



**T.C.**  
**Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü**  
**Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı**  
**Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı**

**KAYIP VE YAS YAŞANTISI OLAN VE OLMAYAN ERGENLERDE  
DUYGU DÜZENLEME VE ÖZNEL İYİ OLUŞUN RİSKLİ  
DAVRANIŞLARI YORDAYICILIĞININ İNCELENMESİ**

**Gökce Aysu AKYÜZ UÇAR**  
**Yüksek Lisans Tezi**

**Tez Danışmanı**  
**Doç. Dr. Firdevs SAVİ ÇAKAR**

**Burdur, 2019**



**T.C.**  
**Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü**  
**Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı**  
**Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı**

**KAYIP VE YAS YAŞANTISI OLAN VE OLMAYAN ERGENLERDE  
DUYGU DÜZENLEME VE ÖZNEL İYİ OLUŞUN RİSKLİ  
DAVRANIŞLARI YORDAYICILIĞININ İNCELENMESİ**

**Gökce Aysu AKYÜZ UÇAR**  
**Yüksek Lisans Tezi**

**Tez Danışmanı**  
**Doç. Dr. Firdevs SAVİ ÇAKAR**

**Burdur, 2019**



MAKÜ EĞİTİM BİLİMLERİ  
ENSTİTÜSÜ

## YÜKSEK LİSANS JÜRİ ONAY FORMU

M.A.K.Ü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun 12.09.2019 tarih ve 304-4 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından 27.09.2019 tarihinde tez savunma sınavı yapılan Gökce Aysu AKYÜZ UÇAR'ın "Kayıp Ve Yas Yaşantısı Olan Ve Olmayan Ergenlerde Duygu Düzenleme Ve Öznel İyi Oluşun Riskli Davranışları Yordayıcılığının İncelenmesi" konulu tez çalışması Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

### JÜRİ

ÜYE (Tez Danışmanı)

Doç. Dr Firdevs SAVİ ÇAKAR

ÜYE :

Doç. Dr. Hakan SARIÇAM

ÜYE :

Dr. Öğr. Üye. Serap Özdemir

### ONAY

M.A.K.Ü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun ...../...../..... tarih ve ...../..... sayılı kararı.

İMZA/MÜHÜR

## BİLDİRİM

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu taahhüt edip, tezimin kaynak göstermek koşuluyla aşağıda belirttiğim şekilde fotokopi ile çoğaltılmasına izin veriyorum.

[ ] Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

[ ] Tezim/Raporum sadece Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.

[ ] Tezimin/Raporumun .....yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

Gökce Aysu AKYÜZ UÇAR

Tarih

İmza

## TEŞEKKÜR

Öncelikle hayatıma dokunan tüm öğretmenlerime ve tez yazım sürecinde beni destekleyen sayısız arkadaşşıma teşekkür ederim. Eğitim hayatımın bütün kahrını severek çeken annem ve babam, Filiz ve Durmuş AKYÜZ size minnettarım. Akademik ve manevi anlamda bu tezin ortaya çıkmasında katkısı çok çok büyük olan ablam Cansu AKYÜZ YILMAZ ve Kutay YILMAZ, sizi seviyorum!

Yüksek lisans eğitimim süresince her zamanyanımda olan danışman hocam Firdevs SAVİ ÇAKAR'a desteklerinden dolayı çok teşekkür ediyorum. Bu çalışmanın veri toplama sürecinde yardımlarını esirgemeyen tüm meslektaşlarıma ve verilerin analiz sürecinde bana yardımcı olan Mehmet hocama teşekkür ederim.

Son olarak, hayatımın her alanında bana güç veren, attığım her adımda yanımda olan ve beni teşvik eden canım Mehmet UÇAR sabrın, sonsuz sevgin için sana minnettarım ve çok şanslıyım!

**Kayıp ve Yas Yaşantısı Olan ve Olmayan Ergenlerde Duygu Düzenleme ve Öznel İyi  
Oluşun Riskli Davranışları Yordayıcılığının İncelenmesi**  
(Yüksek lisans tezi)

**Gökce Aysu AKYÜZ UÇAR**

**ÖZ**

Bu çalışmada ergenlerde duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin riskli davranışları yordama düzeyinin kayıp ve yas açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2018- 2019 eğitim-öğretim yılında Isparta ilinde öğrenimine devam eden 395’i kadın, 470’i erkek olmak üzere, yaşları 14 ile 18 arasında değişen 865 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışma grubu basit seçkisiz örneklem ile belirlenmiştir. Veri toplama sürecinde Riskli Davranışlar Ölçeği, Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Ergenler İçin Öznel İyi Oluşu Arttırma Stratejileri Ölçeği, Yas Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde; bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), LSD post hoc testi, Pearson korelasyon katsayısı ve MANCOVA analizinden yararlanılmıştır. Araştırma sonucunda kayıp yaşantısı olan ergenlerin, kayıp yaşantısı olmayan ergenlere göre riskli davranışlara yöneliminin yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir. Erkeklerin kızlara göre madde kullanımı, antisosyal davranış ve okul terki davranışları daha fazla görülürken, kız ergenlerin intihar eğilimi ve beslenme alışkanlığı alt boyutlarından daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Kız ergenlerin erkeklere göre yası daha yüksek düzeyde yaşadığı ancak bunun yanında işlevsel duygu düzenleme ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini daha etkili kullandıkları, kayıp yaşayan erkek ergenlerin yas düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur. Yas yaşayan ergenlerin yas düzeyini etkileyen etmenler arasında akademik başarı kaybı, ruhsal/kronik hastalık, ebeveynlerin iş kaybı, bağımlılık, kaybın yakınlık derecesi özellikleri yer alırken, ergenlerin riskli davranışlara yöneliminin bağımlılık ve akademik başarı kaybından daha fazla etkilendiği görülmüştür. Ergenlerde yas düzeyinin ve riskli davranışlarının ilerleyen yaşla birlikte arttığı ancak öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin kullanımının azaldığı belirlenmiştir.

*Anahtar Kelimeler:* Ergenlik dönemi, Duygu Düzenleme, Kayıp, Öznel İyi Oluş, Riskli Davranışlar.

