. Birey kendini sevilmeye layık görmediğinden dolayı bu şekilde bir tutum sergiler.

Bozulmuş sınırlar; Başkalarının haklarına saygı gösterme, dayanışma ve davranışlarını sınırlandırmada zorlukla ilgili şemaları içerir.

Aşırı temkinlilik ve engeller; Duyguların bastırılması, yüksek beklentiler belirleyip bu beklentilerin karşılanması gerektiği yönündeki inançlarıdır. Birey güven problemi yaşayarak başkalarına güvenmekten kaçınarak temkinli davranır ve bunun da bireyin sosyal etkileşimini önemli ölçüde etkilediğini söyleyebiliriz.

Young(1982)'e göre **y**alnızlığın önlenmesi yalnız bireylerin akılcıolmayan inançlarının ele alınmasıyla başlamaktadır ve çalışmalarında bu tür inançlara sahip bireylerin, kendilerini değerlendirmelerini ve inançlarınıyeniden düzenlemelerini amaçlamıştır (Akt: Özatça, 2009).

2.2.3.Beliren Yetişkinlik Yalnızlık İlişkisi

Yalnızlık, ileriki yaşlardan çok ergenler ve şuan beliren yetişkinlik olarak tanımlanan genç yetişkinler arasında sık bir biçimde yaşanan bir duygu olarak karşımıza çıkmaktadır (Janes ve Carver, 1991 ; akt., Çeçen, 2008).

Cutrana (1982) genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin yalnızlık yaşantılarının aileden çok, sosyal ilişkiler ve arkadaşlıklarla ilgili olduğunu belirtmektedir (Aktaran: Çeçen, 2008). Her ne kadar genç yetişkinlerin yalnızlık yaşantıların daha çok arkadaş ilişkilerinden etkilense de ailenin bu yaşantıya önemli ölçüde etkilemesi kaçınılmazdır. Bulloc(1993), sıcak ve sevecen ailelere sahip olup, aileleri tarafından desteklenen çocuklarda yalnızlık düzeyinin düşük olduğunu belirtmiştir (Aktaran: Çeçen,2008).

Bireylerin aileleri ile kurdukları ilişkilerin sağlıklı ve sağlıksız niteliğine göre, bireyler çevreyle kurdukları ilişkilere bu durumu yansıtmakta, bazen etkileşime girmekten kaçınarak yalnızlaşmaktadır (Buluş,1997).

Çeçen (2008) yaptığı çalışmada, ebeveynlerinin tutumlarını eşitlikçi algılayan bireylerin yalnızlık puanlarının, ebeveyn tutumunu baskıcı algılayan bireylere göre daha düşük olduğunu ve en yüksek yalnızlık puanlarının da ebeveyn tutumlarını baskıcı-otoriter algılayan bireyler olduğunu göstermiştir. 521 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bu çalışma, algılanmış ebeveyn tutumlarına göre, yalnızlık düzeylerinin farklılaştığını ortaya koymuştur.

Anne-baba tutumları incelendiğinde, araştırma bulguları, anne-babanın reddetme ve aşırı koruma ile birlikte duygusal olamamasının, bireyin toplumsal ortamlarda değerlendirilme kaygısını, dolayısıyla da bireylerin sosyal etkileşimlerinde sıkıntılar yaşayabileceklerini ortaya çıkarmıştır.

2.3.Umutsuzluk

2.3.1. Umutsuzluk Kavramı ve Tanımları

Umut, ummaktan doğan duygu olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2014b). Umudun karşıtı umutsuzluk ise gelecekle ilgili yüksek kaygıyı düzeleceği veya iyileşeceği sanılmayan hissi ve bireyin dünyaya ilişkin karamsar bakışını içerir.

Teorik olarak baktığımızda, umut kavramına yüklenen anlamlar şu şekildedir (Aktaran: Şahin, 2009);

Romera (1989), amaca ulaşma beklentinin duygusal bir öğesi olarak,

Rideout ve Montemuro (1986), umudu bireyin gelecekle ilgili bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan fazla beklentileri olarak,

Miller (1985) ise, duygu, beklenti ve istek olarak tanımlamaktadır.

2.3.2. Umutsuzluk ile ilgili Kuramsal Açıklamalar

İnsanlar, kendilerine ve dünyalarına ilişkin olumsuz düşünceler beslediklerinde, benliklerini olumsuz, değersiz, yalnız ve yetersiz olarak değerlendirmeye başlar (Sharf, 2014). Bilişsel yaklaşımda umutsuzluk bu bağlamda ele alınmaktadır. Umutsuz bireyler, geleceklerine ve kendilerine ilişkin karamsar bir bakışa sahiptirler ve dünyalarını, zor beklentilerine ve amaçlarına ulaşmada mani olarak, engellerle dolu bir dünya olarak görmektedirler (Sharf, 2014).

Bilişsel yaklaşımın ilk versiyonlarında, kişilik kuramına yoğunlaşılmamışsa da, son dönemlerde Beck ve Weishaar (2004) sosyotropi ve otonomi olmak üzere iki genel kişilik eğilimi ileri sürmüştür (Aktaran: Murdock, 2012). Sosyotropisi

yüksek olan bireyler, kendilik değerlerini oluştururken, başkalarıyla olan ilişkilerine bakarken, otonom bireyler ise, özgürlük ve hakimiyeti ön planda tutarak, benlik saygılarını, başarı ve kontrol üzerine kurarlar (Clark ve Beck 1999 ; akt.,Murdock, 2012).

Dolayısıyla, sosyal ilişkilerde yaşanan çatışmalar, bireyin benlik algısına ilişkin değerlendirmelerini etkilemekte, bunun sonucunda birey kendini olumsuz değerlendirecektir ve yalnızlığa ve umutsuzluğa sürüklenecektir. Zaten bilişsel yaklaşımın temelinde, bireyin kendine ve yaşantılarına ilişkin olumsuz yüklemeleri yatmaktadır.Bu olumsuz yüklemeler insanlarda çarpıtılmış bilinçlerden kaynaklı değişmesi zor şemalardan oluşmaktadır. Beck (2005), berbat bir insanın şemasında; çaresizlik, sevilmemek ve değersizlik olmak üzere, üç temel olumsuz kendilik inancının olduğunu belirtmektedir.

Umutsuzluğa ilişkin bilişsel yaklaşım, olumsuz düşünceler ile çalışılması gerektiğini savunur. Bu olumsuz düşünceler bireyin geleceğe ilişkin kaygıları ve kendisiyle ilgili olumsuz düşüncelerinden kaynaklı sorunları kapsamaktadır.

2.3.3. Beliren Yetişkinlik ve Umutsuzluk İlişkisi

Ülkemiz nüfusunun büyük kısmını oluşturan beliren yetişkinler, kendi bedeninde olan değişim ve gelişmeye uyum sağlamaya çalışırken, bir yandan da toplumun kendisinden beklentilerine cevap verme ve toplumsal rol ve kurallarına uyum sağlamak zorunda kalmaktadır (Özoğlu, 1985, Yörükoğlu,1990 ; akt., Şahin, 2009).

Beliren yetişkinler ailelerinden ayrılarak yeni bir ortama gelmişlerdir. Hem üniversite ortamına hem de yabancı bir yere uyum sağlamaya çalışmaktadırlar. Yeni etkileşimler kuran beliren yetişkin, ailesinde kurduğu iletişim şekillerini bu dönemdeki yeni ilişkilerine de yansıtabileceğini söyleyebiliriz. Bu anlamda aileyle kurulan ilişkiler bu yeni yaşantısında büyük önem taşır. Buna ek olarak beliren yetişkinler yeni rollerine alışırken gelecek kaygısı, sosyal destek, ekonomik problemle gibi bazı sorunlarla karşılaşabilmektedir (Şahin, 2009). Beliren yetişkinlerin eğitim ve öğretimde karşılaştığı bu sıkıntılar umutsuzluk düzeyini arttıran etkenler olarak karşımıza çıkmaktadır (Özmen ve ark., 2008).

Tüm bunlara ek olarak beliren yetişkin, bu süreçte deneyimlerine de farklı anlamlar yükleyebilmekte, gelecekle ilgili yoğun umutsuzluklar ve sıkıntılar yaşayabilmekte ve sorunlarına çözüm bulmada kendini yetersiz hissedebilmektedir. Tüm bu faktörler beliren yetişkinleri umutsuzluğa sürüklemektedir (Şahin, 2009).

2.4. Aile ile İlgili Tanımlar ve Kuramsal Açıklamalar

2.4.1. Aile ile İlgili Tanımlar

Aile, idealize edilen sosyo-kültürel bir yapıdır ve devlet politikası olarak da korunur. Aile,toplumun bir parçası olarak toplumun değerlerine, normlarına ve yapısına bağlı buna karşın kendi içerisindeki ilişkileri ve etkileşimi oluşturan bir sistemdir (Kağıtçıbaşı, 1996).

Aile; ortak bir geçmişi, şimdiki zamanı ve gelecekten beklentileri paylaşan bir grup insanın karşılıklı ilişkiler sistemini temsil eder (Sübaşı, 2007).

Türk toplumunda aile, evlilik bağıyla başlayan, akrabalık ve sosyal bağlarla birbirlerine bağlanan, çeşitli rollere sahip, birbirlerini etkileyen, çoğunlukla aynıevde yasayan fertlerden oluşan, üyelerinin cinsel, psikolojik, sosyal, kültürel ve ekonomik ihtiyaçlarınıkarşılayan, yaşanılan topluma uyumu sağlayan, toplumun temel bir birimi olarak tanımlanmaktadır (Özgüven, 2001).

Aile, birbiriyle etkileşim içinde olan sosyalleşme değerleri ve aile etkileşimi olmak üzere iki alt sistemi içerir. Sosyalleşme değerleri, bağımlılık-bağımsızlıkla, bireye veya gruba verilen önemle, çocuğun ekonomik veya psikolojik değerlerini kapsarken, aile etkileşimi ise ana-baba tutumları ve bunun sonucunda oluşan benliğin gelişimini kapsar (Kağıtçıbaşı, 2010).

2.4.2. Aile Sistemi ile İlgili Kuramsal Açıklamalar

Aile alt sistemleri, çocuk yetiştirmede ve kişilerarası ilişkilerdeki sosyalleşme değerleri ve etkileşim biçimleridir. Aile yapısı, hem aile işleyişinin bağlamı hem de genel olarak aile sisteminin bir parçası olarak görülebilir (Kağıtçıbaşı, 2010).

2.4.2.1. Aile Değişimi Kuramı

Aile değişimi kuramında, Kağıtçıbaşı (2010), ana-babalık yaklaşımlarını Baumrid'in, yetkeci, yetkeli ve serbest tutum olarak belirlediği tutumlara yakın bir şekilde açıklamaktadır. Kuramı bağımlılık ve bağımsızlık modeli olmak üzere iki modelden oluşmaktadır;

Bağımlılık Modeli: Bu model ataerkil aile yapılarında, birbirleriyle çok sıkı aile ilişkilerinin olduğu, geleneksel kırsal toplumlarda görülmektedir. Kağıtçıbaşı,

bağımlılık modeli gösteren ailelerin, yapısal geniş aile ve işlevsel geniş aile olmak üzere iki tür aile özelliği sergilediğini belirtmiştir. İşlevsel geniş ailelerin yapı bakımından çekirdek yapıda olsalar da evde yiyecek üretme, tarımsal üretim-tüketim, çocuk bakımı gibi aile işlevlerini paylaştıkları için geniş aile görünümünde olduklarını kuşaklararası bağlılığı yakın akraba ilişkileriyle sağladıklarını ifade etmiştir.

Bu modelde, yaşlanmış ebeveynler için en büyük güvence evlatlar olarak görülmektedir ve en çok bağımlılığın olduğu nokta da evlatlarla olan ilişkilerdir. Önce çocuk, ana-babaya bağımlı olmaktadır. Sonrasında ise, yaşlanmış ana-baba çocuğuna bağımlı olmaya başlar ve bu bağımlılık ilişkisi anne babanın çocuğunu itaate yönelik sosyalleştirme ve otoriter yetiştirmesiyle sağlanmaktadır.

Bağımsızlık Modeli: Bağımsız aile modelinde ailede bireycilik egemendir ve model aile üyelerinin birbirinden bağımsız ve ayrışmış olması üzerine kuruludur. Buradaki sosyalleşme değerleri ve aile etkileşimine baktığımızda; bağımsız, ayrışmış ve belirgin sınırları olan bir benlik gelişimi görürüz. Yani bireyler benliklerini olduğu gibi ortaya koymuş ve aile üyelerinin birbirlerine müdahalesinin çok az olduğu bir modeldir. Bağımsız aile modelindeki aileler, bağımlı modelden farklı olarak çocuk yetiştirmede denetime daha az yer verir ve serbest ana- baba tutumları gözlenir. Bu yetiştirme tarzının çocuğun özerkliğine katkısı büyüktür.

2.4.2.2. Bowen'ın Kuşaklararası Yaklaşımı

Bowen'ın (1966) psikodinamik bir bakışa sahip sistem kuramı yaklaşımında, ailenin duygusal sistemleri, anne-babaların aileleri hatta büyükanne ve büyük babanın ailelerinin aile dinamikleri ele alınmaktadır. Aile üyelerinin duygusallıklarını birbirlerine nasıl yansıttıkları ile ve duygusallığa sahip olan bireyin ailenin diğer üyelerine tepkisinin nasıl olduğuyla ilgilenmiştir. Bowen kuramının temelini oluşturan sekiz kavramı şöyle açıklamıştır (Aktaran: Sharf, 2014):

Benliğin farklılaşması: Bu kavram duygu ve düşüncelerin ayırt edilmesinin önemini ortaya koymaktadır. Bu ayrımı gerçekleştiren birey kendinin farkındadır ve benlik duygusuna sahiptir Bu ayrım gerçekleşmediğinde ise füzyon/karışma oluşur ve füzyon yaşayan birey aile üyesinin duygularına hükmedilebilmektedir. Bunun sonucunda ise birey gerçek benliğini ortaya koymak yerine yalancı bir benlik geliştirebilir ve bu durum aile içinde sorunlar yaşanmasına yol açabilir.

Üçgen Oluşturma: Ailede bir çatışma yaşandığında, bu çatışmayı hafifletmek için arayan giren üçüncü kişilerin üçgen oluşumuna sebep olduğunu ifade etmiştir. Araya giren üçüncü kişiler her zaman gerginliği azaltmayabilir çünkü gerginliğin azalması araya girenlerin farklılaşma düzeyine ve taraf olup olmamalarına bağlıdır (Nichols, 2008).

*Çekirdek Aile Duygusal Sistemleri:*Farklılaşma düzeyi düşük bireyler evlendiklerinde, yetiştirecekleri çocuğun da farklılaşma düzeyinin düşük olması beklenir. Bireyler farklılaşmayı gerçekleştirip, kendi görüş ve düşüncelerine

uygun kişiler seçtiklerinde bu evdeki çatışma düzeyini etkileyen önemli bir etken olacaktır.

*Ailenin Yansıtma Süreci:*Evli çiftler arasındaki az farklılaşma, çiftler arasındaki gerginliğin artmasına sebep olmakta ve bu gerginlikler çocuğa yansıyabilmektedir. Bu süreç aile yansıtma süreci olarak adlandırılır. Papero'ya (2000) göre bu ortamda yetişen çocuklar duygu ve düşüncelerini ayırt etme sıkıntısı yaşayacaklarından farklılaşma düzeyleri düşük olacaktır. Bitter'e (2009) göre, aile yansıtma sürecinin yoğunluğu, ailenin gerilim düzeyine ve aile üyelerinin ne kadar farklılaştığına bağlıdır.

Duygusal Kopma; Ailenin yaşadığı sıkıntılara ilişkin, çocukların duygusal olarak kendini aileden çekmesiyle ilişkili bir kavramdır. Küçük çocuklarda ve ergenlerde duygusal geri çekiliş aileyle yüzeysel etkileşim kurarak veya odaya çekilmelerle gerçekleşmekte, hatta ergenler üniversiteye gidişi bir kaçış olarak görebilmektedirler.

Kuşaklararası Geçiş Süreci: Bowen aile dinamiklerinin geçmişine çok önem vermiştir. Bu anlamda önceki kuşakların şuan ki aile sistemine etkisi olduğunu ileri sürmüştür. Kuşaklararası geçiş süreci kavramı, dede,büyük dede, büyük teyzeler, büyük amcalar ve diğer akrabaların işlevinin aile patolojisinde büyük bir rol oynadığına işaret eder.

*Kardeş Konumu:*Kız ve erkek kardeşlerin birbirlerine olan davranışlarının aynı zamanda bir partner olarak nasıl davranacakları üzerinde etkisi olmaktadır.

Örneğin; En büyük erkek kardeş, kardeşlerini koruyup kolluyorsa, bu tutumunu eşine ve çocuklarında da sergileyebilir.

Toplumsal Gerileme: Aile toplumun en küçük birimi olduğundan ailelerde yaşananlar toplumu da etkilemiş olmaktadır. Tıpkı ailede farklılaşamama ya da bireyleşme olduğu gibi aydı durum toplumlar için de geçerlidir. Toplumlar da gerginlikler yaşayabilir, farklılaşmama sorunu yaşayabilir. Bu gerginlikler, kıtlık ve sivil ayaklanmalar gibi gerginlikler olabilmektedir. Bu noktada önemli olan liderlerin duygu ve düşünce süreçlerini ayrıştırarak hareket etmesidir.

2.4.2.3. Minchuin'in Yapısal Aile Yaklaşımı

Bu yaklaşımda Minchuin (1974), aile üyelerinin birbirleriyle olan etkileşimlerini, birbirleriyle olan sınırların niteliğini incelemekte ve terapi sürecini de bu ilişkiler üzerinden gerçekleştirmektedir (Aktaran: Sharf, 2014). Bu yaklaşımın vurguladığı diğer bir nokta, bireyin hem kendi görüşlerini, benliğini ortaya koyması, bunu yaparken de aile bütünlüğünü koruması, yani ben-biz dengesini sağlaması gerektiğidir (Nazlı, 2013).

Sharf (2014), Minchuin'in (1974) temel kavramlarını şu şekilde aktarmaktadır;

*Aile Yapısı:*Aile üyeleri arasındaki kimin kiminle nasıl konuşacağı gibi etkileşimler ailenin kurallarını ortaya koyar. Çocuğu kimin okula götüreceği, alışverişi kimin yapacağı gibi kurallar da zamanla aile üyelerinin rollerini belirler (Nazlı, 2013). Anne baba gücü elinde tutmakta, büyük çocuk daha fazla sorumluluk almakta bu ilişkiler ve etkileşimler de kuralların belirlenmesini sağlamaktadır.

Aile alt sistemleri: En belirgin alt sistemler eş, ebeveyn ve kardeş alt sistemleridir. Çocuk dünyaya gelmeden önce oluşturulan eş alt sistemi eşlerin birbirinin ihtiyacını karşımasına dayanmaktadır. Çocuk dünyaya geldikten sonra ise ebeveyn alt sistemi oluşur ve bu alt sistem çocuk yetiştirme amacı taşımaktadır (Nazlı,2013). Kardeş alt sisteminde ise kardeşler birbirleriyle etkileşim kurarlar ve birbirlerinin ihtiyaçlarını karşılamayı öğrenirler. Alt sitemler aile yapısı için oldukça önemlidir.

*Sınır geçirgenliği:*Sınırlar, aile üyelerinin birbirleriyle kurdukları ilişkinin ne kadar esnek ya da katı olduğunu göstermektedir.Belirgin, belirsiz ve katı olmak üzere üç tip sınır vardır (Nazlı, 2013). *Katı* sınır; aile üyelerinin birbirinden kopuk olmasına işarete eder bu yüzden kopuk ailelerde görülmektedir. Bu aileler birbirlerine yardımcı olmaz ve birbirlerini desteklemez (Nazlı, 2013). *Belirsiz sınır;* Aile üyeleri birbirlerinin işine çok fazla müdahale ettiğinden, bu sınır iç içe geçmiş aileleri meydana getirir. *Belirgin sınır;* Minchuin'in vurguladığı ben-biz dengesi bu sınır tipinde gerçekleşir. Aile üyeleri hem bir birey olarak var olmakta, hem de bir bütün olarak biz olabilmektedirler.

Gruplaşma-Güç-Koalisyon: Güç kavramı, aile içinde kararları kimin verdiğine ve kimin uyguladığına işaret eder. Minchuin, eşlerin gücü eşit düzeyde kullanması gerektiğini ifade eder.

Koalisyon , ailedeki iki üyenin üçüncü kişiye karşı birleşmesidir.(Nazlı,2013.)

Gruplaşma(ittifak) ise, aile içinde bir görev yerine getirilirken, üyelerin benzer ya da tezat tavır takınmasıdır (Nazlı, 2013).

Minchuin, bir bireyin gelişiminden ziyade, ailenin gelişimi üzerinde durmuştur. Bowen'ın kuramından farklı olarak geçmiş yerine, şimdi üzerine odaklanmıştır.

2.4.2.4. Yaşantısal Aile Yaklaşımı

Whitaker (1976), aile üyelerinin bilinçdışı davranışlarının sembollerine ve dürtülerine dikkat etmiştir ve ailede yaşanan gerginliğin anlaşılması ve fark edilmesi için, bu yaşantılar ile ilgili terapi sırasında, üyelerin hayal kurmasını önermiştir.(Aktaran: Sharf, 2014).

Nazlı (2013), yaşantısal yaklaşımı savunanların daha çok Gestalt terapinin görüşlerini aile danışmasına aktardıklarını belirtmiştir. Bu yaklaşımda aile üyelerinin davranışlarına ve an'a odaklanılması önceliklidir ve birey kendine ilişkin farkındalığa yaşantıları yoluyla ulaşır.

2.4.2.5. Satir'in İnsancıl Yaklaşımı

İnsancıl yaklaşım, yaşantısal yaklaşımlardan farklı olarak davranışlara değil, algılara odaklanmıştır.Bu yaklaşımı savunanlar, Rogers'ın görüşlerini aile danışmanlığı sürecine aktarmışlardır (Nazlı,2013).

İnsancıl yaklaşım aile ortamı üzerinde durur ve en temel kavramı kendilik değeri kavramıdır. *Kendilik değeri,* başkalarının görüşleri ne olursa olsun, kişinin kendisine verdiği değerin derecesidir (Nazlı, 2013). Kişi kendini severse başkalarını da sevebilir, buna karşın düşük kendilik değerine sahipse, sürekli kaygılı olur, kendine güvenmez ve sürekli başkalarının kendi hakkında ne düşündüğüne odaklanır.

İnsancıl yaklaşım, anne-baba-çocuk arasındaki ilk ilişkilerin önemine vurgu yapmıştır ve bu ilişkilerin benlik üzerinde yapıcı veya yıkıcı etkileri olduğunu bildirmiştir (Nazlı, 2013). Bowen'ın üçgen kavramından farklı olarak, Satir (1972) üçgenin olumlu yönüne dikkati çekmiştir. Bu yaklaşım, anne-baba-çocuk üçlü yapısının destek verici olduğunu, çocukların da bu yapı içinde, diğer insanların güvenilir olup olmadığını, yaşamla nasıl mücadele edeceklerini öğrendiklerini vurgulanmaktadır. Satir, iletişim becerilerinin aile sistemi üzerinde önemli ölçüde etkisi olduğuna dikkat çekmiştir. Sağlıklı iletişim açık, tamamlanmış ve tarafların kendini olduğu gibi ortaya koydukları ilişkilidir (Sharf, 2014).