Sayfa Adedi: 130

Danışman: Doç. Dr. Firdevs SAVİ ÇAKAR

# **Examining the Effects of Subjective Well-Being Strategies and Emotional Regulation Strategies on Risky Behaviors Depending on Presence of the Bereavement Experience**

**(Master Thesis)**

**Gökce Aysu AKYÜZ UÇAR**

## **ABSTRACT**

In this study, it is aimed to investigate the level of predicting risk behaviors of adolescents' emotion regulation skills and subjective well-being increasing strategies in terms of loss and mourning. The study group consisted of 865 high school students aged between 14 and 18, 395 girls and 470 boys, who were receiving education in Isparta in the 2018 - 2019 academic year. The study group was determined by simple random sample. In the data collection process, Risky Behaviors Scale, Emotion Regulation Scale for Adolescents, Subjective Well-Being Strategies Scale for Adolescents, Grief Scale and Personal Information Form were used. independent two samples t test, one way analysis of variance (ANOVA), LSD post hoc test, Pearson correlation coefficient and MANCOVA analysis were used. As a result of the study, it was found that adolescents with loss experience had higher tendency to risk behaviors than adolescents without loss. While male adolescents found to be closer to risky behaviors than girl adolescents, substance use, antisocial behavior and school leaving behaviors were more prominent, while girl adolescents were more prone to suicidal tendency and malnutrition. It was found that girl adolescents had higher levels of mourning than boy, but they also used functional emotion regulation and subjective well-being strategies more effectively and male adolescents who experienced loss were found to have low mourning levels.

*Key Words:* Puberty, Emotion Regulation, Loss, Subjective Well-Being, Risky Behaviors.

Page Number: 130

Supervisor: Doç. Dr. Firdevs SAVI ÇAKAR



# İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM.....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZ.....	iii
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar DİZİNİ.....	ix
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Problem Cümlesi.....	6
1.2.1. Alt Problemler.....	6
1.3. Araştırmanın Amacı.....	8
1.4. Araştırmanın Önemi.....	8
1.5. Sınırlılıklar.....	9
BÖLÜM II.....	10
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	10
2.1. Kuramsal Çerçeve.....	10
2.1.1. Ergenlik Dönemi Genel Özellikleri.....	10
2.1.1.1. Ergenlik Dönemine Kuramsal Bakış.....	11
2.1.2. Ergenlik Döneminde Kayıp ve Yas.....	14
2.1.2.1. Yasın Türleri.....	14
2.1.2.2. Yas Tepkileri.....	15
2.1.2.3. Ergenlerde Yas Tepkileri.....	17
2.1.3. Duygu Düzenleme Becerileri.....	19
2.1.3.1. Duygu Düzenleme Becerilerinin Tarihçesi.....	21
2.1.3.2. Ergenlik Döneminde Duygu Düzenleme Becerileri.....	22
2.1.4. Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri.....	24
2.1.4.1. Ergenlerde Öznel İyi Oluş ve Kayıp Süreci İlişkisi.....	24
2.1.4.2. Ergenlerde Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri.....	26
2.1.5. Ergenlerde Riskli Davranışlar.....	28
2.1.5.1. Ergenlerde Riskli Davranışların Ortaya Çıkmasında Risk Faktörleri Ve Koruyucu Faktörlerin Etkisi.....	31
2.2. İlgili Araştırmalar.....	33

2.2.1. Ergenlerde Kayıp ve Yas İle İlgili Araştırmalar. ....	33
2.2.1.1. Uluslararası Araştırmalar. ....	33
2.2.1.2. Ulusal Araştırmalar. ....	36
2.2.2. Ergenlerde Duygu Düzenleme İle İlgili Araştırmalar ....	37
2.2.2.1. Uluslararası Araştırmalar. ....	37
2.2.2.2. Ulusal Araştırmalar. ....	38
2.2.3. Ergenlerde Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri İle İlgili Araştırmalar .....	39
2.2.3.1. Uluslararası Araştırmalar. ....	39
2.2.3.2. Ulusal Araştırmalar. ....	41
2.2.4. Ergenlerde Riskli Davranışlar ile İlgili Araştırmalar. ....	43
2.2.4.1. Uluslararası Araştırmalar. ....	43
2.2.4.2. Ulusal Araştırmalar. ....	45
BÖLÜM III.....	48
YÖNTEM.....	48
3.1. Araştırmanın Modeli.....	48
3.2. Çalışma Grubu .....	48
3.3. Veri Toplama Araçları .....	50
3.3.1. Riskli Davranışlar Ölçeği.....	50
3.3.2. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği.....	50
3.3.3.Ergenler İçin Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeği.....	51
3.3.4. Yas Ölçeği.....	51
3.3.5. Kişisel Bilgi Formu.....	52
3.4. Verilerin Analizi .....	52
BÖLÜM IV .....	52
BULGULAR VE YORUM .....	53
4.1. Betimleyici İstatistikler.....	53
4.2. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular .....	56
4.2.1. Ergenlerin Yas Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması. ....	56
4.2.2. Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması .....	58
4.2.3. Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması. ....	59

4.2.4. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması. ....	61
4.2. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Kayıp Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması. ....	68
4.3. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin Birbiri İle Karşılaştırılması .....	73
BÖLÜM V .....	81
SONUÇ TARTIŞMA VE ÖNERİLER .....	81
5.1. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular .....	81
5.1.1. Ergenlerin Yas Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırma Sonuçları. ....	81
5.1.1.1. Ergenlerin Yas Düzeylerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	81
5.1.1.2. Ergenlerin Yas Düzeylerinin Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	82
5.1.2. Duygu Düzenleme Becerilerinin Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırma Sonuçları. ....	82
5.1.2.1. Duygu Düzenleme Becerilerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	82
5.1.3. Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Kullanımının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	83
5.1.3.1. Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Kullanımı Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	83
5.1.3.2. Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Kullanımının Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	84
5.1.3. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	84
5.1.4.1. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....	84
5.1.4.2. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	86
5.1.4. Yas Düzeyinin Kayıp Değişkenlerine Göre Karşılaştırma Sonuçları.....	87
5.1.5.1. Yas Düzeyinin Ruhsal Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	87

5.1.5.2. Yas Düzeyinin Akademik Başarı Kaybına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	88
5.1.5.3. Yas Düzeyinin Ebeveynlerin İş Kaybına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	88
5.1.5.4. Yas Düzeyinin Bağımlılık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	89
5.1.5.5. Yas Düzeyinin Yakınını Kaybetmesinden İtibaren Geçen Süreye Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	89
5.1.5.6. Yas Düzeyinin Kaybedilen Yakının Yakınlık Derecesine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....	90
5.1.5.7. Yas Düzeyinin Yakınını Kaybetme Şekline Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	90
5.1.5. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Kayıp Değişkenlerine Göre Karşılaştırma Sonuçları. ....	91
5.1.6.1. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Kronik Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	91
5.1.6.2. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Ruhsal Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular .....	92
5.1.6.3. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Akademik Başarı Kaybına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	92
5.1.6.4. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Bağımlılık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular. ....	93
5.1.7. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin Birbiri İle Karşılaştırma Sonuçları.....	93
5.1.7.1. Bağımlı Değişkenlere İlişkin Bulgular .....	93
5.1.7.2. Bonferroni Düzeltmeli İkili Karşılaştırmaya İlişkin Bulgular .....	96
5.2. Öneriler .....	98
KAYNAKÇA .....	99
ÖZGEÇMİŞ.....	130