Bireyler stresli olduklarında dört temel problemli iletişim örüntülerinden birine başvurabilirler. Nazlı (2013) Satir'in dört sağlıksız iletişim biçimini şu şekilde açıklamıştır;

Sakinleştirici iletişim; Bu iletişim tipini gerçekleştiren birey zayıftır ve devamlı özür dileyerek kenara çekilir.

Suçlayıcı iletişim; Aile içinde devamlı başkalarının hatalarını arayan kişi bu iletişim biçimine sahiptir.

Patavatsız iletişim; Aile içinde yaşanan olaylara ilgisiz ve rahatsızlık verici kişilerdir.

*Akılcı iletişim;*Mantıklı, fazla kontrollü ve duygusal davranmayan kişinin kurduğu iletişimdir.

2.4.3. Beliren Yetişkinlik ve Aile Sistemi İlişkisi

Aile sistem yaklaşımlarına baktığımızda ailenin çocuğu yetiştirme biçiminin, bireyin ilerleyen yıllarda kuracağı ilişkilere yansıdığına ilişkin bir vurgu görülmektedir. Beliren yetişkinlik döneminde birey, aşk, iş ve dünya görüşünü oluştururken, ailesinin ve sosyal çevresinin bu süreçte büyük bir öneme sahip olduğunu ifade edilebilir. Kendini umutsuz ve yalnız hisseden beliren yetişkinler, sosyal etkileşimlerden kaçınmakta, ergenlikten farklı bir şekilde geliştirdiği 'kimliğinde' sıkıntılar yaşamaktadır (Şahin, 2009). Çünkü sosyal çevresinden uzak ve geleceğiyle ilgili yüksek kaygılar taşıyan bireylerin, kendilik değeri de bundan olumsuz etkilenebilmektedir. Bowen'ın (1978) belirttiği gibi, birey kendini tam olarak ortaya koyamayarak farklılaşamadığında yalancı benlik geliştirebilmektedir.(Aktaran: Sharf, 2014).

İnsancıl yaklaşım, bireyin benlik değeri ve benlik saygısının aile ile kurulan ilk ilişkilerden etkilendiğine dikkat çekmektedir. Bu anlamda bireyin farklılaşması ile benlik saygısı ve benlik değeri arasında bir bağlantı olduğunu söyleyebiliriz. Beliren yetişkinler de düşük farklılaşma yaşadığında bunun sebebinin geçmişte aileleriyle kurdukları ilk ilişkilerden kaynaklanması Satir'in (1972) insancıl yaklaşımı ile paralellik göstermektedir. Aynı şekilde Bowen da farklılaşmanın bireyin benlik gelişimindeki önemine dikkati çekmiştir. Farklılaşma kavramının bir diğer bağlantısı duygusal kopma olarak karşımıza çıkmaktadır (Aktaran: Sharf, 2014). Beliren yetişkinlik döneminde farklılaşamayan bireyin, ailesiyle duygusal kopma yaşaması olması yüksek bir ihtimaldir. Hatta belki de

üniversiteye gidişi bu duygusal kopmanın bir yansıması olmuştur. Bu durum Bowen'ın kuramındaki duygusal kopma kavramı ile örtüşmektedir. Farklılaşmamış beliren yetişkinlerin bunu romantik ilişkilerini yansıtabileceğini de söyleyebiliriz çünkü Satir'in kuramında düşük farklılaşma gösteren bireyler yine düşük farklılaşma gösteren bireyleri tercih etmektedir (Nazlı, 2013). Beliren yetişkinlik gelecek yıllara atılan ilk adımlar olduğundan, bireyin romantik ilişkisi kuracağı ailenin ilk adımları olacağından, eş alt sistemi bundan payını alabileceği ifade edilebilir. Eş alt sisteminde yaşanan çatışmalar tüm aile sistemini olumsuz etkileyebilmektedir (Sharf, 2013). Bu ailede yetişen çocuk da düşük benlik saygısına sahip olabilmektedir (Nazlı, 2013).

Kısacası beliren yetişkinlik ve aile sistemi ilişkisi, beliren yetişkinin, ailesi ile kurduğu ilk ilişkilerden, kendisinin eşini seçeceği ve bir çocuk sahibi olacağı süreci kapsayan döngüsel bir süreçtir. Bu anlamda aileler yalnız ve umutsuz beliren yetişkinlerin bu duygu durumlarının hem nedeni hem de sonucu olabilmektedir.

2.4.4.İlgili Araştırmalar

2.4.4.1. Beliren Yetişkinlik ve Aile ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Örgün(2000), yaptığı araştırmada sekizinci sınıf öğrencilerinin benlik saygısı, atılganlık düzeyi ve ana-baba tutumlarıarasındaki ilişkiyi incelemiştir. 420 kişilik bir grupla yaptığıaraştırmanın sonucunda, farklıana-baba tutumu algısına sahip öğrencilerin benlik saygısıdüzeyleri arasında anlamlıbir farklılık bulunmuştur. Eşitlikçi-demokratik tutumla yetiştirildiklerini düşünen öğrencilerin, baskıcı-

otoriter ve aşırıkoruyucu tutumla yetiştirildiklerini düşünen öğrencilerden anlamlıdüzeyde yüksek benlik algısına sahip oldukları ortaya konulmuştur.

Aydın ve Öztütüncü (2001), resmi ve özel okulda okuyan 16-17 yaşlarındaki 311 ergenle yaptıkları araştırmada, olumsuz düşünceler, depresyon durumlarıve aile ortamının baskıve kontrolü arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmalarının sonucunda, Türk ailelerinin ergenlik dönemindeki çocuklarınüzerindeki kontrollerinin artışıile ergenlerin uyumsuzluklarında bir artışın gözlenmediği ve ailedeki kontrol artışının ergenlerin olumsuz düşünceleri ve depresyonlarıyla anlamlıbir ilişki göstermediği ortaya konulmuştur.

Topçugil (2002), çocukların aile işlevselliğini ve aile işlevlerinin çocukların psikolojik, sosyal ve fiziksel gelişimlerine etkisini araştırdığıaraştırmasında, Ankara DefterdarlığıGündüz Bakımevine devam eden toplam 100 çocuğu ve ailesini incelemiştir. Veriler, 'Gelişim BasamaklarınıDeğerlendirme dosyası' ve 'Aile Değerlendirme Ölçeği' ile toplanmıştır. Araştırmanın sonucunda ailelerin tümünün sağlıklıişlevler gösterdiklerini, anne ve babaların aile işlevleri açısından benzer özellikler gösterdiklerini, annelerin 'Davranış Kontrolü' boyutunun, çocukların sosyal-duygusal gelişimleriyle ilişkili olduğunu, babanın 'DavranışKontrolü' boyutunun ise çocuğun algılamasınıetkilediğini belirtmişlerdir.

Sübaşı (2007), akademik başarı ailelerin sosyoekonomik düzeyi, anne-baba tutumu, yalnızlık, özsaygı ve iletişim becerileri değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerini ne derece yordadığını incelemiştir. 346 üniversite öğrencisine uygulanan çalışmada, "Etkileşim Kaygısı Ölçeği , Özsaygı Envanteri, Yalnızlık Ölçeği ve İletişim Becerileri Ölçeği" uygulanmıştır. Ölçeklerin analizinde, aşamalı regresyon analizi kullanılmış ve sonuç olarak, öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri yükseldikçe yalnızlık düzeylerinin arttığı, benlik kaygı saygısı düzeyleri düştükçe sosyal kaygı düzeylerinin yükseldiği ortaya konmuştur.

Otlu (2008), 300 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, öğrencilerin depresyon düzeyi ile ailedeki "problem çözme" ,"iletişim", "duygusal tepki verebilme", "gereken ilgiyi gösterme", "davranış kontrolü" gibi aile işlevleri arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Veri toplama amacıyla 'Aile Değerlendirme Ölçeği', 'Beck Depresyon Envanteri' ve 'Kişisel Bilgi Envanteri' kullanılırken, verilerin analizinde ise t-testi, Varyans analizi, Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, aile işlevleri sağlıksız fonksiyon gösterdikçe depresyon puanlarının arttığı ortaya konulmuştur.

Batıgün (2008), yalnızlık ve umutsuzluk değişkenlerinin , kişilerarası ilişki tarzlarının ve yaşamı sürdürme nedenlerinin, cinsiyet değişkenine göre intihar olasılığını yordayıp yordamadığını incelemiştir. 18-60 yaş arası 1003 kişi ile

gerçekleştirilen bu çalışmanın analizi, kadın ve erkekler için ayrı ayrı regresyon analizleri ile sonuçlandırılmıştır. Yalnızlık, umutsuzluk ve hayata bağlılık her iki cinsiyet için ortak yordayıcılar olarak ortaya konmuş, ayrıca kadınlarda besleyici tarz ve sosyal desteğin eksikliği, erkeklerde ise ketleyici iletişim tarzı ve eğitiminin intihar olasılığının yordayıcısı olduğu ortaya konulmuştur.

Palut (2008) yılında yaptığı çalışmada üniversitede okuyan bireylerin düşünme stilleri ve anne-babalarının tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 312 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada çocuklarını kabul eden, ilgili ve psikolojik özerklik sağlayan anne-baba tutumları ile eleştirel, yenilikçi ve hiyerarşist düşünme stili arasında pozitif ilişki bulurken, tutucu düşünme stilinin bu düşünme tarzları arasındaki ilişki negatif olmuştur. Anne-baba tutumları " Anne-Baba Tutum Ölçeği " , düşünme stilleri ise "Düşünme Stilleri Ölçeği" ile tespit edilmiştir.

Çakır (2011) araştırmasında, beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin ego kimlik statüleri(başarılı kimlik, bağımlı kimlik, kimlik arayış ve kimlik kargaşası) ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 301 beliren yetişkinin katıldığı çalışmada, 'Genişletilmiş Objektif Ego Kimlik Statüsü Ölçeği' ve 'Çoklu İyi Oluş Ölçeği' kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda başarılı kimlik statüsünün, yüksek psikolojik iyi olma düzeyini yordadığını, diğer üç

kimlik statüsündeki puanlar yükseldikçe, psikolojik iyi oluş düzeyinin düştüğü bulunmuştur.

Eryılmaz (2011), 506 beliren yetişkinle yaptığı çalışmada, beliren yetişkinlik dönemindeki öznel iyi oluş ve romantik yakınlığı başlatma arasındaki ilişkileri incelemiştir.Çalışmanın sonucunda romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinden kendilik algısı, kendilik bilgisi ve duygusal ve bilişsel yakınlık boyutlarının beliren yetişkinlerin öznel iyi oluşlarını anlamlı düzeyde açıkladığı bulgulanmıştır.

Taştan(2013) çalışmasında, beliren yetişkinlik dönemindekilerin babalarıyla olan ilişkisini ve çatışma çözme süreçlerini incelemiştir.Kırıkkale Üniversitesi'nden 672 beliren yetişkinle yaptığı çalışmasında 'Anne-babalık formu Ölçeği' ve 'Çatışma Çözme Ölçeği' ile verilerini toplamıştır. bu çalışma beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin babalarıyla kurdukları ilişkinin niteliğinin yıkıcı ve yapıcı çatışma çözme stillerini etkilediğini ortaya çıkarmıştır.

Yabancı literatüre baktığımızda son yıllarda beliren yetişkinlik ve aile ile ilgili pek çok çalışmalara rastlanmaktadır. Bunlar şu şekildedir;

Yu ve arkadaşlarının (2006), 725 ergen ve onların ebeveynleriyle gerçekleştirdiği, gençlerin ve ebeveynlerinin algıladıklarıana-baba kontrolü, ebeveyn ergen

iletişimi, gençlik depresyonu ve gençlerdeki riskli davranışlar ile ilgili araştırmalarının sonucunda, depresif gençlerde yaşla birlikte riskli davranma eğiliminde bir artışolduğu, depresif gençlerin aile kontrol algılamalarının anlamlıdüzeyde düşük olduğu ve aileleriyle olan iletişimlerinin depresif olmayan gençlerle karşılaştırıldığında oldukça sağlıksız olduğu görülmüştür.

Reilly(2012), çalışmasında beliren yetişkinlerin romantik ilişkilerindeki bağlanma kaygılarını, çatışma davranışlarını ve depresif semptomlarını incelemiştir.Çalışmaya 18-25 yaş dönemindeki 45 beliren yetişkin katılmıştır. Beliren yetişkinlerin bağlanma uyumluluğu için, 'Yetişkin Bağlanma Ölçeği', çatışma davranışları için 'Çatışma Çözme Davranışı Ölçeği', depresif semptomları için 'Öz-Rapor Depresyon Ölçeği' ve toplanan verilerin analizi için hiyerarşik (aşamalı) regresyon analizi kullanılmıştır. Hem beliren yetişkinlerin hem de onların romantik partnerlerinin bağlanma kaygıları ve saldırma davranışlarının beliren yetişkinlerin depresif semptomları üzerinde anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur. Bağlanma kaygısı ve saldırgan tutumların depresyon düzeylerini arttırdığı ortaya çıkmıştır.

Shirai, Nakamura ve Katsuma (2012), yaptıkları çalışmada, beliren yetişkinlerin zamana uyum sağlamalarının, kimlik oluşumuna nasıl etkisi olduğunu incelemişlerdir. Veriler 'Zaman Uyumu Ölçeği' ve 'Kimlik Statüsü Ölçeği' ile

toplanmıştır. Dengeli zamana uyum sağlamanın, beliren yetişkinlerin kimlik gelişimine katkı sağladığı ortaya çıkmıştır.

Barry, Chiravalloti, May ve Madsen (2013), yaptıkları çalışmada, beliren yetişkinlerin cinsiyetlerinin ve arkadaşlık ilişkilerinin, psikolojik uyumlarıyla olan ilişkisini incelemişlerdir. Amerika'dan dört üniversiteden 792 öğrenci ile yapılan çalışmada, kadın beliren yetişkinlerin erkeklerden daha yüksek düzeyde, öz-saygı, kimlik kararlılığı, sosyal fiziksel kaygı yaşadığı saptanmıştır. Öz-saygı değişkeni; 'Lise Öğrencileri için Kendilik Algı Profil alt ölçeği' ile, kimlik değişkeni ise;'Benlik Kimlik Statüsü Ölçeği' ile, arkadaşlıkların niteliği ise;' Sosyal Yargılar(provisions) ölçeğinin, 'yakınlığı başlatma', 'etkileşim kurma', 'duygusal destek 've 'yol gösterme' dört alt ölçeği ile ölçülmüştür. Öz saygı, kimlik kararlılığı ve sosyal fiziksel kaygı ile beliren yetişkinin psikolojik uyumu ve arkadaşlık ilişkilerinin niteliği arasında anlamlı ilişkiler olduğu ortaya çıkmıştır.

Barry, Nelson ve Christofferson (2013), çalışmalarında, kaygılı ve çekingen beliren yetişkinlerin, yakın ilişkileri başlatma ve sosyal ilişki kurmada yaşadıkları korku arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. 813 beliren yetişkinle yaptıkları çalışmada, çekingen ve kaygılı beliren yetişkinlerin, beliren yetişkinliğin kimlik gelişimi, diğerleriyle kurdukları ilişki ve dini inançlarını oluşturma gibi önemli gelişimsel görevlerini geciktirebilecekleri sonucuna ulaşılmıştır.

Tsypes ve Valderrama (2013), 709 beliren yetişkinle yaptıkları çalışmada, beliren yetişkinlerin algıladıkları ayrımcılık, düşünme alt türleri, depresif semptomları ve etnik kimlikleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmanın sonucunda algılanan ayrımcılığın depresif semptomları etkilediği bulunurken, etnik köken ve depresif semptomlar arasında aynı etki görülmemiştir.

Lewin, Mitchel veRonzio (2013), yaptıkları çalışmada ergen annelerin(19yaş>), beliren yetişkin annelerin(18-25yaş) ve yetişkin annelerin(25yaş<) çocuk yetiştirmedeki tutumlarını kıyaslamışlardır. Çalışmalarını 2001 yılında doğan 14 bin çocuğun anneleri üzerinde yapmışlardır.Çalışmada annelerin yaş değişkenleri, anneye ve aileye özgü özellikler ve çocuk aile ilişkisi değişkenlerinin çocuk yetiştirme üzerindeki etkisi ölçülmüştür. Verileri toplamak amacıyla 'Erken Çocukluk Boylamsal Çalışma ve Doğum Desteği Ölçeği' kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda, sosyoekonomik düzeylerine göre ergen annelerin daha az destekleyici, duyarlı ve pozitif olduğu ortaya çıkmıştır. Beliren yetişkin anneler ve ergen annelerin, yetişkin annelere göre sıklıkla şiddete başvurduğu belirtilmiştir.

2.4.4.2. Yalnızlık ve Umutsuzlukla İlgili Yapılan Çalışmalar

Odacı(1994), yaptığıbir araştırmada üniversite öğrencilerinin yalnızlık, benlik saygısıve yakın ilişkiler kurma düzeyleri ve bu düzeyler arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin yarıya yakının yalnızlık

yaşadığı, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha kolay yakın ilişki kurdukları, yalnızlık yaşayan öğrencilerin benlik saygılarının düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Benlik saygısıve yakın ilişkiler kurabilme arasında pozitif, yalnızlık ve benlik saygısıarasında ise negatif ilişki olduğu gözlenmiştir.

Tan(2000), lise öğrencilerinin aile destek düzeyi, cinsiyet, anne baba eğitim düzeyi ailenin ekonomik durumu, kardeşsayısı, sınıf düzeyi değişkenlerinin yalnızlık düzeyi ve denetim odağına etkisini incelemiştir. Araştırmaya 9. ve 11. sınıf lise öğrencilerinden oluşan toplam 150 kişi katılmıştır. Verilerin toplanmasında 'Aile Destek Ölçeği', 'UCLA Yalnızlık Ölçeği' ve 'Rotter Denetim OdağıÖlçeği' kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız t testi, tek yönlü varyans analizi, korelasyon katsayısı, frekans aritmetik ortalama ve standart sapma istatistiksel işlemleri kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, eğitim seviyesi düşük olan babaların, çocuklarının yalnızlık düzeyinin, eğitim seviyesi yüksek olanlardan daha yüksek olduğunu, 9. sınıf lise öğrencilerinin 11. sınıf lise öğrencilerine göre daha yalnız olduğunu, aile destek düzeyi arttıkça lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyinin önemli ölçüde azaldığını, lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyi ile dıştan denetimlilik düzeyleri arasında bir ilişki bulunmadığını, fakat içten denetimle ters yönlü bir ilişkinin varlığınıortaya koymuştur.

Yıldırım(2000) çalışmasında, yalnızlık, sınav kaygısı, aile, arkadaş ve öğretmen desteği değişkenlerinin akademik başarıyı yordama derecesini incelemiştir.

Araştırmanın sonucunda, akademik başarıyı , öğretmen desteği, yalnızlık düzeyi, aile desteği ve sınav kaygısı değişkenlerinin yordadığı, arkadaşlık ilişkilerinin ise yordamadığı ortaya konulmuştur.

Saraçoğlu(2000) araştırmasında, ergenlerde yalnızlığın çeşitli değişkenlerle ilişkisini incelemiştir. 386 lise öğrencisinin katıldığıaraştırmanın verileri 'UCLA Yalnızlık Ölçeği ve İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği' ile toplanmıştır. Elde edilen veriler, çeşitli değişkenlere göre t-testi, varyans analizi, pearson momentler çarpımıkorelasyonu teknikleri kullanılarak incelenmiştir. Sonuçta, erkek öğrencilerin, akademik başarıdüzeyi düşük olan öğrencilerin, endüstri meslek lisesinin döküm, matbaa, makine model, elektrik bölümünde okuyan, az arkadaşa, çok kardeşe ve düşük sosyo ekonomik düzeye sahip olan öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğunu bulmuştur.

Erim (2001), çalışmasında yetiştirme yurtlarında ve aileleri yanında yaşayan 14-18 yaşlarındaki ergenlerin benlik saygıları, depresyon ve yalnızlık düzeyleri ile sosyal destek sistemlerini karşılaştırmalıolarak incelemiştir. Araştırmanın sonucunda, yetiştirme yurtlarında yaşayan ergenlerin aileleri yanında yaşayan ergenlere göre daha yalnız ve depresif oldukları, benlik saygılarının daha düşük ve sosyal desteklerinin de daha az olduğu ortaya konmuştur. Yalnızlık düzeyi açısından kız ve erkekler arasındaki farkın anlamlıolmadığınısaptamıştır.

Duy (2003) deneysel araştırmasında, bilişsel davranışçı terapi yaklaşımı temelli, grupla psikolojik danışmanın, üniversite öğrencilerinin yaşadığı yalnızlık duygularının ve fonksiyonel olmayan tutumlarının düzeyini azaltmada etkili olup olmadığını incelemiştir.Verilerin toplanmasında 'UCLA Yalnızlık Ölçeği' ve ' Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği' kullanılmıştır. Deney grubu, plasebo grubu ve kontrol grubundan oluşan deneklerle çalışılmıştır. Deney gurubuna bilişsel-davranışçı yaklaşım temelli ve her oturumu 90 dakika süren 12 oturum, plasebo grubuna, terapötik etkisi olmayan etkinlikler uygulanırken, kontrol grubuna hiçbir işlem uygulanmamıştır. Araştırmanın sonucunda, son-testlerden elde edilen yalnızlık puanları deney grubu ve kontrol grubu arasında anlamlı bir şekilde farklılaşırken, deney grubu ve plasebo grubu arasında aynı anlamsal fark bulunmamıştır.

Bıyık (2004), araştırmasında üniversite öğrencilerinin yalnızlık duygularının kişisel ve sosyal özellikleri ve öfke eğilimleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığınıincelemiştir. 578 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada 'UCLA Yalnızlık Ölçeği' ve 'Durumluluk Sürekli Öfke İfade Ölçeği' uygulamıştır. Araştırma bulgularına göre kendilerini beğenmeleri, yaşamlarından memnuniyetleri ve gelecek ile ilgili düşünceleri açısından öğrencilerin yalnızlık duygularının farklılaştığı, öğrencilerden kendilerini beğenmeyenlerin kendilerini beğenenlere göre, yaşamlarından memnun olmayanların memnun olanlara göre ve geleceğinin kötü olacağınıdüşünenlerin iyi olacağınıdüşünenlere göre daha

yüksek oranda yalnızlık yaşadıklarısonucuna varılmıştır. Ayrıca sürekli öfke düzeyleri yüksek olan öğrencilerin orta ve düşük düzeyde olanlardan, öfkeyi içte tutma düzeyleri yüksek olanların orta ve düşük düzeyde olanlardan, öfkeyi kontrol etme düzeyleri düşük olanların orta ve yüksek düzeyde olanlardan daha fazla yalnızlık duygusu yaşadıkları bulunmuştur. Öfkeyi dışta tutma açısından bakıldığında ise yalnızlık düzeylerinin değişmediği bulunmuştur.

Kılınç (2005) , araştırmasında, lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine göre, kişilerarası bilişsel çarpıtmalarının farklılığını incelemiştir. 9. ve 10. sınıfta okuyan 429 öğrencinin katıldığı çalışmada veriler, 'UCLA Yalnızlık Ölçeği', 'İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtma Ölçeği' ve 'Kişisel Bilgi Formu' ile toplanmıştır. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin yakınlıktan kaçınma çarpıtmalarının yalnızlık düzeylerine ve cinsiyetlere farklılık bulunmamıştır. Kız öğrencilerin ve yalnız olmayan bireylerin daha çok zihin okuma çarpıtmasına sahip oldukları belirlenmiştir.

Kozaklı(2006) araştırmasında, üniversite öğrencilerinin çeşitli kaynaklardan algıladıklarısosyal destek ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Toplam 385 üniversite öğrencinin katıldığı çalışmada 'Kişisel Bilgi Formu', 'UCLA Yalnızlık Ölçeği' ve 'Çok BoyutluAlgılanan Sosyal DestekÖlçeği'kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin, yaşa göre, ailelerinin ikamet ettiği merkeze göre,

annelerinin eğitim düzeyine ve eğitim giderlerini karşılama yollarına göre farklılaştığı ortaya konulmuştur. Örneklemde yer alan öğrencilerin, yalnızlık düzeylerinin yaşın büyümesi, ailenin daha az nüfus yoğunluğu olan merkezlerde ikamet etmesi, annenin eğitim düzeyinin artması, eğitim giderlerini çalışarak kendisinin karşılamasıveya aileden temin etmesine bağlıolarak azaldığıbulgulanmıştır. Sosyal destek düzeylerinin ise cinsiyet, ailenin ikamet merkezi ve eğitim giderlerini karşılama yollarına göre farklılaştığıbulunmuştur. Ailesi daha az nüfus yoğunluğu olan merkezlerde ikamet eden, eğitim giderlerini kendisi karşılayan veya ailesinden temin eden, yurtta barınan öğrenciler içinde yurtta kalma süresi uzun olanların sosyal destek düzeylerinin diğer öğrencilerden anlamlışekilde farklıolduğu görülmüştür. Cinsiyet farklılıklarına göre, kız öğrencilerin sosyal destek düzeyleri ve aileden aldıklarısosyal destek düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri arasında negatif korelasyon ilişki olduğu ve yalnızlık düzeyi ile sosyal destek kaynakları(aile, arkadaş ve özel biri) arasındaki korelasyon ilişkisinin de negatif yönlü olduğu ortaya konulmuştur.

Öztürk, Sevindik ve Yaman (2006), yaptıkları çalışmada Elazığ Sağlık Yüksekokulundaki öğrencilerin sosyal destek ve yalnızlık durumlarını ve bunlara etki eden faktörleri incelemişlerdir. 258 öğrenci ile yapılan çalışmada, verilerin toplanmasında 'Bilgi Formu', 'Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği' ve 'Ucla Yalnızlık Ölçeği' kullanılmıştır. Toplanan verilerin analizi 'ki-kare', 'student

T-testi' ve 'varyans analizi' ile değerlendirilmiştir. Çalışmanın sonucunda, ana-baba tutumunun sosyal destek ile ilişkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Çeçen (2007), araştırmasında üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığınıincelemiştir. 347 öğrencinin katıldığıçalışma sonucu erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla duygusal yalnızlık yaşadıklarıve düşük yaşam doyumuna sahip öğrencilerin, yüksek yaşam doyumuna sahip öğrencilere göre daha fazla duygusal yalnızlık yaşadıklarıtespit edilmiştir.

Duru (2008) , çalışmasında üniversiteye uyum sürecinde, sosyal desteğin ve sosyal bağlılığın yalnızlığıne oranda yordadığını araştırmıştır. Toplam 198 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışma sonucunda, sosyal destek ve sosyal bağlılığın yalnızlıkla negatif, uyum zorluklarıile pozitif yönde anlamlıilişkiler verdiği görülmüştür. Ayrıca sosyal destek, sosyal bağlılık ve uyum zorluklarının yalnızlığın önemli yordayıcılarıolduklarıortaya konmuştur.

Duru (2008) yaptığıbir diğer çalışmada, üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rollerini araştırmıştır. Toplam 404 öğrencinin katıldığı çalışmanın sonucunda, arkadaş desteği, aile desteği, özel insan desteği ve sosyal bağlılığın, yalnızlıkla negatif ilişkili olduğu;

öğrencilerin sosyal bağlılık, arkadaşdesteği, aile desteği ve özel insan desteği arttıkça yalnızlık düzeylerinin azaldığıgörülmüştür.

Çeçen (2008), 521 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, öğrencilerin ebeveyn tutumuna ve cinsiyetlerine göre yalnızlık ve algılanan sosyal destek düzeylerini incelemiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda cinsiyet değişkenine göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin farklılaşmadığı, ana-baba tutumlarına göre ise yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaştığını göstermiştir. Ebeveynlerini demokratik algılayanlar , otoriter algılayanlara göre kendilerini daha az yalnız hissettiğini , ailelerinden ve arkadaşlarından daha çok sosyal destek aldıklarını algıladıklarını ortaya koymuştur. Çalışmada veriler , "Kişisel Bilgi Formu" , "Ucla Yalnızlık Ölçeği" ve "Sosyal Destek Ölçeği" uygulanarak toplanmıştır. Araştırmanın cinsiyet ve algılanmış ebeveyn tutumlarının yalnızlık ve sosyal destek üzerindeki etki çok boyutlu varyans analizi(Manova) ile test edilmiştir.

Özmen, Dündar, Çetinkaya ve Taşkın (2008) , yaptıkları çalışmada, ergenlerde umutsuzluk düzeyinin belirlenmesini ve umutsuzluk düzeyinin sosyo demografik değişkenler, depresyon ve benlik saygısı ile ilişkisinin araştırılmasını amaçlamışlardır. Yaşları 14-19 arasında değişen 1185öğrenciye uygulanan bu çalışmada; umutsuzluk düzeyi , "Beck'in Umutsuzluk Ölçeği" ile , benlik saygısı " Rosenberg'in Benlik Saygısı Ölçeği" ile , depresyon düzeyi ise " Çocuklar İçin

Depresyon Ölçeği" ile değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonucunda, anne-babanın eğitim düzeyi düşük olan, kırsal kökenli,ailesinin geliri giderini karşılamayan, ailesini yoksul olarak algılayan , depresyonu olan, benlik saygısı düşük, yaşam kalitesini kötü olarak algılayan ve sağlığından hoşnut olmayan öğrencilerin umutsuzluk ölçeğinden yüksek puan aldıkları ortaya koyulmuştur.

Koçak (2008), araştırmasında benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke tarzlarının, yalnızlığı ne denli yordadığını incelemiştir. Araştırma verilerini 'UCLA Yalnızlık Ölçeği','Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği' ve 'Sürekli Öfke ve Öfke İfade Ölçeği' ile toplamıştır. 478 lise öğrencisinin katıldığı çalışmanın sonucunda yalnızlığı en çok yordayan değişkenin benlik saygısı olduğu bulgulanırken, sürekli öfke ve öfke dışa vurumu değişkenlerinin yalnızlıkla, yalnızlığı yordayacak kadar anlamlı ilişkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Özatça(2009) araştırmasında, aile işlevlerinin ergenlerdeki sosyal ve duygusal yalnızlığı yordayıp yordamadığını incelemiştir. 504 lise öğrencisinin katıldığı çalışmada, 'Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği' ve' Aile Değerlendirme Ölçeği' ile veriler toplanmıştır. Çalışmanın sonucunda, duygusal yalnızlığın aile ilişkileri alt boyutunu, duygusal tepki verebilme ve problem çözme alt boyutlarının, romantik ilişkiler alt boyutunu genel işlevler alt boyutunun, sosyal yalnızlığın sosyal ilişkiler alt boyutunu ise genel işlevler ve gereken ilgiyi gösterme alt boyutlarının yordadığı ortaya konulmuştur.

Şahin(2009) araştırmasında, eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin, umutsuzluk düzeylerini belirlemek ve bu umutsuzluk düzeylerinin sınıf düzeyine, cinsiyete, anabilim dallarına, kaldıkları yerlere, algılanan gelir düzeyine ve ebeveynlerin eğitim düzeylerine göre değişip değişmediğini incelemiştir. 397 beliren yetişkinin katıldığı çalışmada veriler, 'Beck Umutsuzluk Ölçeği' ve 'Genel Bilgi Formu' kullanılmıştır. Verilerin analizi ise 't-testi' ve varyans analizi ile değerlendirilmiştir. Çalışmanın sonucunda, umutsuzluk düzeyi ile ebeveynin eğitim düzeyi arasında anlamlı farklar bulunmamasına karşın, umutsuzluk düzeyini cinsiyet, öğrenim görülen anabilim dalları ve algılanan gelir düzeyinin etkilediği ortaya konulmuştur.

Eyılmaz ve Ercan(2010) araştırmalarında, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin romantik yakınlığı başlatma belirleyicileri ile yalnızlık ve cinsiyet arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. 210 beliren yetişkinin katıldığı çalışmada 'Romantik Yakınlığı Başlatma Belirleyicileri Ölçeği' ve ' UCLA Yalnızlık Ölçeği' kullanılmıştır. Romantik yakınlığı başlatma ile cinsiyet arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca romantik yakınlığı başlatma belirleyicilerinden olan kendilik algısının yalnızlığı anlamlı derecede yordadığı belirtilmiştir.

Arslan, Hamarta, Özyeşil ve Saygın (2011) yaptıkları araştırmada, yalnızlık ve kimlik statüleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. 551 beliren yetişkinin katıldığı

çalışmada, UCLA Yalnızlık Ölçeği' ve 'Benlik Kimlik Statüleri Ölçeği' kullanılmıştır. Veri analizleri tek yönlü varyans analizi ve tukes testi ile değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonucunda kimlik statülerine göre yalnızlık puanlarının değiştiği ortaya çıkmıştır. Başarılı kimlik statüsündeki öğrencilerin, kargaşalı ve kararsız kimlik statüsündeki öğrencilere göre daha düşük yalnızlık düzeyleri olduğu bulgulanmıştır.

Özbey (2012) araştırmasında, okul öncesi dönemindeki çocukların problem davranışları ile ebeveynlerin evlilik uyumları ve sosyal destek sistemleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Altı yaşından küçük 89 çocuğun ve 89 ebeveynin katıldığı çalışmada veriler, 'Anaokulu ve Anasınıfı Davranış Ölçeği'nin Problem Davranış Ölçeği' kısmı ,'Evlilik Uyum Ölçeği' ve 'Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği' kullanılmıştır. Çocukların problem davranışları ve ebeveynlerin sosyal destek sistemlerinin birbiriyle anlamlı bir ilişkide olduğu ve ebeveynlerin evlilik uyumlarının çocukların dışa yönelim problem davranışlarını etkilediği ortaya çıkmıştır. Çocukların problem davranışlarının, ebeveynlerin evlenme biçimi, aile biçimi ve evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yalnızlık ve Umutsuzlukla İlgili Yurtdışı literatürüne bakıldığında ise;

Kim (2001) üniversite öğrencileri ile yaptığıçalışmada, cinsiyete göre yalnızlık, depresyon düzeyi ve sosyal ağarasındaki ilişkiyi araştırmıştır. 452 öğrencinin katıldığıbu çalışmanın sonuçlarına göre, kızların erkek öğrencilere göre daha

genişsosyal ağa sahip olmalarına rağmen memnuniyet değerlerinin düşük olduğu, yalnızlık ve depresyon düzeylerinin ise yüksek olduğu belirtilmiştir. Araştırma sonucuna göre,
kızlarda genişsosyal ağa sahip olmanın kendini açma davranışlarının yoğun olmasından kaynaklanabileceği ifade edilmiştir.

McWhirter, Basett-Alesch, Horibata ve Gat (2002) çalışmalarında, yalnızlık türleri ile empati, başa çıkma stratejileri ve benlik saygısıarasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Yaşları16 ile 19 arasında değişen 75 ergen üzerinde yaptıklarıçalışma sonucunda, benlik saygısının her bir yalnızlık türü (evrensel yalnızlık, sosyal yalnızlık ve yakın arkadaşın olmayışından kaynaklanan yalnızlık) ile negatif yönde olumlu bir ilişkisi bulunmuştur. Aynızamanda benlik saygısıile her bir başa çıkma stratejisi (bilişsel, duygusal, sosyal, ruhsal ve fiziksel) arasında da anlamlıyüksek bir ilişki görülmüştür. Bunun aksine yakın arkadaşeksikliğinden kaynaklanan yalnızlık ile sosyal yalnızlığın, sadece sosyal, duygusal ve bilişsel başa çıkma stratejileri ile ters yönde anlamlıbir ilişkisi olduğu ortaya konulmuştur.

Ponizovsky ve Ritsner (2004) , Sovyetler Birliğinden, İsrail'e göç eden 386 yetişkinle yaptığıçalışmada yalnızlık, psikolojik sıkıntılar ve sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmanın bulgularındaki korelasyon

analizlerinde, psikolojik sıkıntılar ile yalnızlık arasında pozitif ilişki, sosyal destek düzeyi ile yalnızlık arasında ise negatif ilişki belirtilmiştir.

Wright (2005) çalışmasında, iş hayatındaki yalnızlık ve sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çeşitli meslek gruplarından 362 çalışanla yapılan araştırmada, çalışanların istekliliği, işyerindeki gerginlikler, danışman ve şeflerden iştemelli destek ile yalnızlık arasında ilişkilere bakılmıştır. Araştırmanın sonucunda negatif duygusal ortamın ve sosyal destek eksikliğinin yalnızlık yaşantısınıolumsuz etkilediği, sosyal destek düzeylerinin yüksek olduğu durumlarda ise, çalışanların psikolojik ve sosyal iyi oluşlarının yüksek, yalnızlık düzeylerinin düşük olduğu ortaya konulmuştur.

Genel olarak yapılan çalışmalara bakıldığında, beliren yetişkinlik üzerine yapılan çalışmalar daha çok sosyal destek değişkeni, beliren yetişkinlik ve aile ilişkisi üzerine yapılan çalışmalar az olmakla birlikte daha çok akademik başarı, öz-saygı, iletişim, problem çözme değişkenleri üzerinden yapılmıştır.Ayrıca aile ile olan ilişkiler daha çok ergenlik dönemi temelinde incelenmiş, beliren yetişkinlik döneminin özelliklerinin ergenlik döneminden farkları ortaya konmaya çalışılarak dönemin özellikleri daha iyi anlaşılmaya çalışılmıştır. Bu anlamda beliren yetişkinlerinin yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerine göre ailelerini nasıl değerlendirdikleri, hem bu gelişimsel sürecin daha iyi anlaşılmasına hem de aile danışmanlığı literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma, aile işlevleri(problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterebilme, davranış kontrolü ve genel işlevler) bağımsız değişkeninin, beliren yetişkinlikte yalnızlık ve umutsuzluk bağımlı değişkenlerini ne oranda yordadığının incelenmesine yönelik betimsel bir çalışmadır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, Gazi Üniversitesi, Ankara Üniversitesi ve Mersin Üniversitesi'nden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise, 2013-2014 eğitim-öğretim yılında, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Gazi Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi ve Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde eğitim gören 18-26 yaş aralığındaki beliren yetişkinlerden oluşmuştur. Araştırmada üniversitelerin seçimi ulaşılabilir örneklem yöntemine göre belirlenmiştir. Uygulama yapılan ıkbölümlerde o gün sınıfta bulunan 18-26 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerine, 'Aile Değerlendirme Ölçeği', 'Kişisel Bilgi Formu', 'UCLA Yalnızlık Ölçeği' ve 'Beck Umutsuzluk Ölçeği' araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

Örneklemi 340 kız (%66,4) ve 172 erkek (%33,6) olmak üzere toplam 512 beliren yetişkin oluşturmuştur. Bu öğrencilerden sınıf düzeyi, anne-baba eğitim düzeyi,

kardeş sayısı yaş ve cinsiyet belirtmeyen olmamıştır. Araştırmaya katılan öğrenciler 18-26 yaş arasındadır. Çalışmaya katılan beliren yetişkinlerin yaş ortalaması 21.10'dur (Ss=1.61).

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarıyla ilgili ayrıntılı bilgiler aşağıda yer almaktadır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Örneklem grubunda yer alan beliren yetişkinlerin cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyi, anne-baba eğitim durumu ve kardeş sayısı gibi sosyo-demografik özelliklerini belirleyebilmek amacıyla araştırmacı tarafından 'Kişisel Bilgi Formu' hazırlanmıştır.

3.3.2. Aile Değerlendirme Ölçeği

Özgün adı“FamilyAssessment Device” (FAD) olan Aile Değerlendirme ölçeği, Amerika Birleşik Devletleri’nde Brown Üniversitesi ve Buttler Hastanesi tarafından Aile Araştırma Programıçerçevesinde geliştirilmişve ailenin işlevlerini hangi konularda yerine getirip getirmediğini ortaya çıkarmak amacıyla kullanılmıştır. Epstein, Baldwin ve Bishop tarafından 1983 yılında geçerlik ve güvenirlik çalışmasıyapılan ölçek, daha önce geliştirilmişolan McMaster Aile İşlevleri Modelinin klinik olarak aileler üzerinde uygulanmasıyla elde edilmiştir. Ölçek, Türkiye’de Bulut (1989) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışmalarıyapılarak dilimize kazandırılmıştır.

Ölçek, Problem Çözme, İletişim, Roller, Duygusal Tepki Verebilme, Gereken İlgiyi Gösterme, DavranışKontrolü, Genel İşlevler olmak üzere 7 alt ölçek ve 60 madde içermekte ve aile üyelerinin kendi aileleriyle ilgili algılarınıdeğerlendirmektedir. Her madde aile yaşamına ilişkin olumlu ve olumsuz ifadelerin yer aldığıbir cümleden meydana gelmiştir ve her biri yedi alt ölçekten bir tanesine aittir. Maddelerin bazıları, sağlıklıişlevleri bazılarıda sağlıksız işlevleri tanımlamaktadır. ADÖ'de bu yedi alt ölçeğin yanısıra ayrıca toplam puan üzerinden bir değerlendirme yapılmaktadır. On iki yaşüzerindeki tüm aile bireylerine uygulanabilen bu ölçekte puanlar 1.00 (sağlıklı) ile 4.00 (sağlıksız) arasında değişmektedir. 2.00'nin üzerindeki puan ortalamalarıaile işlevlerinde sağlıksızlığa doğru bir gidişolduğunu göstermektedir. Özgün formuyla yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı.78 olarak bulunmuştur.

ADÖ 'nün alt testleri için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarıise Problem Çözme için

.74; İletişim için .75; Roller için .72; Duygusal Tepki Verebilme için .83; Gereken İlgiyi

Gösterme için .78; DavranışKontrolü için .72; Genel İşlevler için ise .92 olarak bildirilmektedir (Epstein, Baldwin ve Bishop, 1983 ; Akt: Özatça, 2009).

Ailede etkin problem çözümü için gerekli görülen yedi aşama aşağıdaki gibidir (Bulut, 1990).

1. Problemin tanımlanması,

2. Problem konusunda uygun kişilerle iletişim kurulması,

3. Alternatif çözümler geliştirme,

4. Alternatif çözümlerden biri üzerinde karar verme,

5. Seçilen alternatifin gerektirdiği aksiyonu başlatma,

6. Seçilen aksiyonun izlenmesi,

7. Problem çözme sürecinin etkinliğini değerlendirme.

İletişim (Communication), aile üyeleri arasındaki bilgi alışverişi biçiminde tanımlanmaktadır. Burada ailenin etkili bir iletişim içinde olup, olmadığıölçülmek istenmektedir. Bu nedenle üyeler arasısözlü iletişimin içeriğinin açık olup, olmadığı, kişilerin söylemek istediklerini doğrudan doğruya ifade edip edemedikleri üzerinde durulmaktadır.

Roller (Rolles), ailenin maddi ve manevi ihtiyaçlarınıkarşılayan davranışkalıplarıdır. Roller ile ilgili boyut, görevlerin belirgin ve eşit olarak üyelere dağılımıilegörevlerin aile üyeleri tarafından sorumlu bir şekilde yerine getirilip getirilememesinide içermektedir. Başka bir deyişle para, konut, giyim, yeme gibi maddi ihtiyaçlarınkarşılanmasırollere bağlıolarak ele alınmaktadır.

Duygusal Tepki Verebilme (AffectiveResponsiveness), aile üyelerinin her türlü uyaranlar karşısında en uygun tepkiyi göstermesi anlamına gelmektedir. Burada sevgi, mutluluk, neşe gibi ferahlık ifade eden duyguların yanında; kızgınlık,

üzüntü, korku gibi acil durumlarıda içermektedir. Bir başka deyişle bu işlevini yerine getirebilen bir ailede aile üyeleri her türlü duygularınıağırlıklıbir şekilde sözle veya hareketlerle ifade edebilirler.

Gereken İlgiyi Gösterme (AffectiveInvolvement), aile üyelerinin birbirine gösterdiği ilgi, bakım ve sevgiyi içerir. En sağlıklıaileler, birbirleriyle orta derecede ilgilenirler. Az veya çok ilgilenen aileler, bu konudaki işlevini yeterince yerine getiremiyorlar demektir. Çok ilgilenme, aile üyelerinin birbirlerine fazla bağımlı olduğunun, az ilgilenme ise birbirlerine az sevgi ve ilgi gösterdiklerinin belirleyicisidir.

DavranışKontrolü (Behavior Control), ailenin, üyelerinin davranışlarına standart koyma ve disiplin sağlama biçimidir. Bu alt ölçekte psikolojik ve sosyal tehlike karşısındaki davranışlar değerlendirilir. Ayrıca kontrolün esnek, katı, serbest ve düzensiz oluşu da bu alt ölçekte ele alınmaktadır. Esnek davranışkontrolü en sağlıklı, kaotik davranışkontrolü ise en sağlıksız aile işlevinin göstergesidir.

DavranışKontrolünde Aşağıdaki Dört Stil Söz Konusudur:

1. Katıdavranışkontrolünde; belirlenen standartların çerçevesi çok dar kültüre özgüdür. Farklıdurumlarda değişiklik göstermez.

2. Esnek davranışkontrolünde; belirlenen standartlar “akılcı”dır. Duruma göre değişebilir ve bir anlaşma yapılabilir.

3. “İstediklerini yapsınlar” tutumunun egemen olduğu davranışkontrolü stilinde; standartların zayıf olması, aşırıuçlarda ise hiç olmamasısöz konusudur.

4. Karmaşa, kaos içindeki davranışkontrolünde, sürekli değişen kurallar, standartlar rastlantısaldır, önceden belirlenemez. Aile bireylerinin farklıdurumlarda geçerli olabilecek kurallarıönceden bilmeleri, beklemeleri sağlanamaz. Bir anlaşma yapılabilmesi olasılığıda belirsizdir.

Genel Fonksiyonlar (General Functions), bu boyut, aile içinde etkin bir iletişimin varlığı, aile üyelerinin birbirlerine karşısorumluluk duyguları, aile içinde yaşanan sevinç ve hüznün paylaşılmasıve bu konuda aile üyelerinin birbirine duyarlı olmasıgibi durumlarıbelirlemek üzere yukarıda ifade edilen altıboyutu da kapsayacak şekilde bilgi toplamayıamaçlamaktadır.