## TABLolar DİZİNİ

<b><u>Tablolar</u></b>	<b><u>Sayfa</u></b>
Tablo 1 Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı .....	49
Tablo 2 Öğrencilerin Kayıp Durumlarına Göre Dağılımı .....	53
Tablo 3 Yas Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler .....	54
Tablo 4 Duygu Düzenleme Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler .....	55
Tablo 5 Riskli Davranışlar Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler .....	55
Tablo 6 Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler .....	56
Tablo 7 Ergenlerin Yas Düzeylerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları.....	57
Tablo 8 Yas Düzeylerinin Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları.....	57
Tablo 9 Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları .....	58
Tablo 10 Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları.....	59
Tablo 11 Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları .....	60
Tablo 12 Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları .....	61
Tablo 13 Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları .....	62
Tablo 14 Yas Düzeylerinin Ruhsal Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları .....	63
Tablo 15 Yas Düzeylerinin Akademik Başarı Kaybına Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları .....	63
Tablo 16 Yas Düzeylerinin Ebeveynlerin İş Kaybına Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları .....	64
Tablo 17 Yas Düzeylerinin Bağımlılık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları .....	65
Tablo 18 Yas Düzeylerinin Yakınını Kaybetmesinden İtibaren Geçen Süreye Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları .....	66
Tablo 19 Yas Düzeylerinin Kaybedilen Yakının Yakınlık Derecesine Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları .....	67

Tablo 20 Yas Düzeylerinin Yakınını Kaybetme Şekline Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları .....	68
Tablo 21 Ergenlerin Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Kronik Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları.....	69
Tablo 22 Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Ruhsal Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları.....	70
Tablo 23 Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Akademik Başarı Kaybına Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları.....	71
Tablo 24 Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Bağımlılık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları.....	72
Tablo 25 Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	73
Tablo 26 Bağımlı Değişkenlere İlişkin Kovaryans Analizi (ANCOVA) Sonuçları .....	78
Tablo 27 Bonferroni Düzeltmeli İkili Karşılaştırma Sonuçları.....	80

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

Bu bölümde araştırmaya temel teşkil eden problem durumu, problem cümlesi ve alt problemler ile araştırmanın amacı, önemi ve sınırlılıklarına yer verilmiştir.

### 1.1. Problem Durumu

Ergenlik dönemi pek çok araştırmacı tarafından fırtınalı, stresli ve bireyin dönüşümlerinin yoğun olduğu bir zaman dilimi olarak anılmaktadır. Bu süreç hızlı yaşanan değişimleri ve bu değişimlere bireyin uyum sağlamasını beraberinde getirmektedir. Ergenlik dönemine giren bireyden artık yetişkinliğe hazırlanması, toplumsal ve bireysel olarak sorumluluklarını yerine getirmesi ve hayatının ilerleyen dönemini belirleyecek kararlar vermesi beklenmektedir (Erikson, 1994; Frankel & Dullaert, 1977; Holmbeck & Hill, 1988; Renk & Creasey, 2003). Birey bu dönemde fiziksel değişimlerin yanı sıra, psikososyal açıdan da yenilenmektedir. Erikson'a göre ergenlik dönemine adım atan birey için artık kimliğini oluşturmanın zamanı gelmektedir. Çocukluk döneminde tasarlanan kimlik ergenlik döneminde artık ete kemiğe bürünmelidir ve bu dönemde bireyin en büyük görevi bir kimlik oluşturmaktır (Erikson, 1959).

Yaşamın çoğu evresinde olduğu gibi ergenlik döneminde de başlangıç yaşı ve bitiş yaşı ile ilgili kesin bir bilgi yoktur. Çünkü ergenlik dönemine giriş beslenme alışkanlıkları, kültür, sosyoekonomik düzey gibi etkenlere bağlıdır. Her bireyin tek ve biricik olması da yaş sınırlarının net bir şekilde oluşması konusunda etkili olmaktadır. Başlangıç göstergesinin puberte bitiş göstergesinin ise kimlik kazanma sürecinin tamamlanması olarak sınırlandırabileceğimiz ergenlik dönemi ile ilgili genel yaş aralığı 12- 25 olarak kabul edilmektedir (Alisinanoğlu, 2002; Rosenfield vd., 2000).

Ergenlik dönemi ile ilgili yapılan araştırmaların belli bir sistematik oluşturulabilmesi için, 11- 15 yaş aralığı erken ergenlik, 14-15 yaşları ile başlayıp 16-17 yaş aralığı orta ergenlik ve 16-17 yaşları ile başlayarak 20'li yaşlara uzanan grup ise geç ergenlik olarak sınıflandırılmaktadır (Set, Dağdeviren ve Aktürk, 2006).

Ergenlik dönemi fiziksel, duygusal ve toplumsal alanlarda ergenin pek çok değişime girdiği bir dönemdir. Ergenlerde bu dönemde çok çeşitli stres kaynakları ile karşı karşıya kalırlar. Bu nedenle uyum problemlerine çok açıktırlar. Madde bağımlılığı, okuldan uzaklaşma ve çeşitli davranış problemlerinin yaşanması sonucu yetişkinlik görevlerini yerine getirmede zorluk yaşarlar (Doğan ve Eryılmaz, 2013). Ergenlik döneminde duygu yoğunluklarının yaşanması, bireyin ebeveynleri dışında geçirdiği zaman diliminin artması, meslek seçimi yapması ve karşı cinsle ilişkilerini düzenlemesi gibi özellikler ile yaşanan sorunlar artmaktadır. Bu nedenle ergenlik döneminde patolojik durumların ayırt edilmesi güçleşmektedir (Berndt, 1982; Lerner, Lerner, Eye, Bowers & Lewin- Bizan, 2011). Ergenlik dönemindeki ergenler dönemin genel stres unsurlarının yaşamlarını olumsuz etkilemesini önlemek için stratejiler kullanmalıdır (Price & Stuart, 2002).