Ölçeğin Uygulanması

Aile Değerlendirme Ölçeği 12 yaşüzerindeki tüm aile üyelerine bireysel olarak uygulanır. Ölçeğin başında ayrıbir sayfa halinde soruların nasıl cevaplandırılacağına dair bir yönerge bulunmaktadır. Bu yönergeye göre aile üyesinin son iki ayıdikkate alarak maddeleri okuyup uygun seçenekleri işaretlemesi istenir. Yönerge ve ölçek maddelerini orta eğitim düzeyindeki her birey anlayabilir ve cevaplandırabilir. Ölçeğin cevaplanmasıortalama 20 dakika almaktadır (Bulut, 1990).

Ölçeğin Puanlanmasıve Değerlendirilmesi

Ölçeği oluşturan maddelerde iki tür ifade bulunmaktadır. Bunlar sağlıklılık ve sağlıksızlık gösteren ifadelerdir. Bazımaddelerde “Aynen Katılıyorum” seçeneği sağlıklıaile işlevini gösterdiği halde, diğerlerinde “Hiç Katılmıyorum” seçeneği sağlıksızlık göstergesi olmaktadır. Ölçeğin değerlendirilmesinde hesaplamada

kolaylık sağlamak amacıyla sağlıksızlık gösteren maddelere verilen puanlar 5'den çıkarılarak her maddede "Aynen Katılıyorum" seçeneğinin en sağlıklıaile işlevini, "Hiç Katılmıyorum" seçeneğinin ise en sağlıksız aile işlevini göstermesi sağlanmaktadır.

Tüm maddelerde 1 puan sağlıklıcevabı, 4 puan ise sağlıksız cevabısimgelemektedir. Bu şekilde elde edilen puanlar her alt boyut için toplanılarak ortalamasıalınır. Her bir boyutta o boyutun içerdiği maddelerin %40'ından fazlasıcevapsız bırakılmışsa ortalama puan hesaplanmaz ve o kişi fire olarak kabul edilir. Her kişi için 7 alt ölçek puanıelde edilir. Aile puanlarıise bir ailedeki 12 yaşın üzerinde bulunan ve ölçeği cevaplayan aile üyelerinin her alt ölçekten aldıklarıpuanların ortalamasıalınarak bulunur. Ölçek puanları1.00 (sağlıklı) ile 4.00 (sağlıksız) arasında değişir. 2.00'nin üzerindeki puan ortalamalarıaile işlevlerinde sağlıksızlığa doğru bir gidişin göstergesidir. 2.00 ayırt edici bir sayıolarak kabul edilmiştir (Bulut, 1990).

Ölçeğin A. B. D.' de Yapılan Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Aile Değerlendirme Ölçeği, Brown Üniversitesi ve Buttler Hastanesinde geliştirilmiştir. McMaster Aile İşlevleri Modeli, Aile Değerlendirme Ölçeği için 53 soruya indirgenirken her boyuttan tesadüfi yöntemle sorular seçilmişve her boyutun iç tutarlılığıCronbach alfa katsayısıile hesaplanmıştır. Her boyutun alfa katsayısıen az 0.70 olana kadar bu işleme devam edilmiştir. İç tutarlılık (alfa katsayısı) altıboyutta 0.72 ile 0.92 arasında değişmektedir. Bu da ölçeğin iç

tutarlılığının yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin geçerlik çalışmasıEpstein ve arkadaşları(1983)tarafından yapılmıştır (Akt: Özatça, 2009).

Ölçek, 218 normal 98 psikiyatrik hasta ailesinden yalnız birer kişiye uygulanmış, her ölçekte normal ailelerin aldıklarıpuan ortalamalarıhasta ailelerin aldıklarıpuan ortalamalarından daha düşük (sağlıklı) çıkmıştır.

Ölçeğin ikinci geçerlik ve güvenirlik çalışması1985 yılında Miller ve ark. tarafından yapılmıştır. Ölçeğin sosyal beğenirlik yönelimlerinden etkilenme durumunu saptamak amacıyla 72 aile içindeki 164 aile üyesine Aile Değerlendirme Ölçeği, Marlowe–Crowne Sosyal Beğenirlik Yönelimlerinden Etkilenme Ölçeği ile birlikte verilmiş, bu ölçeğin her alt boyut ile yapılan korelasyonlarıdüşük çıkmıştır. En düşük korelasyon DavranışKontrolü boyutunda olup –0.06; en yüksek korelasyon ise Gereken İlgiyi Gösterme boyutunda –0.019 dur. Bu sonuç Aile Değerlendirme Ölçeğinin sosyal beğenirlikten etkilenmediğini göstermiştir.

Puan değişmezliği konusundaki güvenirlik çalışmasıiçin ölçek 45 kişilik bir gruba on beşgün arayla iki kez uygulanmıştır. Ön – Son Test uygulamasıölçeğin puan değişmezliği konusunda güvenilir olduğunu ortaya çıkarmıştır. İki uygulama arasındaki ön - son test güvenirlik katsayısı0.66 (problem çözme) ve 0.76 (duygusal tepki verebilme) arasında değişmektedir (Bulut,1990).

Aile Değerlendirme Ölçeğinin dışölçütlere göre geçerliğinin incelenmesinde aile üyelerinin ölçek puanlarıyla deneyimli bir aile terapistinin aileye ait değerlendirmeleri karşılaştırılmıştır. DavranışKontrolü hariç, terapist ve ölçeğin

değerlendirmeleri uyumlu çıkmıştır. Bu çalışmaya dayanılarak, ölçeğin davranışkontrolü boyutu dışında psikiyatrik hasta bulunan ve normal ailelerin işlevlerini ayırt etmede etkili olduğu ifade edilmiştir (Bulut, 1990).

Ölçeğin Türkiye'de Yapılan Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarıIşıl Bulut tarafından yapılmıştır (Bulut, 1990).

Ölçeğin İngilizce orjinali üç yabancıdil uzmanıtarafından birbirinden bağımsız olarak dilimize çevrilmiştir. Daha sonra aile terapisi konusunda uzmanlaşmışbir öğretim üyesinin önerileri doğrultusunda, her bir madde için o maddeyi en iyi açıklayan çeviri benimsenmiştir Daha sonra Türkçe'ye çevrilmişolan bu form Amerika'da uzun yıllar kalmışbir psikolog tarafından tekrar İngilizce'ye çevrilmişve ifadeler daha düzgün ve anlaşılır hale getirilmiştir.

Ölçeğin yapıgeçerliğinde (Constructvalidity) ADÖ boşanma sürecinde olan 25 kadın veya erkeğe, 25'de normal evlilik sürdüren çiftlerden birine uygulanmıştır. Her iki grupta elde edilen puan ortalamalarıarasındaki fark tüm alt boyutlat için ayrıayrıttesti ile test edilmiştir.

Ölçeğin uyum geçerliliğini (Concurrentvalidity) incelemek amacıyla ADÖ ölçeği, halen evli bulunan 25 kişiye 10 sorudan oluşan Evlilik Yaşam Ölçeği, kişinin evlilikteki doyumunu ölçmek amacıyla geliştirilmişbir ölçek olduğundan, ADÖ'nin sadece "Genel İşlevler" alt ölçeği ile karşılaştırılmıştır. Deneklerin her iki ölçekten aldığıpuanlar üzerinden hesaplanan Pearson Momentler Çarpımıkorelasyon kat sayısı 0.66'dır. Bu değer $p<0.001$ düzeyinde anlamlıdır.

Aracın güvenirliği iç tutarlılık ve puan değişmezliği açısından incelenmiştir. Ölçeğin iç tutarlığıile ilgili analizler, 67 kişinin ADÖ'ye verdikleri cevaplar üzerinden her bir alt grup için ayrıayrıCronbach-alfa katsayılarıhesaplanarak yapılmıştır.

Ölçeğin puan değişmezliğini hesaplamak amacıyla ADÖ Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksek Okulu öğrencileri ve çalışanlarından meydana gelmiş51 kişiye 3 hafta ara ile 2 kez uygulanmış, deneklerin ADÖ'nün her iki uygulamasından aldıkları puanlar arasındaki ilişki Pearson- momentler çarpımıkorelasyon katsayısıile hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığıve puan değişmezliği $p<0.01$ ve $p<0.001$ düzeyinde anlamlısonuç vermiştir. Bu sonuçlar ölçeğin bu konularda güvenirliğinin yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. ADÖ'nin geçerlik ve güvenirliğe ilişkin bulgular hemen tüm konularda ölçeğin orjinalinde yapılan çalışmalardan elde edilen bulgularıdestekler niteliktedir. Bu nedenle sınırlıbir örneklem grubu ile yapılmışolsa da ölçeğin Türkiye koşullarında geçerli ve güvenilir bir özelliğe sahip olduğu söylenebilir. (Akt: Özatça, 2008).

3.3.3. UCLA Yalnızlık Ölçeği

Bireylerin yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen (University of California Los Angeles LonelinessScale) UCLA Yalnızlık Ölçeğinin tüm maddeleri olumsuz ifadeler içeren bir ölçek olup ancak bunun sistematik bir yanlılığa yol açtığınıdüşünülerek Russel, Peplau ve Cotrana tarafından tekrar gözden geçirilmişve maddelerin

yarısıolumlu yarısıda olumsuz ifadeleri içeren bir forma dönüştürülmüştür (Demir, 1989).

UCLA Yalnızlık Ölçeği'ni oluşturan 20 maddenin 10 tanesi ters yönde, diğer 10 tanesi ise düz yönde kodlanmıştır. Bu ölçeğin her bir maddesinde sosyal ilişkilerle ilgili duygu ve düşünce sunulmakta ve bireylerden bu ifadelerdeki durumlarına kadar sıklıkla yaşadıklarınıLikert tipi dörtlü bir derecelendirme ölçeği üzerinde işaretlemeleri istenmektedir.

Ölçeğin puanlanmasında olumlu yöndeki ifadeler (1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20), "Hiç Yaşamam" (4), "Nadiren Yaşarım" (3), "Bazen Yaşarım" (2), "Sık sık Yaşarım" (1) şeklinde puanlanmaktadır. Olumsuz ifadeleri içeren maddeler ise (2, 3, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18) bunun tam tersi olarak "Hiç Yaşamam" (1), "Nadiren Yaşarım" (2), "Bazen Yaşarım" (3), "Sık sık Yaşarım" (4) şeklinde puanlanmaktadır.

Bireylerin tüm maddelerden elde ettikleri toplam puanlar "Genel Yalnızlık Puanını" vermektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Puanın yüksek olmasıyalnızlık düzeyinin yüksek olduğunun göstergesi kabul edilmektedir.

Ölçeğin orjinali için yapılan geçerlik çalışmasında Russell, Peplau ve Fergusan, Beck Depresyon Envanterini ölçüt olarak kullanarak benzer ölçekler geçerliğini saptamışlar ve geçerlik katsayısını.67 olarak bulmuşlardır. Ölçeğin tekrar gözden geçirilmesi çalışmasında Russel, Peplau ve Cutrona, Beck Depresyon Envanteri

ile UCLA Yalnızlık Ölçeği arasında .62'lik bir korelasyon saptamışlardır (Akt., Demir, 1989).

Ölçek ülkemizde ilk olarak Yaparel (1984) tarafından kullanılmıştır. Yaparel (1984) çeviri çalışmasınıyaptıktan sonra kültürümüzde ölçeğin geçerliliğini saptamak amacıyla ön uygulama yapmıştır. Yaparel (1984) ölçeğin geçerliğini Beck Depresyon Ölçeğini ölçüt alarak incelemişve benzer ölçekler geçerliğinin .50 olduğunu bulmuştur.

Ancak Yaparel'in (1984) çalışmasında ölçeğin geçerliği sadece Beck Depresyon Envanteri kriter alınarak belirlenmiş, ölçeğin yalnızlıktan yakınan ve yakınmayan kişileri ayırt etmede yeterli olup olmadığıincelenmemiştir. Ülkemizde ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarıDemir (1989) tarafından yapılmıştır. Demir (1989)'in yaptığıçalışmada ölçeğin iç tutarlılığıile ilgili analizler toplam 72 kişi üzerinde hesaplanmışve cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı.96 olarak hesaplanmıştır.Ölçeğin beşhafta ara ile yapılan test tekrar test güvenirlik katsayısı.94 olarak bulunmuştur. Dünyada ve ülkemizde yalnızlıkla ilgili yapılmışpek çok çalışmada UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin kullanıldığıgörülmektedir.

UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin diğer bir geçerlik çalışmasıda Bilgiç (2000) tarafından yapılmıştır. Bu amaçla 1999-2000 eğitim-öğretim yılında Ankara ilinde ilköğretim 6.,7. ve 8. sınıflara devam eden 184 öğrenciye UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Sosyometri Tekniği ("Sınıfta sürekli olarak birlikte oturmak istediğiniz üç arkadaşınızın isimlerini önem sırasına göre yazınız?" sorusu sorulmuştur)

uygulanmıştır. Öğrencilerin aldıklarısosyometri puanlarıen yüksekten en düşüğe doğru sıralanarak üst ve alt %27'lik gruplara ayrılmıştır. Çalışma sonucunda arkadaşlarıtarafından en çok tercih edilen öğrencilerin UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıklarıpuanlar bakımından bu iki grup arasında en az tercih edilen öğrencilere oranla yalnızlık düzeylerinin daha düşük olduğu saptanmışve bu bulgu .05 düzeyinde anlamlıbulunmuştur (Bilgiç, 2000).

UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin güvenirliği çeşitli teknikler kullanılarak test edilmişve güvenirlik yüksek bulunmuştur.Ölçeğinorjinali için yapılan güvenirlik çalışmasındaRussell, Peplau ve Fergusan, ölçeğin iç-tutarlılık katsayısını.96, iki aya ara ile yapılantestin tekrarıyöntemi ile elde edilen güvenirlik katsayısınıda .73 olarak bulmuşlardır.Ölçeğin gözden geçirilmesi çalışmasında Russel, Peplau ve Cutrona, ilk geliştirilenölçek ile gözden geçirilerek elde edilen ölçek arasındaki ilişkiyi .91 olarak saptamışlar ve iç-tutarlılığının da .94 olduğunu bulmuşlardır (Akt: Demir, 1989).

Bilgen (1989)'in testin tekrarıyöntemi ile yaptığıgüvenirlik çalışmasısonucunda güvenirlik katsayısı.86 olarak bulunmuştur. Demir (1989) tarafından yapılanbir başka çalışmada, 72 deneğin her bir maddeye verdikleri cevaplar üzerinden ölçeğiniç-tutarlılığına bakılmışve iç-tutarlılık katsayısı.96 olarak bulunmuştur. Ayrıca testintekrarıtekniğini de kullanarak beşhafta ara ile yapılan iki uygulama arasındakikorelasyon .94 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Beck Umutsuzluk Ölçeği

Öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini belirlemek için Beck, Lester, ve Trexler (1974) tarafından geliştirilen "Beck Umutsuzluk Ölçeği" (BUÖ) kullanılmıştır. BUÖ 20 maddeden oluşan, 0-1 arasında puanlanan kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Ölçeğin puandağılımı 0-20 arasındadır. Maddelerin 11 tanesinde "Evet", 9 tanesinde "Hayır" seçeneği 1 puan alır. Alınan puanlar yüksek olduğunda bireydeki umutsuzluğun yüksek olduğu varsayılır (Savaşır ve Şahin, 1997). Araştırmacılar BUÖ'den elde edilen puanların yorumlanmasında puan aralıkları önermektedir. Bu puan aralıkları ise 0-3 puan aralığı "normal aralık" (normal range), 4-8 puan aralığı "hafif umutsuzluk" (mildhopelessness), 9-14 puan aralığı "orta düzey umutsuzluk" (moderatehopelessness), 14-20 puan aralığı "yoğun umutsuzluk" (severe hopelessness) biçiminde betimlenmektedir (Tanaka, Sakamoto, Ono, Fujihara, ve Kitamura, 1998 ; Akt: Ceyhan, 2004).

Ölçegi geliştiren araştırmacılar, BUÖ'nün güvenirlik ve geçerlik çalışmalarını geniş bir biçimde gerçekleştirmişlerdir (Pillay ve Wassenaar, 1996 ; Akt: Ceyhan, 2004). Ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin çalışmalarda umutsuzluğa ilişkin umut, vazgeçme/motivasyon kaybı ve geleceğe yönelik beklentiler olmak üzere üç faktör bulunmuştur. Aynı zamanda, çalışmalarda intihar girişiminde bulunan kişilerde Cronbach Alfa güvenirlik katsayısının .93 olduğu, madde-toplam puan korelasyonlarının .39 ile .76 arasında değiştiği ve depresif hastalarda BUÖ ile Beck Depresyon Envanteri'nin umutsuzluk içeren maddeleri arasındaki korelasyonun ise .63 olduğu bulunmuştur (Savaşır ve Şahin, 1997). Çeşitli

örneklemler üzerinde gerçekleştirilen çalışmaların sonuçları ölçeğin uygun psikometrik özelliklere sahip olduğunu göstermektedir (Eshun,1999 ; Akt: Ceyhan, 2004).

3.4. Verilerin Toplanması

Veriler toplanırken araştırmacı örneklemi oluşturan beliren yetişkinlere, araştırmanın amacı, ölçekler ve gönüllülük ilkesi hakkında bilgi vermiş ve güvenirliği sağlayabilmek amacıyla öğrencilerden ölçeklerin üzerine isimlerini yazmamaları istenmiştir. Veriler beliren yetişkinlerden 2013-2014 eğitim-öğretim yılında toplanmış ve ölçekleri yanıtlama süresi yaklaşık 30 dakika sürmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

Toplam 512 beliren yetişkin üzerinde yapılan çalışmada, ölçeklerde herhangi bir eksiklik bulunmadığından veri kaybı yaşanmamıştır.

İstatistiksel analizler için NCSS (NumberCruncher Statistical System) 2007&PASS (Power Analysis andSample Size) 2008 Statistical Software (Utah, USA) programı kullanıldı. Çalışma verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metodların (Ortalama, Standart Sapma, Medyan, Frekans, Oran, Minimum, Maksimum) yanı sıra niceliksel verilerin karşılaştırılmasında normal dağılım gösteren parametrelerin iki grup karşılaştırmalarında Student’s t test, normal dağılım göstermeyen parametrelerin iki grup karşılaştırmalarında ise Mann Whitney U test kullanıldı. Normal dağılım gösteren üç ve üzeri grupların

karşılaştırmalarında One-wayAnova test ve farklılığa neden olan grubun tespitinde Tukey HSD test kullanıldı; normal dağılım göstermeyen üç ve üzeri grupların karşılaştırmalarında ise Kruskal Wallis test ve farklılığa neden olan grubun tespitinde Mann Whitney U test kullanıldı. Parametreler arası ilişkilerin değerlendirilmesinde de Pearsonkorelasyon analizi ve Spearman korelasyon analizi kullanıldı. ADÖ alt boyutları ve tanımlayıcı faktörlerin UCLA ve BUÖ puanları üzerine olan etkileri Lineer Regresyon (Backward) Analizi kullanılarak incelendi. Anlamlılık $p<0,01$ ve $p<0,05$ düzeylerinde değerlendirildi.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde, uygulanan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular ve açıklamaları verilmiştir.Kişisel bilgi formundaki tanımlayıcı özelliklere göre, araştırmaya katılan beliren yetişkinlerin aldıkları puanların minimum ve maximum değerleri, ortalama ve standart sapma puanları Tablo 1'de gösterilmiştir.

		Min-Mak	**Ort±ss**
Yaş		18-26	21,10±1,61
		N	**%**
Cinsiyet	Kız	340	66,4
	Erkek	172	33,6
Sınıf	1	117	22,9
	2	148	28,9
	3	94	18,3
	4	153	29,9
Anne eğitim düzeyi	İlköğretim	346	67,6
	Lise	104	20,2
	Üniversite	53	10,4
	Lisansüstü	9	1,8
Baba eğitim düzeyi	İlköğretim	216	42,2
	Lise	158	30,8
	Üniversite	113	22,1
	Lisansüstü	25	4,9

Tablo 1: Tanımlayıcı özelliklerin dağılımı

Beliren yetişkinlerin %22,9'u (n=117) 1.sınıf, %28,9'u (n=148) 2.sınıf, %18,3'ü (n=94) 3.sınıf, %29,9'u (n=153) ise 4.sınıf öğrencisidir.

Beliren yetişkinlerin annelerinin eğitim düzeyleri incelendiğinde; %67,6'sının (n=346) ilköğretim, %20,2'sinin (n=104) lise, %10,4'ünün (n=53) üniversite, %1,8'inin (n=9) lisansüstü eğitime sahip olduğu gözlenmiştir.

Beliren yetişkinlerin babalarının eğitim düzeyleri incelendiğinde; %42,2'sinin (n=216) ilköğretim, %30,8'inin (n=158) lise, %22,1'inin (n=113) üniversite, %4,9'unun (n=25) lisansüstü eğitime sahip olduğu gözlenmiştir.

Tablo 2: UCLA, BUÖ ve ADÖ alt boyut puan dağılımları

		Min-Mak	**Ort±ss**
UCLA		26-71	38,31±8,44
BUÖ		0-20	4,17±4,32
ADÖ	**Problem çözme**	6-24	12,82±3,76
	İletişim	9-36	18,05±4,78
	Roller	11-44	21,67±5,20
	Duygusaltepkiverebilme	6-23	11,65±3,69
	Gereken ilgiyi gösterme	8-26	13,82±2,99
	Davranış kontrolü	9-35	17,26±3,70
	Genel işlevler	10-40	17,43±5,66

Beliren yetişkinlerin UCLA puanları 26 ile 71 arasında değişmekte olup ortalama 38,31±8,44 iken, BUÖ puanları 0 ile 20 arasında değişmekte olup ortalama 4,17±4,32'dir.

ADÖ alt boyut puanları incelendiğinde; beliren yetişkinlerin problem çözme puanlarının 6 ile 24 arasında değişmekte olup ortalama 12,82±3,76; iletişim puanlarının 9 ile 36 arasında değişmekte olup ortalama 18,05±4,78; roller puanlarının 11 ile 44 arasında değişmekte olup ortalama 21,67±5,20; duygusal tepki verebilme puanlarının 6 ile 23 arasında değişmekte olup ortalama 11,65±3,69; gereken ilgiyi gösterme puanlarının 8 ile 26 arasında değişmekte olup ortalama 13,82±2,99; davranış kontrolü puanlarının 9 ile 35 arasında değişmekte olup ortalama 17,26±3,70; genel işlevler puanlarının ise 10 ile 40 arasında değişmekte olup ortalama 17,43±5,66 olduğu saptanmıştır.