Riskli davranışları sergileme birbirine bağlı olarak ilerleyen bir süreçtir. Örneğin, intihar eden ergenlerin incelendiği bir araştırmada madde kullanım oranları göze çarpmaktadır (Windle, Shope & Bukstein, 1996). Dönemin karmaşası içinde birey hatalı sayılabilecek davranışlar gösterebilir ama bu davranışlar, bireyin yaşantısına genellenmiş ve yaşamın geri kalan dönemlerini sekteye uğratabilecek düzeyde ise problem davranışlar olarak nitelendirilebilir. Bu dönemde problem yaratacak riskli davranışların azalmasında dışsal özellikler etkili olabilmektedir. Ergenlik döneminde bireyleri riskli davranışlara yaklaştıran faktörler risk faktörleri olarak adlandırılmaktadır. Risk faktörleri, ergenin yaşantısında olumsuz sonuçlar doğurma ihtimali yüksek olan, ergenin iyi oluş halini ve sağlığını tehdit edecek davranışlara yönelmesine destek olan koşullardır (Jessor, Van Den Bos, Vanderryn, Costa & Turbin, 1995). Sosyoekonomik düzeyin düşük olması, tutarsız çevre yapısı, istismar, düzensiz aile yapısı ve aile içi çatışmalar ergenleri riskli davranışlara yaklaştırmaktadır. Risk faktörlerinin yanı sıra bu dönemde koruyucu faktörlerde karşımıza çıkmaktadır. Koruyucu faktörler bireyin baş etme stratejileri, yeterlilik duygusu ve sosyal çevrenin sağlıklı desteği olarak sıralanabilir (Costa, Jessor & Turbin, 1999; Jessor, 1991). Bireyin ergenlik döneminde sergilediği problemleri davranışların değerlendirilmesinde bireyin çevresindeki risk faktörleri bütüncül olarak ve bireysel özellikler ile beraber ele alınarak riskli davranışlara yönelen ergenlerin ortak özelliklerine dair çalışmalar yapılmıştır. Koruyucu faktörler ile risk faktörleri



birbirine bağılı bir şekilde bireyin davranışında var olmaktadır (Jessor, 1991). Riskli davranışların ortaya çıkmasında risk faktörlerinin varlığı ve koruyucu faktörlerin az oluşu dikkat çekmektedir.

Ergenlerde riskli davranışlar konusu gerek uluslararası gerekse ülkemizdeki araştırmacıların dikkatini çekmekte olup (Cohen, Brook, Cohen, Velez & Garcia 1990; Çavuş, Görpelioğlu ve Çavuş, 2017; Jessor, 1998; Şaşmaz vd., 2006; Siyez, 2006) geçmişten bugüne alan yazına pek çok ürün ile katkı sunulmaktadır. Riskli davranış kavramı bireyin problemleri davranış sergilemesinden daha çok risk alma davranışının yüksek olması ile ilgilenmektedir. Bu kavramla ilgili yapılan araştırmada ergenlik döneminde görülen riskli davranışlar ile ilgili veri elde etmek için Gençtanırım ve Ergene (2014) tarafından geliştirilen ölçekten yararlanılacak olup, antisosyal davranışlar, intihar, madde kullanımı, sigara kullanımı, okul terki ve yeme bozuklukları olarak altı alt başlık incelenmektedir.

Hayatın her döneminde doğal bir süreç olarak varlığını devam ettiren kayıp süreci; sevilen birinin kaybı, bir eşyanın kaybı, taşınma, organ kaybı, göç, yaşam döneminin kaybı vb. olarak karşımıza çıkabilmektedir (Humphrey, 2017). Yas da kayıpların ardından bireyin verdiği doğal bir tepki olarak karşımıza çıkmakta ve beraberinde pek çok farklı tepkiyi getirmektedir. Yas sürecinde bireyin kaybı kabul edip yaşantısına devam etmesi mümkünken, tamamen uyumsuz davranışlar göstererek kendisi ve çevresi için risk oluşturması durumu da olabilmektedir (Bildik, 2013; Erdur-Baker ve Doğan, 2014; Humphrey, 2017). Kayıplar karşısında genellikle çaresizlik, öfke, ağlama gibi tepkiler gösterilse de bireyler içinde buldukları gelişim dönemlerine göre kayıplar karşısında farklı tepkiler vermektedirler (Kirwin & Hamrin, 2005; Scheeringa, Peebles, Cook & Zeanah, 2001; Terr, 1983). Örneğin; ölüm karşısında, okul öncesi dönemdeki bir çocuk ebeveynlere bağlanma geliştirerek güven kurabilirken, ergenlik dönemindeki bir genç de aileye olan güvenin sarsılması ve aileden uzaklaşma davranışları görülebilir (Erdur-Baker ve Doğan, 2014). Ergenlik döneminde görülen suça yönelme, öfke, uyum problemleri gibi riskli davranışlara yönelmenin tetikleyicisi olan bir diğer durumda, ergenin yaşadığı kayıplar ve geçirdiği yas süreci olabilmektedir (Erdur-Baker ve Doğan, 2014; Gray, 1987; Schwarz & Perry, 1994).

Yas süreçleri bireylerin psikolojik sağlamlıklarına katkı sağlama açısından olumlu olabileceği de, olumsuz etkilerde ortaya çıkabilmektedir. Kayıp ve yas süreçleri bireylerde stresin artmasına neden olduğu için öznel iyi oluşu sekteye uğratabilen unsurlardır. *Öznel iyi oluş*, bireylerin yaşam doyumu kavramına yönelik bilişsel yargılarını ve olumlu olumsuz duygularından oluşan bir kavramdır (Diener, 2000). Öznel iyi oluşun bileşenleri ve bu bileşenlerin ölçülmesi tartışılan bir konudur. Öznel iyi oluşun öğelerine baktığımız zaman bireyler arası değişken yapısının olması, psikometrik ölçümlere dayanması ve bireyi bir bütün olarak ele alması göze çarpmaktadır (Diener, 1984).

İnsanın yaşantısında hem olumlu hem de olumsuz duygulanım mevcuttur. Olumlu duyguların olumsuz duygulardan yüksek düzeyde yaşanması bireyin öznel iyi oluşunun yüksek olmasına katkı sağlar (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). Bireylerin öznel iyi oluşuna katkı sunabilmek adına olumsuz duygularını gidererek olumlu duygulanımlarını arttırmaları faydalı olarak görülmektedir (Diener, Oishi & Lucas, 2003). Bireyin bu yönde güçlenmesi kişiliği için içsel bir motivasyon sağlamakta ve bireyler stresle daha iyi başa çıkabilme becerileri edinmektedirler (Lazarus & Folkman, 1984). Öznel iyi oluşu yüksek olan bireylerin çevresini ve benliğini zedeleyici davranışlar göstermediği bilinmektedir. Mutluluk, yaşam doyumu, hedefe yönelik olma gibi özelliklerin bireylerin iyi oluşlarına olumlu katkı sağladığı da belirlenmiştir. Bireyin öznel iyi oluş düzeyi hayat boyu yaşam kalitesini etkileyeceğinden bireyin yaşamdan aldığı haz ile yakından ilişkilidir (Diener, Oishi & Lucas, 2003).

Öznel iyi oluşun boyutları incelendiğinde iş, evlilik, yaşam doyumu gibi önemli alanlar ile ilgili gurur, hoşlanma, sevinç, neşe gibi olumlu duyguların beslenmesi ile yaşam doyumunun yükseldiği, bu alanlara karşı hissedilen suçluluk, utanma, öfke, nefret gibi olumsuz duyguların ise bireyi doyumсуuzluğa ittiği belirtilmektedir (Myers & Diener 1995). Öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin gelişim sürecinde evrimsel süreç ön plana çıkmaktadır (Buss, 2000). Bu sürece bakıldığında zaman zaman birey bu gelişim içinde sürekli bir şeyleri kaybetmiş (yakınlarını, becerilerini, ilişkilerini vs.) ve bunlara uyum sağlamak zorunda kalmıştır. Ancak yine de kendi iyi oluş stratejilerini geliştirmeyi bilmiştir (Doğan ve Eryılmaz, 2013). Bu stratejiler toplumsal ilişkiler kurma, faaliyetlerde bulunma, hedef belirleme ve bu hedefleri gerçekleştirme için

çalama, dini etkinliklere yönelim ve bilişleri kontrol etme olarak sıralanmaktadır (Tkach & Lyubomirsky, 2006).

Yaşanan kaybın ardından yas tutmak olması gereken doğal bir süreçtir. Önemli olan bireyin bu süreci sağlıklı bir şekilde atlatabilmesi ve bundan sonraki kayıplar için sağlam kalabilmesidir. Yas tutarken bireyin kayıpla ilgili duygularını kabul etmesi, bu duygularla yaşamayı öğrenebilmesi sürecin sağlıklı bir yol izlemesini sağlayacaktır. Kişinin duygularını ifade edebilme ve baş etme biçimi yas sürecini etkileyen değişkenlerdendir (Zara, 2011).

Tüm yaşam olaylarında değişmeyen bir şey vardır ki o da duyguların varlığıdır. Lazarus bunu “yaşların bilgeliği” olarak adlandırmaktadır. Duygular yaşam olaylarına, ölümlere, kayıplara, stres faktörlerine bireyin ne şekilde yanıt vereceğini belirler ve bireyleri etkiler (Lazarus, 1991; Gross, 2002; Smith & Lazarus, 1990). Günlük yaşam olayları bireyin duygularını etkilemektedir. Nolen-Hoeksema, Wisco ve Lyubomirsky’e (2008) göre bireyler yaşam olaylarının getirdiği olumsuz duyguları etkili şekilde yönetemezler ise olumsuz duyguların etkisi kişinin daha büyük ve uzun süreli yoğun olumsuz duygularla yaşamasını beraberinde getirebilmektedir. Kişinin yaşamındaki stresli olayların getirdiği duygular ile etkili baş edebilmesi bu açıdan önemli görülmektedir.

Bireylerin yaşantılarında duyguların her zaman işler durumda olması, öznel ve taraflı olması nedeniyle duyguları ifade ediş ve duyguları yönetme şekli ön plana çıkmaktadır (Gross, 2001; Thompson, 1994). Ergenler için başa çıkma konusunda duygulardan ziyade bütünsel stratejiler ön plana çıkmaktadır (Gross, 1999). Duygu düzenlemenin amacı uyumsuz duyguların tamamen yok edilmesi veya uyarlanması temeline dayanmamaktadır. Esas amaç duyguların altında yatan dinamiklerin etkilenmesi ve duygu tepkisi sonucunu etkilemesi üzerinedir. Bu şekilde duygular değişen çevre koşullarına daha kolay adapte olabilecektir (Aldao, 2013). Duygu düzenleme duygu odaklı başa çıkmanın da bir alt başlığı olarak değerlendirilebilir. Ancak ergenlerde yapılan çalışmalarda duygu odaklı başa çıkma, sorun odaklı başa çıkmaya göre daha kötü sonuçlar vermektedir. Bu başarısızlığın nedeninin bireylerin duyguları ile tanışıp olumlu ilişkiler kuramaması olduğu düşünülmektedir (Phillips & Power, 2007).

Duygu düzenleme ile ilgili çalışmalara bakıldığında kuramcılarının farklı açılardan yaklaşımları bulunmaktadır. Duygu düzenleme odaklı çalışmalar psikanaliz temelli olup Freud'un araştırmalarında yer almıştır (Breuer, 1955; Freud, 1946). Daha sonraları duygu düzenleme "başa çıkma" genelinde anılmıştır (Lazarus, 1991). Duygular karşılaşılan olaylarda otomatik olarak devreye girmekte ve tepkilerimizi etkilemektedir. Duygusal tepkiler bireyi eylemsel açıdan daha iyiye götürebileceği gibi daha kötü bir duruma da getirebilir. Olduğundan daha kötü bir duruma gelen birey başa çıkma hedefinden uzaklaşır ve bu nedenle duygu düzenlemeye ihtiyaç duyarlar (Gross, 1999). Gross'a (1999) göre duygu düzenleme "başa çıkma" başlığının altında geniş bir şekilde değerlendirilebilir. Çünkü duygu düzenleme başa çıkmaya yardımcıdır ancak başa çıkma tamamen duygusal tepkileri kapsamamakta, duygusal eylemler dışındaki stratejileri de içine almaktadır. Duygular bireye kendini tanıması, çevre ile olan ilişkilerini görebilmesi için önemli bilgiler sağlamaktadır (Zeman, Cassano, Perry- Parrish & Stegall, 2006). Birey yaşamına yön veren, olaylara verdiği tepkileri içeren bu bilgileri ancak duygularını tanıma sorumluluğunu alarak sahip olabilir (Gross, 1999). Thompson'a göre ise, duygu düzenleme bireyin duygusal tepkilerini tanımasını, izlemesini ve duyguların sonuçlarını değerlendirerek değiştirebilme kapasitesini yansıtır. Bireyler hem içsel- dışsal duyguları hem de olumlu olumsuz duyguları bilinçli veya otomatik olarak düzenleyebilme kapasitesine sahiptir (Gross, 1998; Thompson, 1994).