Tablo 3: Öğrencilerin cinsiyetine göre UCLA, BUÖ ve ADÖ puan değerlendirmeleri

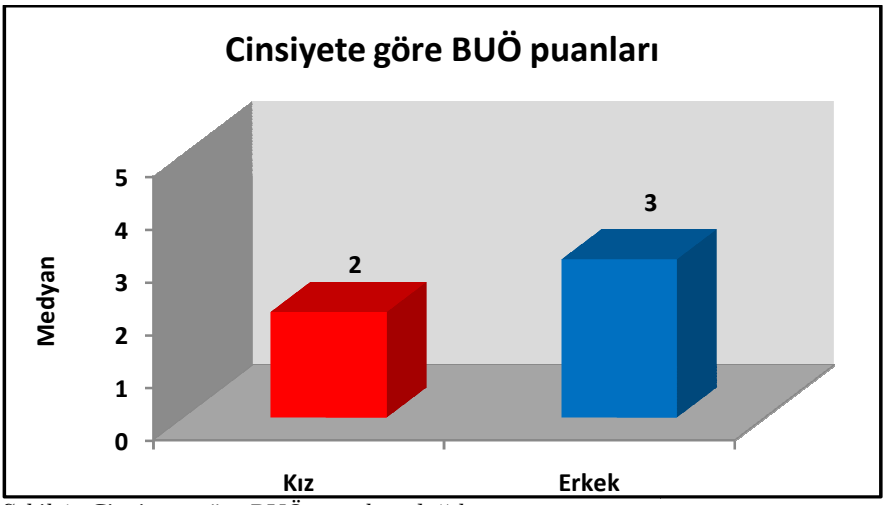
		Cinsiyet			
		Kız (n=339)	Erkek (n=172)	[a]t; [b]z	P
		Ort±ss	Ort±ss		
UCLA		37,84±8,03	39,23±9,14	[a]-1,763	0,079
BUÖ; (medyan)		3,94±4,19 (2,00)	4,62±4,53 (3,00)	[b]-2,098	0,036*
ADÖ	**Problem çözme**	12,53±3,73	13,38±3,76	[a]-2,432	0,015*
	İletişim	17,50±4,57	19,14±5,01	[a]-3,703	0,001**
	Roller	21,07±4,92	22,84±5,54	[a]-3,687	0,001**
	Duygusaltepkiverebilme	11,13±3,63	12,69±3,59	[a]-4,607	0,001**
	Gereken ilgiyi gösterme	13,56±2,83	14,34±3,23	[a]-2,703	0,007**
	Davranış kontrolü	16,99±3,52	17,81±3,99	[a]-2,403	0,017*
	Genel işlevler	16,91±5,23	18,47±6,30	[a]-2,789	0,006**

[a]*Student's t test* [b]*MannWhitney U test* **p<0,05*

***p<0,01*

Öğrencilerin cinsiyetine göre **UCLA** puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Kız öğrencilerin **BUÖ** puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,036; p<0,05).



Şekil 1: Cinsiyete göre BUÖ puanları dağılımı

Aile değerlendirme ölçeği puanları incelendiğinde;

Kız öğrencilerin **ADÖ problem çözme** alt ölçeği puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,015; p<0,05).

Kız öğrencilerin **ADÖiletişim** alt ölçeği puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,001; p<0,01).

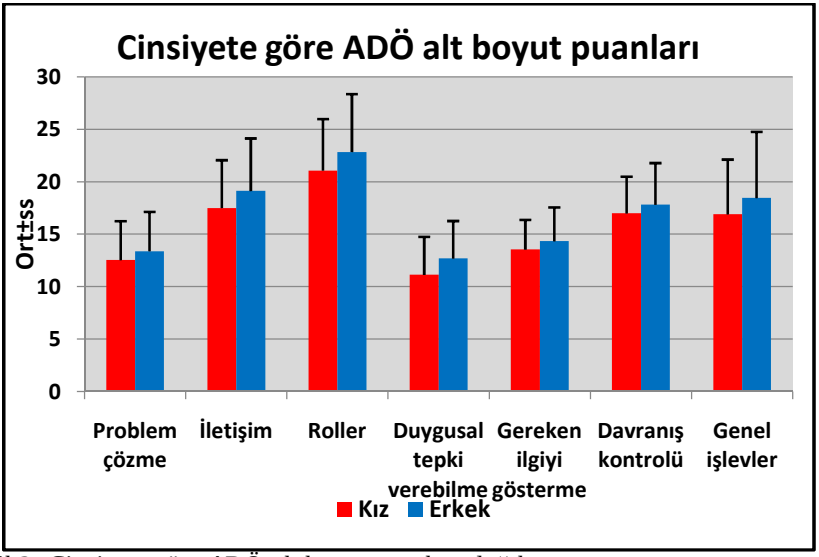
Kız öğrencilerin **ADÖroller** alt ölçeği puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,001; p<0,01).

Kız öğrencilerin **ADÖduygusal tepki verebilme** alt ölçeği puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,001; p<0,01).

Kız öğrencilerin **ADÖgereken ilgiyi gösterme** alt ölçeği puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,007; p<0,01).

Kız öğrencilerin **ADÖdavranış kontrolü** alt ölçeği puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,017; p<0,05).

Kız öğrencilerin **ADÖgenel işlevler** alt ölçeği puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,006; p<0,01).



Şekil 2: Cinsiyete göre ADÖ alt boyut puanları dağılımı

Tablo 4:Öğrencilerin sınıfına göre UCLA, BUÖ ve ADÖ puanları değerlendirmeleri

		Sınıf					
		1 (n=117)	2 (n=148)	3 (n=94)	4 (n=153)	[c]F; [d]χ^2	P
		Ort±ss	Ort±ss	Ort±ss	Ort±ss		
UCLA		39,40±8,68	38,54±8,54	37,47±7,54	37,77±8,65	[c]***1,212***	***0,305***
BUÖ; (medyan)		4,90±4,62 (3,00)	3,84±3,84 (2,50)	4,22±4,72 (2,50)	3,90±4,23 (3,00)	[d]***7,401***	***0,060***
ADÖ	**Problem çözme**	11,75±3,62	12,84±3,73	13,24±3,71	13,35±3,79	[c]***4,670***	***0,003****
	İletişim	16,83±4,93	18,39±4,64	18,19±4,58	18,58±4,80	[c]***3,493***	***0,016****
	Roller	21,12±5,46	21,41±5,10	21,28±4,32	22,57±5,51	[c]***2,277***	***0,079***
	Duygusal tepki verebilme	10,75±3,44	11,36±3,55	12,11±3,80	12,34±3,79	[c]***4,998***	***0,002****
	Gereken ilgiyi gösterme	13,68±3,04	13,66±2,85	13,61±2,68	14,22±3,24	[c]***1,315***	***0,269***
	Davranış kontrolü	16,86±3,94	17,16±3,55	16,74±3,19	17,99±3,88	[c]***3,091***	***0,027****
	Genel işlevler	16,31±5,75	17,33±5,38	17,51±5,32	18,34±5,93	[c]***2,908***	***0,034****

[c]*Tek yönlü varyans analizi* [d]*Kruskal Wallis test* **p<0,05*

***p<0,01*

Öğrencilerin sınıfına göre **UCLA** puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin sınıfına göre **BUÖ** puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Aile değerlendirme ölçeği puanları incelendiğinde;

Öğrencilerin sınıfına göre **ADÖproblem çözme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,003; p<0,01). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; birinci sınıf öğrencilerin puanlarının üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (sırasıyla; p:0,020; p:0,003; p<0,05). Diğer sınıflar arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin sınıfına göre **ADÖiletişim** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,016; p<0,05). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; birinci sınıf öğrencilerin puanlarının ikinci ve dördüncü sınıf öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (sırasıyla; p:0,041; p:0,015; p<0,05). Diğer sınıflar arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin sınıfına göre **ADÖroller** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

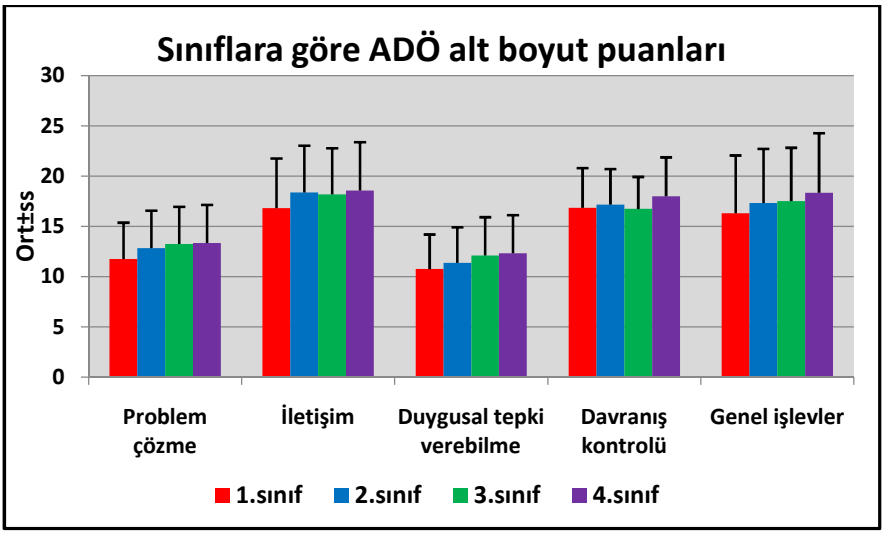
Öğrencilerin sınıfına göre **ADÖduygusal tepki verebilme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,002; p<0,01). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; birinci sınıf öğrencilerin puanlarının üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (sırasıyla; p:0,038; p:0,002; p<0,05). Diğer sınıflar arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin sınıfına göre **ADÖgereken ilgiyi gösterme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin sınıfına göre **ADÖdavranış kontrolü** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,027; p<0,05). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; üçüncü sınıf öğrencilerin puanlarının dördüncü sınıf öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,049; p<0,05). Diğer sınıflar arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin sınıfına göre **ADÖgenel işlevler** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,034;

p<0,05). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; birinci sınıf öğrencilerin puanlarının dördüncü sınıf öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (p:0,018; p<0,05). Diğer sınıflar arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).



Şekil 3: Sınıflara göre ADÖ alt boyut puanları dağılımı

Tablo 5:Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre UCLA, BUÖ ve ADÖ puanları değerlendirmeleri

		Anne eğitim düzeyi					
		İlköğretim (n=346)	**Lise (n=104)**	**Üniversite (n=53)**	**Lisansüstü (n=9)**	$^{d}\chi^2$	***P***
		Ort±ss (medyan)	**Ort±ss (medyan)**	**Ort±ss (medyan)**	**Ort±ss (medyan)**		
UCLA		37,71±8,25 (35,00)	39,11±8,71 (37,50)	39,92±8,33 (39,00)	42,89±10,79 (41,00)	***7,649***	***0,054***
BUÖ		4,01±4,15 (3,00)	4,63±4,61 (3,00)	4,09±4,46 (3,00)	5,22±6,20 (2,00)	***2,237***	***0,525***
ADÖ	**Problem çözme**	13,19±3,71 (13,00)	12,21±3,89 (12,00)	11,77±3,61 (11,00)	11,67±3,20 (11,00)	***12,501***	***0,006*****
	İletişim	18,36±4,82 (18,00)	17,52±4,72 (18,00)	16,75±4,43 (17,00)	19,89±4,54 (19,00)	***7,990***	***0,046****
	Roller	21,82±5,11 (21,00)	21,70±5,36 (21,00)	20,28±5,27 (19,00)	23,67±5,61 (21,00)	***6,436***	***0,092***
	Duygusal tepki verebilme	11,99±3,74 (12,00)	11,01±3,55 (10,50)	10,83±3,41 (10,00)	11,00±3,77 (11,00)	***9,788***	***0,020****
	Gereken ilgiyi gösterme	13,82±3,05 (13,00)	14,01±2,89 (13,00)	13,25±2,49 (13,00)	15,22±4,35 (15,00)	***3,528***	***0,317***
	Davranış kontrolü	17,46±3,62 (17,00)	17,02±3,88 (16,00)	16,02±3,65 (15,00)	19,78±3,23 (19,00)	***13,363***	***0,004*****
	Genel işlevler	17,82±5,66 (17,00)	17,17±5,83 (16,00)	15,38±4,44 (15,00)	17,67±7,97 (14,00)	***9,480***	***0,024****

^{d}Kruskal Wallis test **p<0,05* ***p<0,01*

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerine göre **UCLA** puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte dikkat çekici düzeyde fark olduğu saptanmıştır (p:0,054; p>0,05).

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerine göre **BUÖ** puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Aile değerlendirme ölçeği puanları incelendiğinde;

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre **ADÖproblem çözme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,006; p<0,01). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; anne eğitim düzeyi ilköğretim olan öğrencilerin puanlarının anne eğitim düzeyi lise ve üniversite olan öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (sırasıyla; p:0,015; p:0,007; p<0,05). Diğer eğitim düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre **ADÖiletişim** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,046; p<0,05). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; anne eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilerin puanlarının anne eğitim düzeyi ilköğretim ve lisansüstü olan öğrencilerin

puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır (sırasıyla; p:0,035; p:0,038; p<0,05). Diğer eğitim düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre **ADÖroller** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

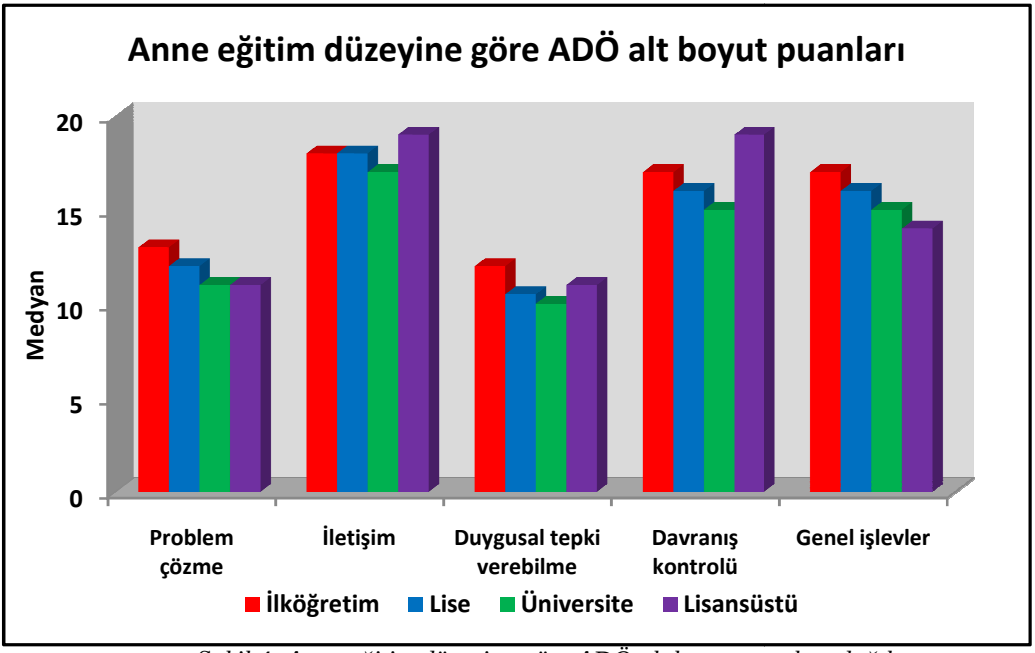
Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre **ADÖduygusal tepki verebilme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,020; p<0,05). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; anne eğitim düzeyi ilköğretim olan öğrencilerin puanlarının anne eğitim düzeyi lise ve üniversite olan öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (sırasıyla; p:0,014; p:0,023; p<0,05). Diğer eğitim düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre **ADÖgereken ilgiyi gösterme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre **ADÖdavranış kontrolü** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,004; p<0,01). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; anne eğitim düzeyi lisansüstü olan öğrencilerin

puanlarının anne eğitim düzeyi ilköğretim, lise ve üniversite olan öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (sırasıyla; p:0,039; p:0,025; p:0,005; p<0,05). Ayrıca anne eğitim düzeyi ilköğretim olan öğrencilerin anne eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (p:0,005; p<0,01). Diğer eğitim düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyine göre **ADÖ genel işlevler** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,024; p<0,05). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; anne eğitim düzeyi ilköğretim olan öğrencilerin puanlarının anne eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (p:0,003; p<0,01). Diğer eğitim düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).



Şekil 4: Anne eğitim düzeyine göre ADÖ alt boyut puanları dağılımı

Tablo 6:Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre UCLA, BUÖ ve ADÖ puanları değerlendirmeleri

		Baba eğitim düzeyi					
		İlköğretim (n=216)	Lise (n=158)	Üniversite (n=113)	Lisansüstü (n=25)	[c]F; [d]χ^2	P
		Ort±ss	Ort±ss	Ort±ss	Ort±ss		
UCLA		38,11±8,55	38,06±8,15	39,02±8,61	38,48±8,81	[c]*0,356*	*0,785*
BUÖ; (medyan)		4,29±4,33 (3,00)	3,84±3,97 (2,00)	4,22±4,59 (3,00)	4,96±5,09 (3,00)	[d]*1,969*	*0,579*
ADÖ	**Problem çözme**	13,19±3,70	12,78±3,82	12,43±3,83	11,56±3,32	[c]*2,067*	*0,104*
	İletişim	18,18±4,79	18,11±4,87	17,87±4,64	17,40±4,97	[c]*0,271*	*0,846*
	Roller	22,10±5,37	21,49±4,93	20,97±5,04	22,16±5,98	[c]*1,314*	*0,269*
	Duygusal tepki verebilme	12,00±3,74	11,54±3,57	11,13±3,77	11,72±3,55	[c]*1,427*	*0,234*
	Gereken ilgiyi gösterme	13,71±3,14	14,05±2,94	13,64±2,69	14,16±3,37	[c]*0,652*	*0,582*
	Davranış kontrolü	17,70±3,62	17,18±3,78	16,49±3,66	17,52±3,74	[c]*2,746*	*0,042**
	Genel işlevler	17,87±5,77	17,41±5,31	16,71±5,81	17,08±6,05	[c]*1,074*	*0,360*

[c]*Tek yönlü varyans analizi* [d]*Kruskal Wallis test* **p<0,05*

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeylerine göre **UCLA** puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeylerine göre **BUÖ** puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Aile değerlendirme ölçeği puanları incelendiğinde;

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre **ADÖ problem çözme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre **ADÖ iletişim** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

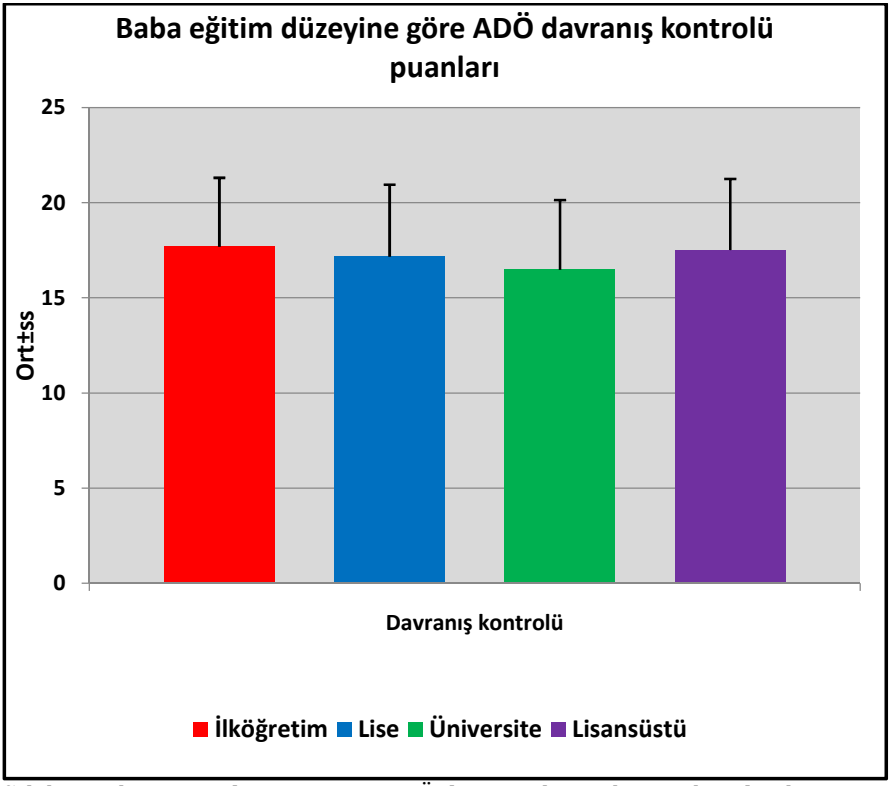
Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre **ADÖ roller** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre **ADÖduygusal tepki verebilme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre **ADÖgereken ilgiyi gösterme** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre **ADÖdavranış kontrolü** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p:0,004; p<0,01). Farklılığı yaratan grubu belirlemek için yapılan ikili değerlendirmelere göre; baba eğitim düzeyi ilköğretim olan öğrencilerin puanlarının baba eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (p:0,001; p<0,01). Diğer eğitim düzeyleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).

Öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre **ADÖgenel işlevler** alt ölçeği puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır (p>0,05).



Şekil 5: Baba eğitim düzeyine göre ADÖ davranış kontrolü puanları dağılımı

Tablo 7: Öğrencilerin yaşları ile UCLA, BUÖ ve ADÖ puanları ilişkisi

		Yaş (yıl)	
		R	***P***
UCLA		[e]0,025	***0,580***
BUÖ		[f]-0,042	***0,339***
ADÖ	**Problem çözme**	[e]0,081	***0,067***
	İletişim	[e]0,080	***0,071***
	Roller	[e]0,144	***0,001*****
	Duygusal tepki verebilme	[e]0,173	***0,001*****
	Gereken ilgiyi gösterme	[e]0,091	***0,039****
	Davranış kontrolü	[e]0,103	***0,020****
	Genel işlevler	[e]0,116	***0,009*****

[e]r:Pearson korelasyon katsayısı *[f]r:Spearman korelasyon katsayısı*

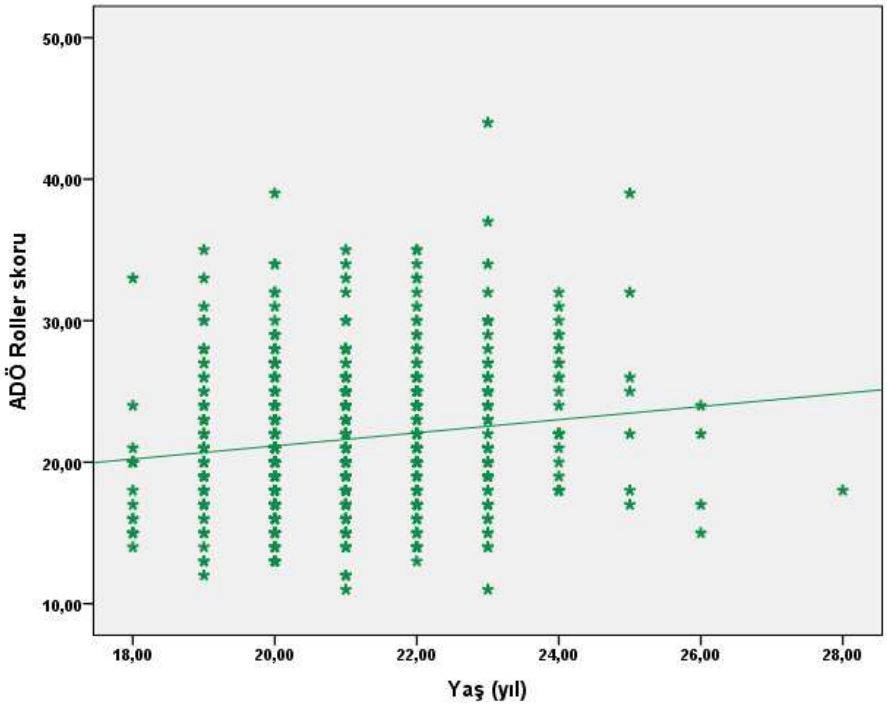
**p<0,05* ***p<0,01*

Öğrencilerin yaşları ile **UCLA** ve **BUÖ** puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki gözlenmemiştir (p>0,05).