Bu çalışmanın amacı, ergenlerde duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin riskli davranışları yordama düzeyinin kayıp ve yas açısından incelenmesidir.

## **1.2. Problem Cümlesi**

Bu araştırmanın problemini; "Ergenlerde duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin riskli davranışları yordama düzeyinde kayıp ve yas açısından farklılık var mıdır?" sorusu oluşturmaktadır.

**1.2.1. Alt problemler.** Bu çalışmada aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır.

1. Kayıp ve yas süreci yaşayan ergenlerde yas düzeyleri cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
2. Kayıp ve yas süreci yaşayan ergenlerde yas düzeyleri yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
3. Ergenlerde duygu düzenleme becerileri cinsiyete göre anlamlı düzeyde anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
4. Ergenlerin kullandıkları öznel iyi oluşu artırma stratejileri cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
5. Ergenlerin kullandıkları öznel iyi oluşu artırma stratejileri yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
6. Ergenlerin riskli davranışları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
7. Ergenlerin riskli davranışları yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
8. Kayıp ve yas süreci yaşayan ergenlerde yas düzeyleri ruhsal hastalığın varlığına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
9. Kayıp ve yas süreci yaşayan ergenlerde yas düzeyleri akademik başarı kaybına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
10. Kayıp ve yas süreci yaşayan ergenlerde yas düzeyi bağımlılığa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
11. Kayıp ve yas süreci yaşayan ergenlerde yas düzeyi kaybın üstünden geçen süreye göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
12. Kayıp ve yas süreci yaşayan ergenlerde yas düzeyi kaybın yakınlık derecesine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
13. Kayıp ve yas süreci yaşayan ergenlerde yas düzeyi kaybın oluş şekline (ani, kronik hastalık, kanser) göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
14. Ergenlerin riskli davranışları kronik hastalık durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
15. Ergenlerin riskli davranışları ruhsal hastalık durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
16. Ergenlerin riskli davranışları akademik başarı kaybına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

17. Ergenlerin riskli davranışları bağımlılık durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
18. Kayıp ve yas süreci yaşayan ve yaşamayan ergenlerin duygu düzenleme becerileri arasında anlamlı düzeyde bir anlamlı farklılık var mıdır?
19. Kayıp ve yas süreci yaşayan ve yaşamayan ergenlerin öznel iyi oluşu artırma stratejileri arasında anlamlı bir anlamlı farklılık var mıdır?
20. Kayıp ve yas süreci yaşayan ve yaşamayan ergenlerin riskli davranışları arasında anlamlı bir anlamlı düzeyde farklılık var mıdır?
21. Ergenlerin kullandıkları duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin riskli davranışları yordama düzeyi nedir?

### **1.3.Araştırmanın Amacı**

Bireyler hayatlarının her anında kayıp yaşayabilir ve yas sürecine girebilir ancak her bireyin kayıplar karşısında verdiği tepkiler farklıdır. Ergenlik dönemi bireyin gelecek yaşantısını şekillendirecek önemli bir süreçtir ve bu nedenle kayıp ve yas sürecinin incelenmesi son derece önemlidir. Bu çalışma kayıp ve yas yaşayan ve yaşamayan ergenlerde duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin riskli davranışları yordama düzeylerinin incelenmesini amaçlamaktadır.

### **1.4. Araştırmanın Önemi**

Ergenlik döneminde yaşanan kayıp ve travmalar ardından gelen yas dönemi ergen için zorlu bir süreç oluşturmaktadır. Bu süreçte ergenin kayıpla başa çıkma düzeyi ile riskli davranışlara yönelimi arasındaki ilişki araştırmalarda ön plana çıkmaktadır (Bowlby, 1982; Dülger, Tokdemir, Tezcan, Kuloğlu ve Doğan, 1997; Erdur-Baker ve Doğan, 2014; Hansen, Cavanaugh, Vaughan & Sikkema, 2009; Hamdan vd., 2012; Garzouzi, 2011; Noppe & Noppe, 1997; Walker & Shaffer, 2007). Ancak kayıp yaşantısı olan tüm ergenlerin riskli davranışlara yönelmediği ve bu noktada kayıp yaşayan ergenin riskli davranışlara yönelimini azaltacak etkenlerin olduğu bilinmektedir.

Yapılan çalışmalarda ergenin riskli davranışlara yönelimini olumsuz bir yaşam olayı ve duygu düzenleme- öznel iyi oluşu artırma stratejileri gibi baş etme becerilerine bağlı olarak inceleyen çok yönlü araştırmalar bulunmamaktadır. Bu çalışma sayesinde ergenlerin baş etme becerileri ve kayıp yaşayan ergenler ile yaşamayan ergenlerin becerilerinin farklılıkları, duygu düzenleme ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin ergenlerin riskli davranışlarını incelemede olumlu veya olumsuz katkısı görülecektir. Aynı zamanda öznel iyi oluşu artırma stratejileri ve duygu düzenleme becerilerini kullanan ergenlerin yas yaşama düzeyleri ile kullanmayan ergenlerin yas yaşama düzeyleri arasında yapılan karşılaştırma ile ergenleri güçlendirici çalışmalara destek olunabilecektir.

Riskli sonuçların ortaya çıkmasını engellemek adına sağlıklı yası desteklemek, ergenlere gerekli bilgi ve becerileri kazandırmak, psikolojik sağlamlığı artırıcı çalışmalara önem vermek gerekmektedir (Garzouzie, 2011). Ergenlerin sağlamlığını artırıcı çalışmaların ileriye dönük hazırlanabilmesi için öncelikle ergenlerin şuan ki becerileri ve bu becerilerin eksikliğinde ortaya çıkabilecek riskler bilinmesi faydalı olacaktır. Bu çalışma ile ergenlerde riskli davranışlara etki eden olumsuz yaşam olaylarının ve getirdiği tepkilerin ve bu tepkileri etkileyen ergenin koruyucu becerilerinin gözler önüne serilmesi, geliştirilecek önleyici çalışmalar için kılavuz niteliğinde olacaktır.

### **1.5.Sınırlılıklar**

- Çalışma grubununu yalnızca Isparta ilinde 2018-2019 öğretim yılında örgün eğitime devam eden orta öğretim öğrenceleri oluşturmuştur.
- Çalışmada elde edilen veriler ölçeklerdeki sorular ile sınırlandırılmıştır.
- Çalışma grubundan elde edilen verilerde yas düzeyi ve riskli davranış puanları düşüktür.
- Çalışmada elde edilen olumsuz yaşam olaylarını içeren verilerde herhangi bir ölçeğe bağlı kalmaksızın yalnızca öğrencilerin ifadeleri esas alınmıştır.
- Bu çalışmada elde edilen verilerin normallik sınaması çarpıklık katsayısına göre yapılmıştır.