Aile değerlendirme ölçeği puanları incelendiğinde;

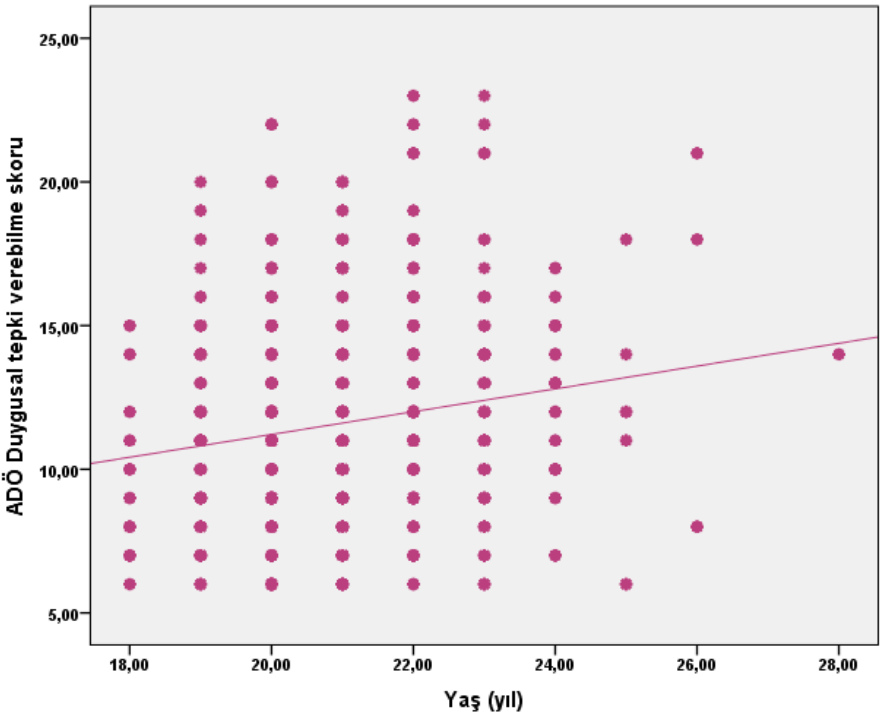
Öğrencilerin yaşları ile **ADÖ problem çözme** ve iletişim alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki gözlenmemiştir (p>0,05).

Öğrencilerin yaşları ile **ADÖ roller** alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte pozitif yönde çok düşük düzeyde (%14,4) ilişki olduğu saptanmıştır (r:0,144; p:0,001; p<0,01).



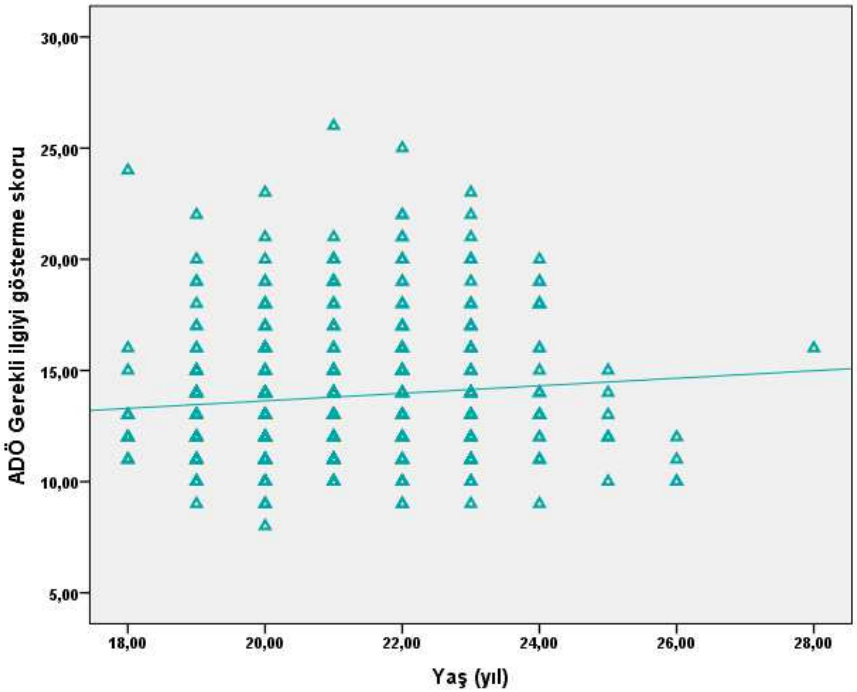
Şekil 6: Öğrencilerin yaşları ile ADÖ Roller puanı ilişkisi

Öğrencilerin yaşları ile **ADÖ duygusal tepki verebilme** alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte pozitif yönde çok düşük düzeyde (%17,3) ilişki olduğu saptanmıştır (r:0,173; p:0,001; p<0,01).



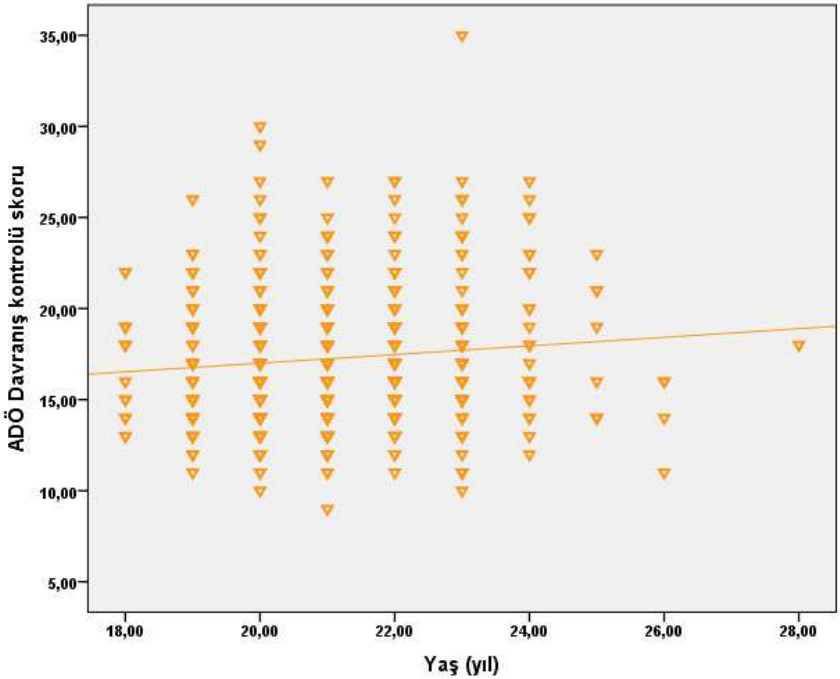
Şekil 7: Öğrencilerin yaşları ile ADÖ Duygusal tepki verebilme puanı ilişkisi

Öğrencilerin yaşları ile **ADÖ gereken ilgiyi gösterme** alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte pozitif yönde çok düşük düzeyde (%9,1) ilişki olduğu saptanmıştır (r:0,091; p:0,039; p<0,05).



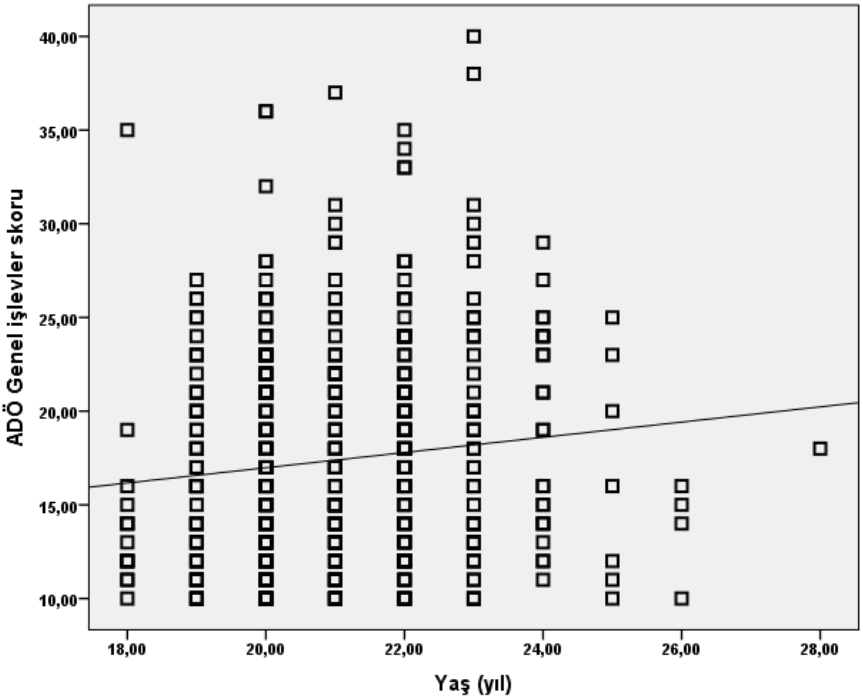
Şekil 8: Öğrencilerin yaşları ile ADÖ Gerekli ilgiyi gösterme puanı ilişkisi

Öğrencilerin yaşları ile **ADÖ davranış kontrolü** alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte pozitif yönde çok düşük düzeyde (%10,3) ilişki olduğu saptanmıştır (r:0,103; p:0,020; p<0,05).



Şekil 9: Öğrencilerin yaşları ile ADÖ Davranış kontrolü puanı ilişkisi

Öğrencilerin yaşları ile **ADÖ genel işlevler** alt ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı olmakla birlikte pozitif yönde çok düşük düzeyde (%11,6) ilişki olduğu saptanmıştır (r:0,116; p:0,009; p<0,01).



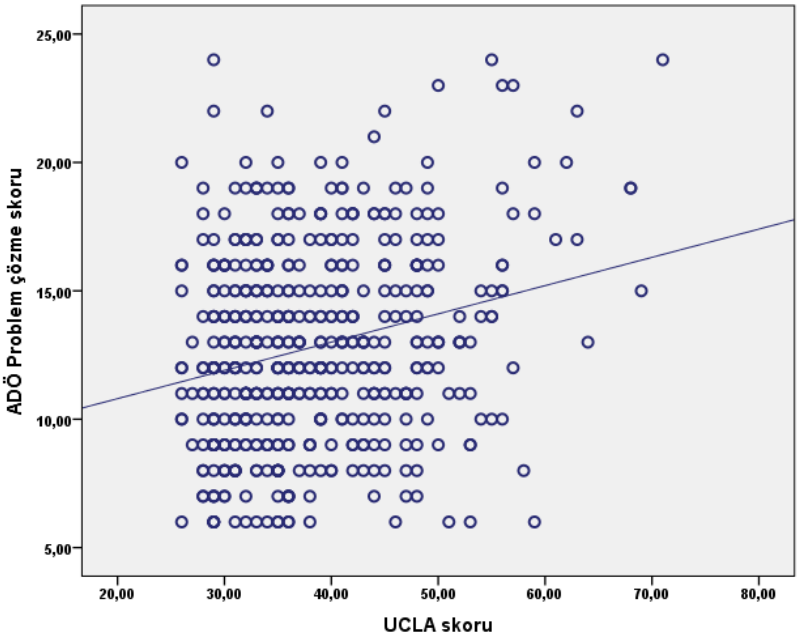
Şekil 10: Öğrencilerin yaşları ile ADÖ Genel işlevler puanı ilişkisi

Tablo 8: ADÖ alt boyut puanları ile UCLA ve BUÖ puanları ilişkisi

		UCLA		BUÖ	
		[e]r	*P*	[f]r	*P*
ADÖ	**Problem çözme**	0,247	***0,001*****	0,177	***0,001*****
	İletişim	0,313	***0,001*****	0,219	***0,001*****
	Roller	0,306	***0,001*****	0,284	***0,001*****
	Duygusal tepki verebilme	0,274	***0,001*****	0,171	***0,001*****
	Gereken ilgiyi gösterme	0,258	***0,001*****	0,164	***0,001*****
	Davranış kontrolü	0,311	***0,001*****	0,266	***0,001*****
	Genel işlevler	0,378	***0,001*****	0,294	***0,001*****

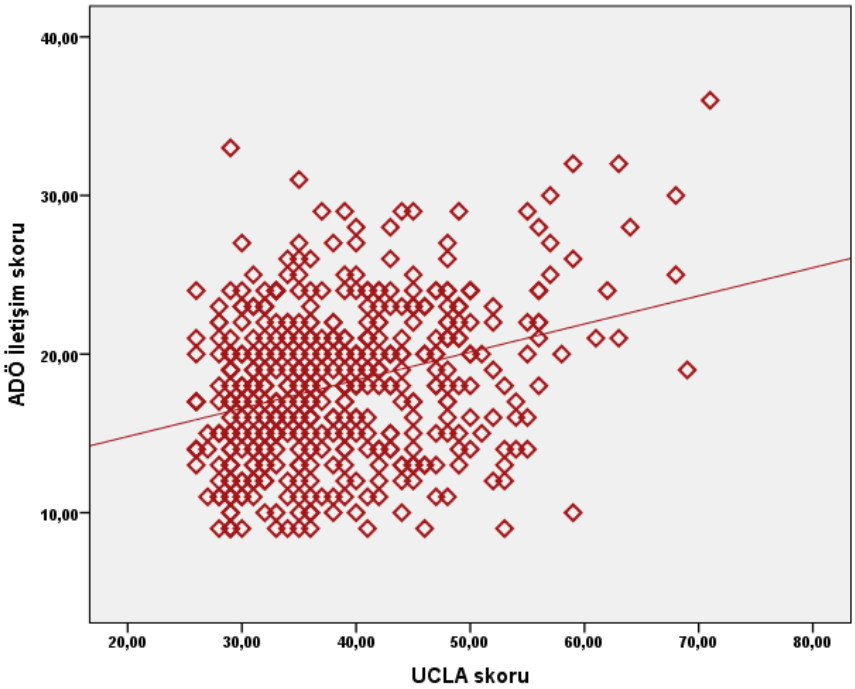
*[e]r:Pearson korelasyon katsayısı [f]r:Spearman korelasyon katsayısı **p<0,01*

Öğrencilerin **ADÖ problem çözme** alt boyut puanları ile UCLA puanları arasında pozitif yönde %24,7 düzeyinde BUÖ puanları ile ise pozitif yönde %17,7 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla; r:0,247; p:0,001; r:0,177; p:0,001; p<0,01).



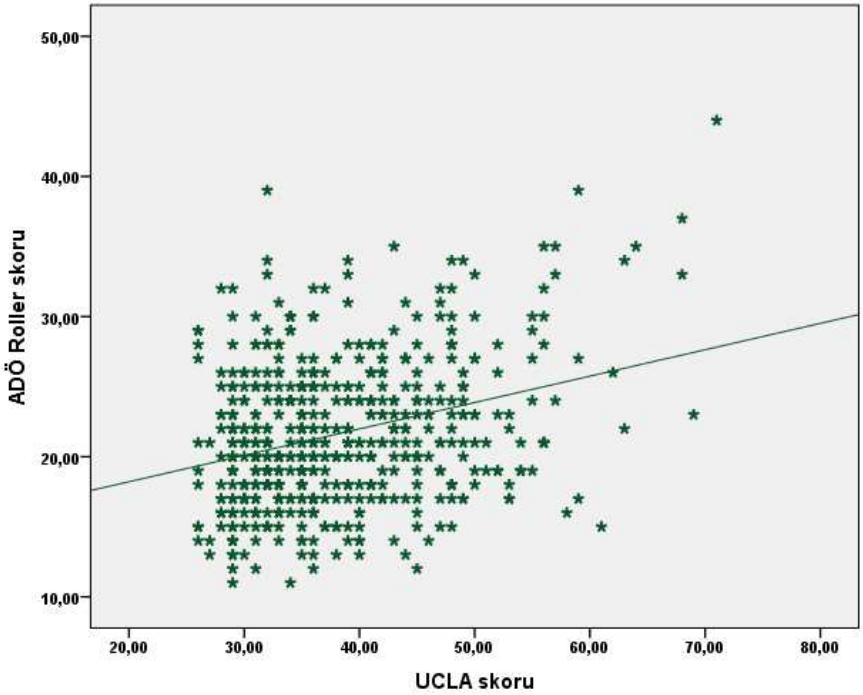
Şekil 11: UCLA puanı ile ADÖ Problem çözme puanı ilişkisi

Öğrencilerin **ADÖ iletişim** alt boyut puanları ile UCLA puanları arasında pozitif yönde %31,3 düzeyinde BUÖ puanları ile ise pozitif yönde %21,9 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla; r:0,313; p:0,001; r:0,219; p:0,001; p<0,01).



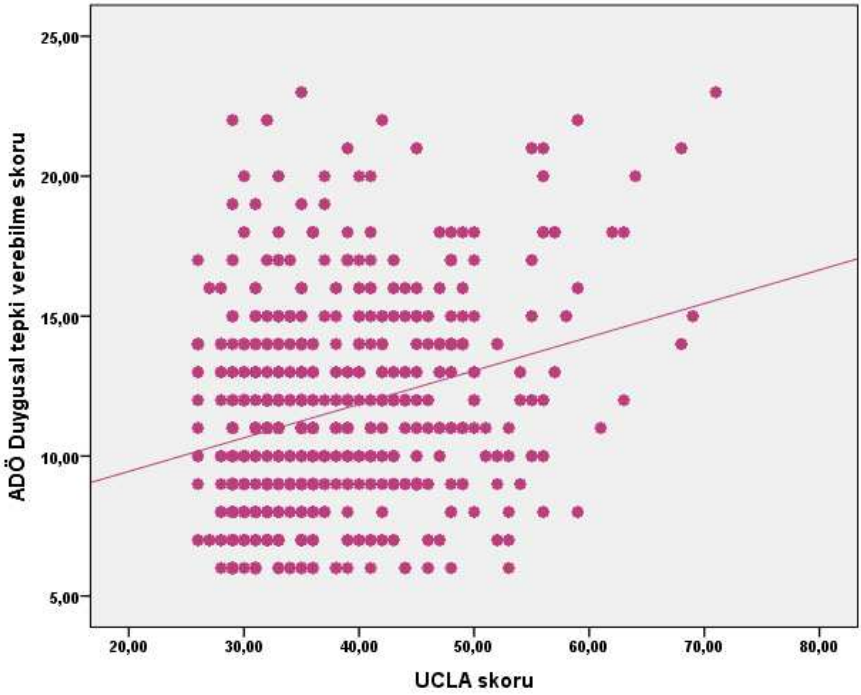
Şekil 12: UCLA puanı ile ADÖ İletişim puanı ilişkisi

Öğrencilerin **ADÖ roller** alt boyut puanları ile UCLA puanları arasında pozitif yönde %30,6 düzeyinde BUÖ puanları ile ise pozitif yönde %28,4 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla; r:0,306; p:0,001; r:0,284; p:0,001; p<0,01).



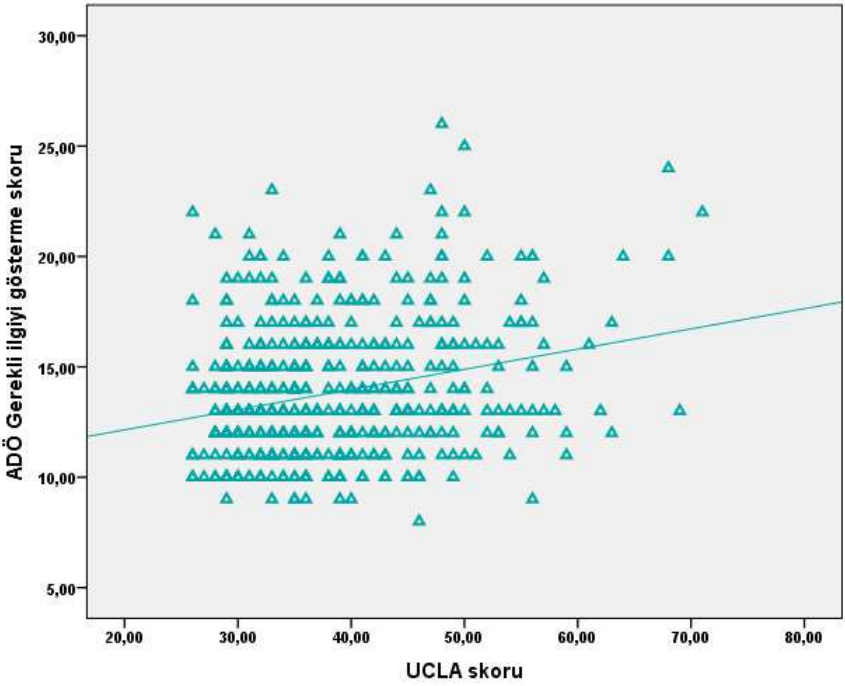
Şekil 13: UCLA puanı ile ADÖ Roller puanı ilişkisi

Öğrencilerin **ADÖ duygusal tepki verebilme** alt boyut puanları ile UCLA puanları arasında pozitif yönde %27,4 düzeyinde BUÖ puanları ile ise pozitif yönde %17,1 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla; r:0,274; p:0,001; r:0,171; p:0,001; p<0,01).



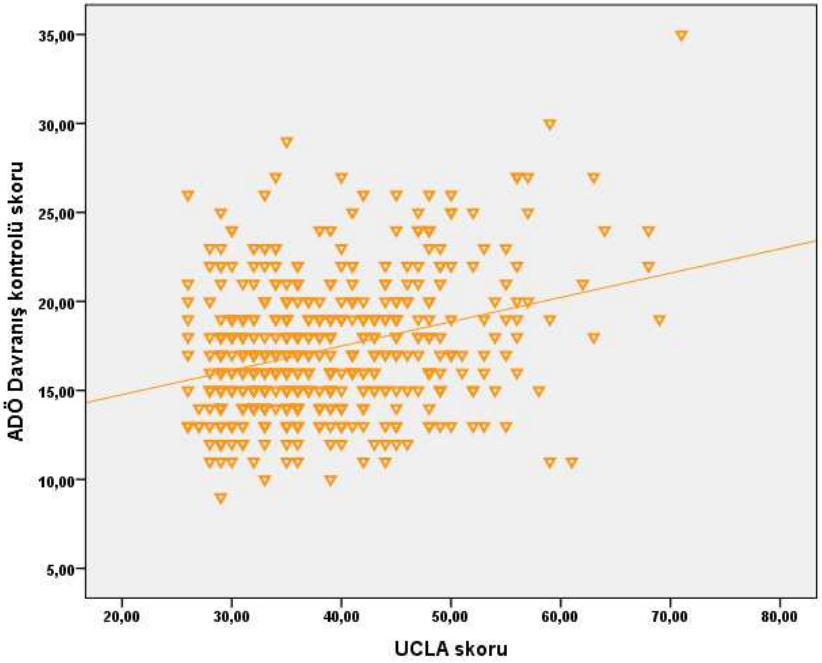
Şekil 14: UCLA puanı ile ADÖ Duygusal tepki verebilme ilişkisi

Öğrencilerin **ADÖ gereken ilgiyi gösterme** alt boyut puanları ile UCLA puanları arasında pozitif yönde %25,8 düzeyinde BUÖ puanları ile ise pozitif yönde %16,4 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla; r:0,258; p:0,001; r:0,164; p:0,001; p<0,01).