## BÖLÜM II

### KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 2.1. Kuramsal Çerçeve

Bu bölümde araştırmanın konusu ile ilgili literatür bilgisi taranarak araştırmanın kuramsal çerçevesi oluşturulmuş ve ilgili ulusal/ uluslararası araştırmalara yer verilmiştir.

**2.1.1. Ergenlik dönemi genel özellikleri.** Ergenlik dönemi Türk Dil Kurumunca “cinsel organların fizyolojik gelişmesiyle başlayan, bülüğa ermişlikle yetişkinlik arasındaki dönem” olarak tanımlanmaktayken, Amerikan Psikiyatri Birliği “bireylerin sosyal ve cinsel açıdan gelişimi ile başlayan ve bireye bağımsızlık ve sosyal alanda beceriler kazandıran, başlangıç ve bitişi konusunda kesin çizgilerin olmadığı gelişim ve değişim süreci” olarak tanımlamaktadır (American Psychological Association (APA), 2002; Türk Dil Kurumu (TDK), 2017). Ergenlik kişinin çocukluktan yetişkinliğe adım atmasını sağlayacak ve yetişkinlik dönemini etkileyecek becerileri, özellikleri kazandıran bir köprü olarak görülebilir. Çocukluk dönemi ile yetişkinlik dönemini birbirine bağladığı ve yaşanan değişimler ve zorlu görevleri nedeni ile bireyin yaşantısında hareketli bir dönem olarak görülmektedir (Santrock, 2014). Fiziksel açıdan iskelet sisteminin gelişmesi ve cinsel olgunlaşmanın yanı sıra, bireyin bilişsel gelişimi ile beraber soyut düşünme becerilerinin gelişmesi ve sosyal açıdan yetişkin dünyasına adım atması ile öğrenmenin ve üretkenliğin fazla olduğu bir dönemdir. Genellikle iş yaşamına adım atma, kimlik kazanımı ve özerkliğin sağlanması gibi becerilerin kazanımı ile 19-21 yaşları arasında sona erdiği düşünülen ergenlik döneminin izleri bireyi her alanda izlemektedir (Derman, 2008).

Ergenliğe giriş olarak bilinen ve biyolojik değişimlerin yaşandığı puberte dönemi, erkekler için testosteron hormonunun yükselmesi, boy ve kiloda artış, sesin kalınlaşması gibi etkiler ile gözlemlenmektedir. Kız ergenlerde ise östradiol hormonu ile beraber cinsel organların gelişmesi, kiloda artış ve göğüslerin büyümesi gibi değişiklikler gözlenmektedir. Fiziksel gelişimin hızlı ve pek çok alanda gerçekleşmesi bireyin daha çok sıklıkta sakarlık sergilemesine neden olabilmektedir. Bu dönemde



fiziksel değişimlerin yanı sıra bilişsel açıdanda beynin işlem kapasitesini arttırması sonucu bireyin neden sonuç ilişkisi kurma, varsayımsal düşünme, eleştirel düşünme ve sorgulama becerileri gelişmektedir (Alisinanoğlu, 2002; Santrock, 2014).

**2.1.1.1.Ergenlik dönemine kuramsal bakış.** Ergenlik dönemi ile ilgili pek çok görüş ve tanıma yer verilmiştir. Tek bir tanım veya görüşün olamaması, ergenliğin kültürel özelliklere bağlı olarak değişik özellikler göstermesinden kaynaklanmaktadır. Kesin sınırları çizilemeyen bu dönemde bireylerin sergilediği davranışlarda birbirinden oldukça farklılaşmaktadır. Bu nedenle ergenlik döneminde hangi davranışlar dönemin doğası gereği, hangi davranışlar anormal olarak sergileniyor ayırt etmekte güçlükler yaşanabilmektedir. Dönem ile ilgili farklı açılardan görüşlerin bilinmesi davranışların ayırt edilmesinde bizlere yardımcı olacaktır (Dinçel, 2006; Steinberg, 2017). Bu nedenle antik yunan filozoflarının ergenliğe bakış açısı, Hall'ın fırtına ve stres görüşü ile başlayarak, psikoanalitik, psikodinamik, bilişsel, sosyal öğrenme ve sosyolojik kuramların ergenliğe bakış açıları incelenecektir.

Antik Yunan filozofları ergenliğin bireyde yarattığı bilişsel gelişimi vurgulamaktadır. Platon ergenlik döneminde çocuğun kazandığı en önemli yetinin akıl yürütme olduğunu düşünürken, Aristoteles bireyin seçimler yapması ve ergen benmerkezciliğinin üzerinde durmaktadır (Santrock, 2017). Ergenlikle ilgili çalışmaların öncüsü konumunda olan Stanley Hall kuramında yalnızca ergenlik dönemini ele almakta ve “fırtına ve stres görüşünü” öne sürmektedir. Ergenlik dönemindeki bireylere olumsuz bakış açısının varlığı ve ergenler üzerindeki baskılar nedeni ile Hall ergenlik dönemi üzerine odaklanmış ve yoğun şekilde takip edilen bir kuram ortaya atmıştır. Hall kuramında ergenlik dönemini 12-25 yaş aralığında tanımlamaktadır. Darwin'in evrim teorisinden de esinlenen Hall, ergenlik döneminde edinilen bilişsel beceri düzeyinin artması, mantık yürütme becerilerinin gelişmesi, değerler sisteminin oluşturulması, toplumsal bakış açılarının kazanımını bireyin ilkel dönemden çıkarak uygar döneme geçtiğini açıklamaktadır. Ergenlik döneminde yaşanan çalkantılar bireyi ilkel dönemden çıkarmaktadır. Dönemin doğası gereği kişi toplumla daha çok ilgilenmeye başlar ve kişisel bencillikleri azalmaktadır (Grinder, 1969; Hall, 1891; Siyez, 2013).