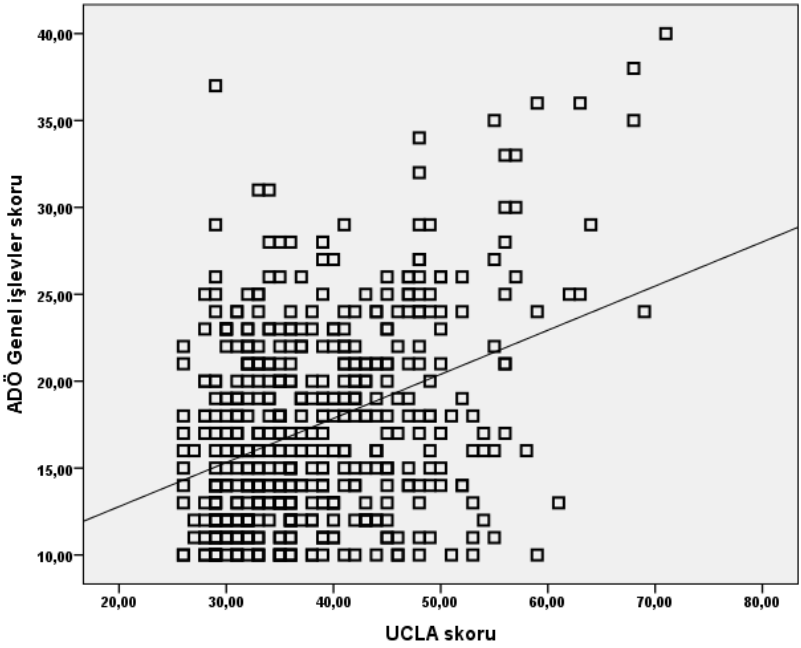
Şekil 15: UCLA puanı ile ADÖ Gerekli ilgiyi gösterme ilişkisi

Öğrencilerin **ADÖ davranış kontrolü** alt boyut puanları ile UCLA puanları arasında pozitif yönde %31,1 düzeyinde BUÖ puanları ile ise pozitif yönde %26,6 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla; r:0,311; p:0,001; r:0,266; p:0,001; p<0,01).



Şekil 16: UCLA puanı ile ADÖ Davranış kontrolü ilişkisi

Öğrencilerin **ADÖ genel işlevler** alt boyut puanları ile UCLA puanları arasında pozitif yönde %37,8 düzeyinde BUÖ puanları ile ise pozitif yönde %29,4 düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla; r:0,378; p:0,001; r:0,294; p:0,001; p<0,01).



Şekil 17: UCLA puanı ile ADÖ Genel işlevler ilişkisi

Beliren yetişkinlerin Aile Değerlendirme Ölçeği alt boyut puanlarının (problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü, genel işlevler) UCLA puanları üzerine etkisini araştırmak için ise Lineer Regresyon (Backward) analizi uygulanmıştır.

Tablo 9: Model Özeti

Model	R	R Kare	Düz R Kare	Std. Hata
1	0,388	0,150	0,147	7,79

Analize alınan bağımsız değişkenlerin UCLA puanı üzerine etki derecelerini gösteren model özeti ise Tablo 9'da verilmiştir. Buna göre (R^2=0.150) bağımsız değişkenler UCLA puanını %15,0 oranında etkilediği ve (F=44,990; p = 0.001; p<0.01) söz konusu değişkenler arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu anlaşılmaktadır. Yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 10'da gösterilmektedir.

Tablo 10: Bağımsız değişkenler ile UCLA puanı arasındaki ilişki

Model	B	*T*	*p*	B için %95,0 Güven Aralığı	
				Alt Sınır	Üst Sınır
(Sabit)	25,948	15,613	**0,001****	22,683	29,213
ADÖ gereken ilgiyi gösterme	0,271	2,052	**0,041***	0,011	0,530
ADÖ genel işlevler	0,494	7,079	**0,001****	0,357	0,632
•ADÖ roller	-0,005	-0,043	0,966	-0,212	0,203
•ADÖ problem çözme	0,007	0,053	0,958	-0,251	0,265
•ADÖ duygusal tepki verebilme	-0,058	-0,410	0,682	-0,337	0,220
•ADÖ iletişim	0,125	1,173	0,241	-0,085	0,335
•ADÖ davranış kontrolü	0,192	1,501	0,134	-0,059	0,444

**p<0,05* ***p<0,01*

Yapılan regresyon analizi sonucunda ADÖ gereken ilgiyi gösterme ve genel işlevler alt ölçeklerinin modele anlamlı etkileri olduğu görülmektedir. ADÖ gereken ilgiyi gösterme alt ölçek puanının etkisi p<0,05 düzeyinde anlamlı

bulunurken; ADÖ genel işlevler alt ölçek puanının etkisi p<0,01 düzeyinde modelde etkili olarak saptanmıştır.

Öğrencilerin Aile Değerlendirme Ölçeği alt boyut puanlarının (problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü, genel işlevler) BUÖ puanları üzerine etkisini araştırmak için Lineer Regresyon (Backward) analizi uygulanmıştır.

Analize alınan bağımsız değişkenlerin BUÖ puanları üzerindeki regresyon sonucuna göre (R^2=0.167) bağımsız değişkenler BUÖ puanını %16,7 oranında etkilediği ve (F=33,948; p = 0.001; p<0.01) söz konusu değişkenler arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu anlaşılmaktadır. Model özeti Tablo 12'de gösterilmektedir.

Tablo 11: Bağımsız değişkenler ile BUÖ puanı arasındaki ilişki

Model	B	*T*	*P*	B için %95,0 Güven Aralığı	
				Alt Sınır	Üst Sınır
(Sabit)	-1,757	-2,050	**0,041***	-3,441	-0,073
ADÖ duygusal tepki verebilme	-0,177	-2,603	**0,010***	-0,310	-0,043
ADÖ davranış kontrolü	0,149	2,316	**0,021***	0,023	0,275
ADÖ genel işlevler	0,310	6,029	**0,001****	0,209	0,412
•ADÖ problem çözme	-0,004	-0,057	0,955	-0,136	0,128
•ADÖ iletişim	-0,008	-0,131	0,896	-0,122	0,107
•ADÖ gereken ilgiyi gösterme	0,041	0,595	0,552	-0,095	0,178
•ADÖ roller	0,053	1,019	0,309	-0,049	0,156

**p<0,05* ***p<0,01*

Yapılan regresyon analizi sonucunda ADÖ duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel işlevler alt ölçeklerinin modele anlamlı etkileri olduğu görülmektedir. ADÖ duygusal tepki verebilme ve davranış kontrolü alt ölçek puanlarının etkisi $p<0,05$ düzeyinde anlamlı bulunurken; ADÖ genel işlevler alt ölçek puanının etkisi $p<0,01$ düzeyinde modelde etkili olarak saptanmıştır.

BÖLÜM V

TARTIŞMA ve YORUM

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgulara ilişkin yorumlar yapılarak, bulgular literatürdeki diğer araştırma bulgularına benzerlik ve farklılıkları açısından değerlendirilmiştir.

Araştırma bulguları beliren yetişkinlerde yalnızlığı en fazla yordayan değişkenlerin genel işlevler ve gereken ilgiyi gösterme olduğunu göstermektedir Aile üyelerinin görev ve sorumlulukları paylaşması, ailenin birlik ve beraberliğini güçlendiren önemli bir etkendir. Bireyin ailede bu paylaşımı yaşadığında kendisini ailesinin bir parçası olarak hissedeceği ve yalnızlık duygusunun azalacağı düşünülmektedir. Ailede düşüncelerini özgürce ifade edebilen, arkadaşlık ilişkilerine zorlama ve baskılarla müdahale edilmeyen, sevgi, şefkat gibi duyguların bastırılmadığı bir aile ortamında birey kendisini ailenin bir parçası olarak görebilecektir. Birey aile ortamında kazandığı bu tutumları ve davranışları üniversitede girdiği yeni etkileşimlerine de yansıtacağı ve yeni etkileşimlere girmekten kaçınmayacağı, katı ve hoşgörüsüz tutumlarla yetişen, sevgi ve şefkatten mahrum kalan, arkadaşlık ilişkilerinde bastırılmış ve söz hakkı olmayan beliren yetişkinlerin ise, üniversite döneminde bu bastırılmışlıkla yeni etkileşimlerden kaçınacağı düşünülmektedir.

Bunun yanında ebeveynin tutumları da aile içinde hoşgörünün, sevginin ve ilginin gösterilip gösterilmediği gibi etkenler de bireyi yalnızlık duygusunu olumsuz etkileyebilmektedir. Otoriter anne-babalar katı kurallar koymakta ve bu kuralların uygulanması için çocukları zorlamaktadır. Ebeveynler sık sık bağırmakta ve öfkelenmekte ve fiziksel cezalandırma yapmaktadırlar. Çocuklar da bu tür tutumları kişiliklerine saldırı olarak algılayabilmektedir. Demokratik anne-babalar ise aile içinde aile içindeki kurallar üzerinde çocukların da konuşmasına izin verir ve çocukların katılımını destekler. Çocukların kabul edilmeyen davranışlarında hoşgörü ve olumlu açıklama söz konusudur. Dolayısıyla bu ailelerin çocukları etkin, sosyal ve arkadaş canlısı olma eğilimindedirler. Bireylerin aileleri ile kurdukları ilişkilerin sağlıklı ve sağlıksız niteliğine göre, bireyler çevreyle kurdukları ilişkilere bu durumu yansıtmakta, bazen etkileşime girmekten kaçınarak yalnızlaşmaktadırlar (Buluş, 1997). Aile içinde söz hakkı olmayan, gerekli ilgiyi görmeyen bireyler kendini yeterli desteği alamamış hissetmekte ve aile içinde birliktelik duygusu hissetmeyen bireylerin üniversitede yeni etkileşimler kurmakta zorlandıkları görülmektedir.

Literatürde ilgili araştırmalara bakıldığında;

Tan (2000) yaptığı çalışmada, aile destek düzeyi, cinsiyet, anne-baba eğitim düzeyi, ailenin ekonomik durumu, kardeş sayısı ve sınıf düzeyi değişkenlerinin yalnızlık düzeyi ve denetim odağına etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, aile destek düzeyi arttıkça, öğrencilerin yalnızlık düzeyinin

önemli ölçüde azaldığı ortaya konmuştur. Öztürk, Sevindik, Yaman (2006) öğrencilerin sosyal destek ve yalnızlık durumlarını ve bunlara etki eden faktörleri incelemişlerdir. Çalışmanın sonucunda, anne-baba tutumunun sosyal destek ile ilişkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Çeçen (2008) yaptığı çalışmada, anne-babalarını otoriter algılayan beliren yetişkinlerin, demokratik yani daha sıcak ve sevecen algılayanlara göre daha fazla yalnızlık hissettikleri, anne-baba tutumlarını demokratik algılayanların, otoriter ve ilgisiz algılayanlara göre daha az yalnızlık hissettikleri ve yüksek arkadaş ve aile sosyal desteğine sahip oldukları ortaya koymuştur. Duru (2008) çalışmasında, öğrencilerin sosyal bağlılık, aile desteği arttıkça yalnızlık düzeylerinin azaldığını ortaya koymuştur. Özatça (2009) çalışmasında, aile işlevlerinin ergenlerdeki sosyal ve duygusal yalnızlığı yordayıp yordamadığını incelemiştir. Çalışma sonucunda, genel işlevler ve gereken ilgiyi gösterme alt boyutlarının, yalnızlığa anlamlı etkisi olduğu görülmektedir. Literatür bulguları ile çalışma sonucunun tutarlı olduğu görülmektedir.

Araştırma sonuçları, umutsuzluğu en fazla yordayan değişkenlerin ise duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel işlevler olduğunu göstermektedir.

Sağlıklı ve sağlıksız aile ilişkisi yalnızlığı etkilediği gibi umutsuzluk düzeyini de etkilemektedir (Buluş, 1997). Aile içindeki bireyler aile içinde olumlu (sevgi, mutluluk, kabullenme) ve olumsuz (kızgınlık, üzüntü, öfke)

duyguları yaşadıklarında, bireyin umutsuzluk düzeyinin bu yaşantılardan etkilendiği ve bu duygular bastırıldığında, bireyin kendisini umutsuz hissettiği düşünülmektedir. Duyguların ve davranışların bastırılması genelde çocuklarına kuralcı davranan ve katı kurallar koyan ebeveyn tutumlarıyla gerçekleşmektedir. Aile içinde duyguların belli edilmemesi, çocuğun, ailesi tarafından kabul edilmediğini düşünmesine ve davranışlarının bastırılması sonucunda da üniversitede yeni girişimlerde bulunması konusunda kendisini umutsuz hissetmesine neden olduğu düşünülmektedir. Bu yaşantılar sonucunda da birey yeni rollerine alışırken gelecek kaygısı ve sosyal destek ile ilgili bazı sorunlarla karşılaşmakta bu da umutsuzluk düzeyini arttırmaktadır (Şahin, 2009).

Erken dönemlerde ebeveynlerle kurulan ilişkinin niteliği, çocuğun ebeveynini nasıl değerlendirdiği umutsuzluk düzeyini etkileyen önemli bir etkendir. Çünkü çocukluk döneminde kurulan ilişkiler, üniversiteye gelindiğinde kurulan ilişkilerle bağlılık göstermektedir (Sezer, Aldemir ve Tekin, 2011). Ailesiyle kurduğu ilişkileri üniversite yıllarında sosyal çevresine taşıyan bireylerin, sosyal çevresiyle kurdukları sağlıksız ilişkileri beliren yetişkinin psiko-sosyal uyumunu önemli ölçüde etkilemekte, birey yalnızlaşmakta ve böylece dünyaya dair fikir gelişimi, olanakları değerlendirme şekline bağlı olarak umutsuzluk düzeyi bu durumdan olumsuz etkilenmektedir (Barry ve ark., 2013b).

Çalışmanın sonuçlarının, literatür bulguları ile örtüştüğü görülmektedir. Literatür bulgularına bakacak olursak;

Topçugil (2002) çocukların aile işlevselliğini ve aile işlevlerinin çocukların psikolojik, sosyal ve fiziksel gelişimlerine etkisini araştırdığı çalışmasında, annelerin, 'Davranış Kontrolü' boyutunun çocukların sosyal-duygusal gelişimleriyle anlamlı bir ilişkisi olduğunu, babanın 'Davranış Kontrolü' boyutunun ise çocuğun algılaması üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Otlu (2008) çalışmasında, öğrencilerin depresyon düzeyi ile ailedeki 'problem çözme', 'iletişim', 'duygusal tepki verebilme', 'gereken ilgiyi gösterme' ve 'davranış kontrolü' gibi aile işlevleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucunda, aile işlevleri sağlıksız fonksiyon gösterdikçe depresyon puanlarının arttığı ortaya konmuştur. Taştan (2013) çalışmasında, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin babalarıyla olan ilişkisini ve çatışma çözme süreçlerini incelemiştir. Bu çalışma, beliren yetişkinlerin babalarıyla kurdukları ilişkinin niteliğinin yıkıcı ve yapıcı çatışma çözme stillerini etkilediğini ortaya çıkarmıştır.

Sonuç olarak beliren yetişkinlerde yaşanan yalnızlığı gereken ilgiyi gösterme ve genel işlevler alt boyutlarının yordadığı , aile işlevlerinin diğer 5 boyutunun (problem çözme, roller, iletişim, duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü) yalnızlığı yordayacak kadar anlamlı olmadığı görülmüştür. Beliren yetişkinlerde yaşanan umutsuzluğu ise duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel işlevler alt boyutlarının yordadığı, aile işlevlerinin diğer 4 boyutunun (iletişim, roller, gereken ilgiyi gösterme, problem çözme) umutsuzluğu yordayacak kadar anlamlı olmadığı görülmüştür.

BÖLÜM VI

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sonuçlarının genel bir değerlendirmesi yapılmış ve bu değerlendirmeler sonucunda hem uygulamaya hem de ileride bu alanda yapılacak araştırmalara öneriler sunulmuştur.

6.1. Sonuçlar

Bu çalışmada aile işlevlerinin (genel işlevler, duygusal tepki verebilme, problem çözme, gereken ilgiyi gösterebilme, iletişim, roller ve davranış kontrolü)beliren yetişkinlerin yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerini anlamlı bir şekilde yordayıp yordamadığına bakılmıştır.

Araştırmanın sonucuna göre, beliren yetişkinlerde yalnızlığı en fazla yordayan değişkenlerin, genel işlevler ve gereken ilgiyi gösterebilme alt boyutları olduğu, aile işlevlerinin diğer 5 boyutunun (roller, problem çözme, iletişim, davranış kontrolü) yalnızlığı yordayacak kadar anlamlı olmadığı görülmektedir. Umutsuzluğu yordayan alt boyutların ise duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel işlevler olduğu, aile işlevlerinin diğer 4 boyutunun (problem çözme, roller, iletişim, gereken ilgiyi gösterme) umutsuzluğu yordayacak kadar anlamlı olmadığı görülmüştür.

6.2. Öneriler

Çalışmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda uygulamalar ve gelecekte yapılacak olan ilişkin öneriler aşağıda sunulmuştur

6.2.1. Uygulamalar Açısından Öneriler

1) Yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen en önemli kaynak ailedir. Çocukluk ve ergenlik döneminde aileyle kurulan ilişkiler, beliren yetişkinlik dönemindeki çevre ile kurulan etkileşimleri etkilediğinden, çocukluk döneminden itibaren ebeveynlere aile içi tutumlar, kurulan ilişkiler konusunda eğitici seminerler verilebilir.

2) Ailelerin yanı sıra çocuklara da, bu süreçlerde yaşanan yalnızlık ve umutsuzluk duygusu ile ilgili bilgilendirme çalışmaları yapılabilir.

3) Yalnızlık ve umutsuzluk duygusunu yoğun yaşayan bireylere gönüllülük doğrultusunda bireysel yada grupla danışmalar yapılabilir. Bu dönemde yapılacak erken müdahaleler, beliren yetişkinlik döneminde yeni rollerine alışmaya çalışan beliren yetişkinin alışma sürecine katkı sağlayabilir.

6.2.2. Yapılacak Çalışmalar Açısından Öneriler

1) Bu çalışma Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde araştırmacının ulaşabildiği

fakültedeki beliren yetişkinlerle yapılmış olup, daha büyük ve farklı bir örneklemle yapılabilir.

2) Yapılan bu çalışma sadece beliren yetişkinlerden bilgi alınarak yapılmıştır. Farklı bir çalışmada bu veriler hem beliren yetişkinlerden hem de aile üyelerinden toplanabilir.

KAYNAKÇA

(2014a, Mayıs 15). www.tdk.gov.tr: http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.53748b3eea85f5.55118517 adresinden alınmıştır

(2014b, Mayıs 15). www.tdk.gov.tr: http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.53748ba1ce1891.82746453 adresinden alınmıştır

Akbağ, M. (2012). Bilişsel Terapi. N. L. Murdock içinde, *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları: Olgu Sunumu Yaklaşımıyla* (F. Akkoyun, Çev., s. 315-350). Ankara: Nobel Yayınları.

Arıcıoğlu, A. (2014). Aile Terapisi. S. R. Sharf içinde, *Psikoterapi ve Psikolojik Danışma Kuramları: Kaavramlar ve Örnek Olaylar(5. Basım)* (N. Voltan Acar, Çev., s. 476-506). Ankara: Nobel Yayıncılık.

Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development from The Late Teens Through The Twenties. *American Psychlogist, 55*, 469-480.

Arnett, J. J. (2004). *Emerging Adulthood: The Winding Road Froam the Late Teens Through the Twenties.* New York: Oxford University Press.

Arnett, J. J. (2006). Emerging Adulthood: Understanding The New Way of Coming of Age. J. Arnett, & J. L. Tanner (Dü) içinde, *Emerging Adults in America: Coming of Age in The 21st Century* (s. 3-19). Washington, DC: American Psychlogical Association.

Arnett, J. J. (2007). Emerging Adulthood: What is it and what is it good for? *Child Development Perspectives, 1*, 68-73.

Arslan, C., Hamarta, E., Özyeşil, Z., & Saygın, Y. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Kimlik Statüleri Açısından İncelemesi. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 31*, 89-99.

Atak, H. (2005). Beliren Yetişkinlik: Yeni Bir Yaşam Döneminin Türkiye'de İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Atak, H. (2011). Yetişkinliğe Aşamalı Geçiş: Beliren Yetişkinlik Tek Bir Ana Yol Mu? *Elementary Educatıon Onlıne, 10*(1), 51-67.

ştan, N. (2012). Agency In The Emergıng Adulthood Perıod: An Intoductorystudy In Turkey. *European Journal of Social Science, 32*, 97-107.

Aydın, B., & Öztütüncü, F. (2001). Adolescends Negatıve Thought, Depressive Mood And Famıly Envıronment. *Adolescence, 36*(141), 77-83.

Barry, M. C., May, E., Chiravalotti, L., & Madsen, D. S. (2013). Emerging Adults' Psychosocial Adjustment: Does A Friend's Gender Matter? *Psi Chi Journal of Psychological Research, 18*(3), 94-102.

Barry, M., Nelson, L., & Christofferson, L. J. (2013). A Social and Afraid: An Examination of Shyness and Anxiety in Emerging Adulthood. *Journal of Family Studies, 19*(1), 2-18.

Batıgün Durak, A. (2008). İntihar Olasılığı Ve Cinsiyeti: İletişim Becerileri, Yaşamı Sürdürme Nedenleri, Yalnızlık ve Umutsuzluk Açısından Bir İnceleme. *Türk Psikoloji Dergisi, 23*(62), 65-75.

Baumgarte, R., & Nelson, D. W. (2009). Preference for Same-Versus Cross-Sex Friendships . *Journal of Applied Social Psychlogy , 39*, 901-917.

Beck, J. S. (2005). *Cognitive Therapy for Challenging Problems: What to do When the Basics Don't Work.* New York: Guildford Press.

Bilgen, A. (2000). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Bazı Değişkenleri Uyum Düzeylerine Etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Bilgiç, A. (2000). Arkadaşlık Becerisi Eğitiminin İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerine Etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Bitter, J. (2009). *Theory and Practice of Family Therapy and Counseling.* Belmont:CA: Brooks-Cole Cengage.

Bıyık, N. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Duygularının Kişisel ve Sosyal Özellikleri, Öfke Eğilimleri Açısından İncelenmesi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Buluş, M. (1997). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi , 3*, 82-90.

Bulut, I. (1990). *Aile Değerlendirme Ölçeği El Kitabı*. Ankara: Özgüzeliş Matbaası.

Burger, M. J. (2006). *Kişilik (1. Basım).* İstanbul: Kaknüs Yayıncılık.

Ceyhan, A. A. (2004). Ortaöğretim Alan Öğretmenliği Tezsiz Yüksek Lisans Programına Devam Eden Öğretmen Adaylarının Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*(91-102).

Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (T. Ergene, Çev.) Ankara: Mentis Yayıncılık.

Çeçen, A. R. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Yaşam Doyumu Düzeylerine Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3*(2), 180-190.

Çeçen, A. R. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerinin ve Ana-Baba Tutum Algılarına Göre Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Destek Dzeylerinin İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi , 6*(3), 415-431.

Çok, F. (2007). Farklı Bağlamlarda Ergen Gelişimi. L. Steinberg içinde, *Ergenlik (1. Basım).* Ankara: İmge Kitabevi.

Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi, 7*(23), 14-18.

Demir, A. (1990). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düeylerini Etkileyen Bazı Etmenler. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Hacettepe Ünversitesi, Ankara.

Demirsar, A. (1992). *Psikoterapi Türleri (1. Basım).* Bursa : Bursa Hakimiyet Yayınları.

Duru, E. (2004). Yalnızlık Duygusu ile İlgili Temel Karakteristik ve Boyutların Psikolojik Danışma Süreci Çerçevesinde İncelenmesi. *Eğitim Araştırma Dergisi, 15*, 36-48.

Duru, E. (2008). Üniversiteye Uyum Sürecinde Yalnızlığı Yordamada Sosyal Destek ve Sosyal Bağlılığın Doğrudan ve Dolaylı Rolleri. *Türk Psikoloji Danışma ve Rehberlik Dergisi, 29*, 13-22.

Duy, B. (2003). Bilişsel Davranışçı Yaklaşıma Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yaşadığı Yalnızlık ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlarını Azaltmadaki Etkililiği. *Doktora Tezi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Eren, S. (1994). Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis.* New York: Norton.

Erim, B. (2001). Yetiştirme Yurtlarında ve Aileleri Yanında Yaşayan Ergenlerin, Benlik Saygısı, Depresyon ve Yalnızlık Düzeyleri ile Sosyal Destek Sistemleri Açısından Karşılaştırılması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Eryılmaz, A., & Atak, H. (2009). Ready or Not? Markers of Starting Romantic Intimacy at Emerging Adulthood: Turkish Experience. *International Journal of Social Science, 4*(1), 31-38.

Eryılmaz, A., & Atak, H. (2011). Investigation of Starting Romantic Intimacy in Emerging Adulthood in Terms of Self-Esteem, Gender and Gender Roles. *Educational Sciences: Theory & Practise, 11*(2), 595-600.

Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2010). Beliren Yetişkinlikte Romantik Yakınlığı Başlatma: Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık Mı? *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4*(34), 119-127.

Fromm-Reichman, F. (1980). Loneliness. In J. Hartog, J. R. Audy & Y. A. Cohen (eds.). *The Anatomy of Loneliness*, 338-361. New York: International Universities Press.

Geçtan, E. (2010). *Psikanaliz ve Sonrası (14. Basım).* İstanbul: Metis Yayınları.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). *Family and Human Development Across Cultures: A View from the Other Side.* New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi: Kültürel Psikoloji (1. Baskı).* İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

Kılınç, M. (2005). Ergenlerin Yalnızlık Düzeyleri ve Kişilerarası İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar ArasındaKİ İlişkinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış*

Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Kim, O. (2001). Sex Differences in Social Support, Loneless and Depression among Korean College Students . *College of Nursing Science , 88*(2), 521-526.

Koçak, E. (2008). Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Kozaklı, H. (2006). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Lefkowitz, E. S. (2005). Things Have Gotten Better: Developmenter Changes Among Emerging Adults After The Transition to University. *Journal of Adolescent Research, 20*, 40-63.

Leveque, R. H., & Pederson, L. C. (2012). Emerging Adulthood: An Age of Sexual Experimentation or Sexual Self-Focus ? *The Canadian Journal of Human Sexuality, 21*(3-4), 147-159.

Lewin, A., Mitchell, C. S., & Ronzio, C. (2013). Developmental Differences in Parentig Behaviour: Comparing Adulescent Emerging Adult and Adult Mothers. *Merril-Palmer Quarterly, 59*(1), 23-49.

Mc Whirter, B. T., Basett Alesch, J. M., Horibata, J., & Gat, I. (2002). Loneliness in High Risk Adulescends: The Role of Coping, Self-Esteem and Empathy . *Journal of Youth Studies , 5*(1), 69-84.

Nazlı, S. (2013). *Aile Danışmanlığı (11. Baskı).* Ankara : Anı Yayıncılık.

Nichols, M. P. (2006). *Çocuğunuzla Tartışmadan İletişim Kurun.* (F. Köroğlu, Çev.) Ankara: HYB Yayıncılık.

Nichols, M. P. (2008). *Family Therapy: Concepts and Methods (8th edition).* Boston: Allyn and Bacon.

Oberst, U. E., & Stewart, A. E. (2003). *Adlerian Psycho-therapy: An Advanced Approach to Individual Psychology.* New York: Brunner/Routledge.

Odacı, H. (1994). Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Yalnızlık, Benlik Saygısı ve Yakın İlişkiler Kurabilme Düzeylerinin ve Bu Düzeyler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Karadeniz Teknik Ünversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Örgün, S. K. (2000). Anne-Baba Tutumları ile 8. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Atılganlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Özatça, A. (2009). Ergenlerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Aile İşlevleri. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Özbey, S. (2012). Ebeveynlerin Evlilik Uyumu ve Algıladıkları Sosyal Destek ile Altı Yaş Çocuklarının Problem Davranışları Arasındaki İlişkinin İnelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi , 20*(1), 43-62.

Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam* . Ankara : PDREM Yayınları .

Özmen, D., Dündar Erbay, P., Çetinkaya, A., Taşkın, O., & Özmen, E. (2008). Lise Öğrencilerinde Umutsuzluk ve Umutsuzluk Düzeyine Etkileyen Etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 9*(8), 8-15.

Öztürk, H., Sevindik Nazik, F., & Yaman Ç, S. (2006). Öğrencilerde Yalnızlık ve Sosyal Destek ile Bunlara Etki Eden Faktölerin İncelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 16*(1), 383-394.

Papero, D. U. (2000). Bowen Systems Theory. In F. M. Datillo & L. J. Bvilacqua (eds.). *Comparative Treatments for Relationship Dsyfunction*, 25-44. New York: Springer.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on Loneliness. *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. içinde New York: Wiley Interscience.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1984). Loneliness Research:A Survey of Emprical Findings. In L. A. Peplau & S.E. Goldston (eds.). *Preventing the Harmful Consequences of Severe & Persistent Loneliness*, 13-47. Rockville, MD: National Institue of Mental Health.

Ponizovski, A. M., & Ritsner, M. S. (2004). Patterns of Loneliness in A immigrant Population. *Comprehensive Psychiatry, 45*(5), 408-414.

Reilly-Marchand, F. J. (2012). Attachment Anxiety, Conflict Behaviors and Depressive Symptoms in Emerging Adults' Romantic Relationships. *Journal of Adult Development, 19*, 170-176.

Rook, K. (1984). Promoting Social Bonding:Strategies for Helping The Lonely and Socially Isolated. *American Psychlogist, 39*(12), 1389-1407.

Saraçoğlu, Y. (2000). Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. 19 Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Savaşır, I., & Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Sezer, Ö., Aldemir, J., & Tekin, G. (2011). Atılganlık, Yalnızlık ve Umutsuzluğun Aile Ortamlarını Değerlendirmeyle İlişkisi. *XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi* (s. 22-23). İzmir: Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Derneği.

Shieai, T., Nakamura, T., & Katsuma, K. (2012). Time Orientation and Identity Formation: Long-Term Longitudinal Dynamics in Emerging Adulthood. *Japanese Psychlogical Researh, 54*(3), 274-284.

Sternberg, R. J. (1999). *Cupid's Arow: The Course of Love throuh Time*. United Kingtom: Cambridge University Press.

Sübaşı, G. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygıyı Yordayıcı Bazı Değişkenler . *Eğitim ve Bilim, 32*(144), 3-15.

Şahin, C. (2009). Eğitim Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Umutsuzluk Düzeyleri. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 27*, 271-286.

Tan, D. (2000). Lise Öğrncilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Denetim Odaklarının ve Destek Düzeyleri ve Özlük Nitelikleri Açısından Karşılaştırılmalı Olarak İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Taştan, N. (2013). Effect of Father Child Bonding on Conflict Resolution During Emerging Adulthood. *Social Behaviour and Personality, 41*(8), 1339-1346.

Topçugil, N. (2002). Ankara Defterdarlığı Gündüz Bakım Evine Devam Eden 3-6 Yaş Grubundaki Çocukların Aile İşlevselliğinin Değerlendirilmesi ve Aile İşlevlerinin Çocukların Psikolojik, Sosyal ve Fiziksel Gelişimleri Üzerindeki Etkisinin Araştırılması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tsypes, A., Miranda, R., Polanco-Roman, L., & Valderrama, J. (2013). Perceivet Discrimination, Ruminative Subtypes and Risk for Depressive Symptoms in Emerging Adulthood. *Culturel Diversity and Etnic Minority Psychlogy, 19*(4), 395-403.

Urry, A. S., Nelson, J. L., & Padilla-Walker, M. L. (2011). Mother Knows Best: Psychlogical Control, Child Disclosure and Maternal Knowledge in Emerging Adulthood. *Journal of Family Studies , 17*, 157-173.

Weiss, R. S. (1987). Reflections on The Present State of Loneliness Research. *Journal of Social Behaviour and Personality, 2*, 1-16.

Weiss, R. S. (1987b). Reflections on the Present State of Loneliness Research. In M. Hojat & R. Crandall (eds.). *Loneliness: Theory, Research and Applications*, 1-16. San Rafael, CA: Select Press.

Wright-Sarah, L. (2005). Organizational Climate, Social Support and Loneliness in The Workplace. *Researh on Emotion in Organizations, 1*, 123-142.

Yaparel, R. (1984). Sosyal İlişkilerdeki Başarı ve Başarısızlık Nedenlerinin Algılanması ile Yalnızlık Arasındaki Bağlantı. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yapıcı, Ş. (2010). Türk Toplumunda Aile ve Eğitim İlişkisi . *Türkçe Çalışmalar: Literatür, Diller ve Tükçe'nin Tarihi için Uluslararası Dergi, 5*(4), 1344-1371.

Yıldırım, İ. (2000). Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık, Sınav Kaygısı ve Sosyal Destek. *Hacettepe Üniversitesi Eüitim Fakültesi Dergisi, 18*, 167-176.

You, S., Clemens, R., Young, H., Li, X., Stonton, B., Devaux, L., . . . Harris, C. (2006). Youth and Parental Perceptions of Parental Monitoring and

Parent-Adolescent Cominication, Youth Depression and Youth Risk Behaviours . *Social Behaviour and Personality , 34*(10), 1297-1310.

Young, J. E. (1999). *Cognitive Therapy for Personality Disorders: A Schema-Focused Approach (3rd. edition).* Florida: Proffesional Resource Press.

EKLER

EK 1.

KİŞİSEL BİLGİFORMU

Aşağıda size ve ailenize ait bilgiler yer almaktadır. Lütfen tüm sorularıdikkatliceokuyup içtenlikle cevaplayınız.

1.Cinsiyetiniz:

2.Yaşınız:

3.Sınıfınız:

4.Anne- Baba Eğitim Durumu:

Anne: İlköğretim ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Lisans Üstü ( )

Baba: İlköğretim ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Lisans Üstü ( )

EK 2.

Sevgili Arkadaşım,

Aşağıda sonuçları betimsel bir yüksek lisans tezi çalışmasında kullanılmak üzere, bir bilgi formu ve bazı ölçekler verilmiştir. Bilgi formunda yer alacak bilgiler ve ölçeklere verdiğiniz yanıtlar tamamen gizli tutulacak ve sadece bu araştırmada kullanılacaktır.
Lütfen her bir ifadeyi **DİKKATLİCE** okuyunuz ve her soruyu yanıtladığınızdan emin olunuz. Yanıtlarınız doğru ya da yanlış olarak nitelenmeyeceğinden sizi gerçekten yansıttığını düşündüğünüz cevabı işaretleyiniz. **İÇTEN YANITLARINIZ VE KATKINIZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİM.**

Cahide GALİOĞLU

Eğitim Bilimleri

Yüksek Lisans

AİLE DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Aşağıda aileler hakkında 60 cümle bulunmaktadır. Lütfen her cümleyi dikkatlice okuduktan sonra, sizin ailenize ne derecede uyduğuna karar veriniz. Önemli olan, sizin ailenizi nasıl gördüğünüzdür**. Her cümle için 4 seçenek söz konusudur. (***Aynen Katılıyorum/ Büyük Ölçüde Katılıyorum/ Biraz Katılıyorum/ Hiç Katılmıyorum***)**

Her cümlenin yanında 4 seçenek için de ayrı yerler ayrılmıştır. Size uygun seçeneğe (X) işareti **koyunuz.** Her cümle için uzun uzun düşünmeyiniz. **Mümkün olduğu kadar** çabuk ve samimi cevaplar **veriniz.** Kararsızlığa düşerseniz, ilk aklınıza gelen doğrultusunda hareket ediniz. **Lütfen her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz.**
1.Ailece ev dışında program yapmada güçlük çekeriz, çünkü aramızda fikir birliği sağlayamayız.
2.Günlük hayatımızdaki sorunların (problemlerin) hemen hepsini aile içinde hallederiz.

3.Evde biri üzgün ise, diğer aile üyeleri bunun nedenlerini bilir.
4.Bizim evde, kişiler verilen her görevi düzenli bir şekilde yerine getirmezler.
5.Evde birinin başı derde girdiğinde, diğerleri de bunu kendilerine fazlasıyla dert ederler.
6.Bir sıkıntı ve üzüntü ile karşılaştığımızda, birbirimize destek oluruz.
7.Ailemizde acil bir durum olsa, şaşırıp kalırız.
8.Bazen evde ihtiyacımız olan şeylerin bittiğinin farkına varmayız.
9.Birbirimize karşı olan sevgi, şefkat gibi duygularımızı açığa vurmaktan kaçınırız.
10.Gerektiğinde aile üyelerine görevlerini hatırlatır, kendilerine düşen işi yapmalarını sağlarız.
11.Evde dertlerimizi üzüntülerimizi birbirimize söylemeyiz.
12.Sorunlarımızın çözümünde genellikle ailece aldığımız kararları uygularız.
13.Bizim evdekiler, ancak onların hoşuna giden şeyler söylediğimizde bizi dinlerler.
14.Bizim evde bir kişinin söylediklerinden ne hissettiğini anlamak pek kolay değildir.
15.Ailemizde eşit bir görev dağılımı yoktur.
16.Ailemizin üyeleri, birbirlerine hoşgörülü davranırlar.
17.Evde herkes başına buyruktur.
18.Bizim evde herkes, söylemek istediklerini üstü kapalı değil de doğrudan birbirlerinin yüzüne söyler.
19.Ailede bazılarımız, duygularımızı belli etmeyiz.
20.Acil bir durumda ne yapacağımızı biliriz.
21.Ailecek, korkularımızı ve endişelerimizi birbirimizle tartışmaktan kaçınırız.
22.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize belli etmekte güçlük çekeriz.
23.Gelirimiz (ücret, maaş) ihtiyaçlarımızı karşılamaya yetmiyor.

24.Ailemiz, bir problemi çözdükten sonra, bu çözümün işe yarayıp yaramadığını tartışır.
25.Bizim ailede herkes kendini düşünür.
26.Duygularımızı birbirimize açıkça söyleyebiliriz.
27.Evimizde banyo ve tuvalet bir türlü temiz durmaz.
28.Aile içinde birbirimize sevgimizi göstermeyiz.
29.Evde herkes her istediğini birbirinin yüzüne söyleyebilir.
30.Ailemizde, her birimizin belirli görev ve sorumlulukları vardır.
31.Aile içinde genellikle birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.
32.Ailemizde sert-kötü davranışlar ancak belli durumlarda gösterilir.
33.Ancak hepimizi ilgilendiren bir durum olduğu zaman birbirimizin işine karışırız.
34.Aile içinde birbirimizle ilgilenmeye pek zaman bulamıyoruz.
35.Evde genellikle söylediklerimizle, söylemek istediklerimiz birbirinden farklıdır.
36.Aile içinde birbirimize hoşgörülü davranırız.
37.Evde birbirimize, ancak sonunda kişisel bir yarar sağlayacaksak ilgi gösteririz.
38.Ailemizde bir dert varsa, kendi içimizde hallederiz.
39.Ailemizde sevgi ve şefkat gibi güzel duygular ikinci plandadır.
40.Ev işlerinin kimler tarafından yapılacağını hep birlikte konuşarak kararlaştırırız.
41.Ailemizde herhangi bir şeye karar vermek her zaman sorun olur.
42.Bizim evdekiler sadece bir çıkarları olduğu zaman birbirlerine ilgi gösterir.
43.Evde birbirimize karşı açık sözlüyüzdür.
44.Ailemizde hiçbir kural yoktur.
45.Evde birinden bir şey yapması istendiğinde mutlaka takip edilmesi ve kendisine

hatırlatılması gerekir.
46.Aile içinde, herhangi bir sorunun (problemin) nasıl çözüleceği hakkında kolayca karar verebiliriz.
47.Evde kurallara uyulmadığı zaman ne olacağını bilmeyiz.
47.Bizim evde aklınıza gelen her şey olabilir.
49.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize ifade edebiliriz.
50.Ailede her türlü problemin üstesinden gelebiliriz.
51.Evde birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.
52.Sinirlenince birbirimize küseriz.
53.Ailede bize verilen görevler pek hoşumuza gitmez çünkü genellikle umduğumuz görevler verilmez.
54.Kötü bir niyetle olmasa da evde birbirimizin hayatına çok karışıyoruz.
55.Ailemizde kişiler herhangi bir tehlike karşısında (yangın, kaza gibi) ne yapacaklarını bilirler, çünkü böyle durumlarda ne yapılacağı aramızda konuşulmuş ve belirlenmiştir.
56.Aile içinde birbirimize güveniriz.
57.Ağlamak istediğimizde, birbirimizden çekinmeden rahatlıkla ağlayabiliriz.
58.İşimize (okulumuza) yetişmekte güçlük çekiyoruz.
59.Aile içinde birisi, hoşlanmadığımız bir şey yaptığında ona bunu açıkça söyleriz.
60.Problemimizi çözmek için ailecek çeşitli yollar bulmaya çalışırız.

EK 3.

BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ (BUÖ)

Aşağıda geleceğe ait düşünceleri ifade eden bazı cümleler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuyarak, bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz. Size uygun olanlar için **Evet**'i temsilen **'E'** harfini, uygun olmayanlar için ise **Hayır**'ı temsilen **'H'** harfini noktalı yerlere büyük harflerle yazınız. Lütfen her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz.

1. Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum.....

2. Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur.....

3. İşler kötüye giderken bile her şeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni

rahatlatıyor.....

4. Gelecek on yıl içinde hayatımın nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.....

5. Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım

var.....

6. Benim için çok önemli konularda ileride başarılı olacağımı umuyorum.....

7. Geleceğimi karanlık görüyorum.....

8. Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum.....

9. İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için

de hiçbir neden yok.....

10. Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.....

11. Gelecek, benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu görünüyor.....

12. Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum....

13. Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.

.....

14. İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor.....

15. Geleceğe büyük inancım var.....

16. Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.....

17. Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi.....

18. Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor.....

19. Kötü günlerden çok, iyi günler bekliyorum.....

20. İstediğim her şeyi elde etmek için çaba göstermenin gerçekten yararı yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.....

EK 4.

UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadelerden her birinde tanımlanan durumu ne sıklıkta hissettiğinizi her biri için tek bir cevap olmak üzere belirtiniz. Lütfen her soruyu şu anki görüşlerinizi ve yaşam durumunuzu en iyi tanımlayacak şekilde cevaplayınız**.**

		HİÇ Yaşamadım	NADİREN Yaşarım	BAZAN Yaşarım	SIK SIK Yaşarım	
1.	Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.			1		2
2.	Arkadaşım yok.			1		2
3.	Başvurabileceğim hiç kimse yok.			1		2
4.	Kendimi tek başınaymışım gibi hissetmiyorum.			1		2
5.	Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.			1		2
6.	Çevremdeki insanlarla bir ortak yönüm var.			1		2
7.	Artık hiç kimseyle samimi değilim.			1		2
8.	İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılıyor.			1		2
9.	Dışa dönük bir insanım.			1		2
10.	Kendime yakın hissettiğim insanlar var.			1		2
11.	Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum.			1		2
12.	Sosyal ilişkilerde bulunurum.			1		
	2 3 4					
13.	Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor.			1		2

14.	Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.	1	2
15.	İstediğim zaman arkadaş bulabilirim.	1	2
16.	Beni gerçekten anlayan insanlar var.	1	2
17.	Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum.	1	2
18.	Çevremde insanlar var ama benimle değiller.	1	2
19.	Konuşabileceğim insanlar var.	1	2
20.	Derdimi anlatabileceğim insanlar var.	1	2

ÖZGEÇMİŞ

T.C

Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi

Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü

(Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı)

Yüksek Lisans Öğrencisi

1.KİŞİSEL BİLGİLER

Doğum Yeri ve Yılı	İskenderun(Hatay)-1988
Bildiği Yabancı Dil	İngilizce (İyi)
Medeni Durumu	Bekar
Adres	Ankara
E-posta	cahidegali_8884@hotmail.com

2.EĞİTİM BİLGİLERİ

Yüksek Lisans Eğitimi

2013-2014 Mersin Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik yüksek lisans tez aşaması

2012-2013 Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek lisans ders dönemi

2012-2013 Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık Rehberlik bölümü Yüksek lisans ders dönemi

2011-2012 Ankara Üniversitesi Psikolojik Danışma veRehberlik Anabilim dalı Yüksek

Bilimsel hazırlık programı ders dönemi

2010-2011 **Pedagojik Formasyon**

Ankara Üniversitesi Sürekli Eğitim

Merkezi Pedagojik Formasyon

Sertifika Programı

2010-2011 **Yabancı Dil Eğitimi**

Orta Doğu Teknik Üniversitesi

Genel İngilizce Kursu hafta-içi

hazırlık programıyla eş kurs programı

Akademisyenler Birliği Özel Dil Kursu

2006-2010 **Lisans Eğitimi**

Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya
Fakültesi Felsefe Bölümü

Tez Konusu

Psikolojinin Felsefi Temelleri

2002-2006 **Lise Eğitimi**
İskenderun Demirçelik Anadolu
Lisesi

3. KATILDIĞI KONGRE, SEMİNER ve ETKİNLİKLER

1. Mersin Üniversitesi Türkiye Felsefe Öğrencileri Kongresi 01 Mayıs 2009

2. Ankara Üniversitesi PDR Topluluğu Kişisel Gelişim Semineri 07 Mart 2012

3. Başkent Üniversitesi Eğitim Fakültesi Ergenlikte Psikososyal Gelişim ve

Psikolojik Sağlık temalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik günü etkinliği 06 Nisan 2012

4. Pozitif Psikoloji Eğitimi Semineri 'Travma ve Yılmazlık' ve 'Travma Deneyimi olan Çocuğa Müdahale' konulu interaktif konferansların saha etkinliği 20 Mayıs 2012

5.Ankara Üniversitesi 'Aile Danışmanlığı' sertifika programı 21 Şubat 2013-08 Haziran 2013