Psikoanalitik kuramcı Sigmund Freud'un, psikoseksüel gelişim dönemlerinden genital dönem olarak adlandırılan 12-18 yaş aralığı ergenlik dönemini kapsamaktadır. Psikoseksüel gelişim kuramına göre genital dönem; bireyin yetişkin cinselliğine yaklaşması, cinsel hazza yönelmesi ve cinsel dürtülerin hız kazanması özellikleri ile tanınmaktadır. Freud bu çerçeveden baktığında ergenlik döneminde bireyin sağlamak istediği görevin genital döneme ulaşmak ve bu cinsel dürtüyü sağlıklı bir şekilde nesneye aktarabilmek olduğunu tanımlamaktadır (Santrock, 2014; Spiegel, 1951, akt. Cloutier, 1994). Yine psikoanalitik kuramcılardan Anna Freud'da ergenlik döneminin incelenmesinde cinselliği ön plana almaktadır. Anna Freud, bireyde oluşan cinsel enerjinin artmasına bağlı olarak bireyin davranışları üzerindeki savaşımdan bahsetmektedir. Kişi cinsel dürtü ve enerji ile egodan ziyade idin isteklerine göre uygunsuz şekilde hareket edebilmekte veya cinsel arzuları uygun olmayan şekilde aşırı düzeyde bastırmaya çalışabilmektedir. Bu iki uç seçenekten birinde olması bireyin yaşamda uyum kurma düzeyini azaltmakta ve gelecek dönemler için ciddi sorunlar oluşabilmektedir. Bu nedenle ergenlik döneminde bireyin cinsel istekleri ve enerjisinin bilinip, uygun yönlendirmenin yapılması önem kazanmaktadır (Cloutier, 1994; Santrock, 2014).

Psikodinamik kuramcılar içinde yer alan Erikson psikososyal gelişim kuramında, bireyin yaşamını bir bütün olarak ele almış ve yaşamın tüm dönemleri için yerine getirilmesi gereken görevleri içeren evreler oluşturmuştur. Erikson her yaşam dönemi için gerçekleştirilmesi önemli olan görevler tanımlamıştır. Ergenlik dönemi içinse kimlik kazanımı gelişim görevi olarak tanımlanmış ve kimlik kazanmaya karşı kimlik karmaşası olarak adlandırılmıştır. Kimlik karmaşası sırasında birey birbirinden farklı yaşantıları deneyimleyecek ve gelecek yaşantısına yön verecek seçimler yaparak gelişim görevini yerine getirmektedir. Bu süreçte geçmiş çocukluk yaşantıları ile gelecek amaçlarının bir irdeleme, iç görü, değer yargılarının oluşturulması sürecinden geçerek, sınırların belirlenmesi ve sonucunda birleşmesi gerekmektedir. Bu süreçte bireyin toplum normlarından uzaklaşması, anksiyete geliştirmesi, aile ve toplumsal uyumunun bozulması ile karşılaşılabilir. Ergene kimlik arayış döneminde destek verilmesi ile uyumu artırılabilir. Ancak verilen desteğin engelleyici, dayatmacı veya özerkliği zedeleyici şekilde olmaması önemlidir (Erikson, 1958; Marcia, 2002; Santrock, 2014).

Bilişsel gelişim kuramcılarında Piaget, ergenlik döneminde bireyin edindiği sorgulama, soyut düşünme, olasılıkları karşılaştırma ve varsayımsal düşünme becerilerinin gelişmesi gibi özelliklere odaklanmaktadır. Gelişen bu özellikler ile ergenin problem çözme becerilerini artırması ve uyum kurma sürecine etki etmesi beklenmektedir. Bilişsel gelişim kuramcılarında Vygotsky'de Piaget gibi bireyin bilgiyi şekillendirmesine odaklanmakta ancak bireyin içinde yaşadığı kültürden etkilenerek bilişsel süreçlerini gerçekleştirdiğini savunmaktadır (Santrock, 2017).

Sosyolojik kuramlarda ergenlik döneminin belirgin özelliklerinden aile ile çatışma, toplumsal ve kültürel normlara uyum süreçleri üzerinde durulmaktadır. Bireylerin toplumsal normları üzerinde taşıyan anne- baba, büyük anne- büyük baba gibi kuşaklarla çatışma yaşaması bu dönemde normal karşılanmaktadır. Bireyin kültürel normlardan aşırı derecede sapması anormal olarak değerlendirilmektedir (Steinberg, 2017).

Sosyal öğrenme kuramını ortaya atan Bandura ergenliğe bakış açısında da sosyal öğrenme kuramını yansıtmıştır. Bandura'ya göre ergenlik döneminde öz-yeterlilik ve model alma ön plandadır. Bireyin yapabileceklerine yönelik inancı, önceden deneyimlediği başarılar, model aldığı kişinin elde ettiği başarılar ve başarıya giden davranışları gözleme yolu ile elde edilebilir ve öz yeterlik algısına katkı sağlamaktadır. Ergenlik döneminde bireyin normal dışı davranışlar sergilemesi modelin gözlenen hatalı davranışları ve öz yeterlik algısının düşük olmasından kaynaklanabilmektedir (Bandura, 1969).

Alan yazına bakıldığında pek çok kuramcının daha ergenlik döneminin doğasını yorumladığı görülmektedir. Örneğin Skinner davranışçı kuram temellerinde ödül- ceza yöntemleri ile gelişimin desteklendiğini savunurken, Bronfenbrenner ekolojik kuramla bireyin üzerindeki çevre etkisinin gelişimle doğrudan ilgili olduğunu ifade etmektedir. Kuramların bireyleri ve çevreyi anlamadaki bakış açıları ergenlik dönemi özellikleri ve ergenlik dönemindeki anormal davranışları farklı şekillerde yorumlamalarına neden olmaktadır. Kuramların sağladığı görüşlerin zenginliği ile ergenlik dönemi davranışlarının incelenmesi dönemin doğasını anlamak ve normal/anormal tanımlamalarını yapabilmek adına bizlere katkı sunmaktadır (Santrock, 2017; Steinberg, 2017).

**2.1.2. Ergenlik döneminde kayıp ve yas.** Kayıp, yaşamın her noktasında karşılaşılabilen evrensel bir durumdur. Genel anlamda “kayıp” dendiği zaman akla ilk olarak ölüm gelmektedir (Thompson, 2002). Bireyler ölümün geri dönülmezliği ile karşılaştıklarında derin bir üzüntü durumu ile karşı karşıya kalarak yas sürecine girebilirler, ölüm her bireyin yaşantısında yer aldığı gibi, yas tutmak da aynı şekilde evrenseldir (Yavuzer, 2003). Bireyin yaşanan kaybın ardından gösterdiği içsel-dışsal tepkilerin bütünü yas olarak adlandırılmaktadır (Lewis, Gottesman & Gutstein, 1979; Stubenbort, Donnelly & Cohen, 2001). Doğal bir tepki olarak ortaya çıkan ve dinamik bir süreç olarak kayıptan sonraki yaşam uyumunu sağlamada bireye yardımcı olan bu süreci her birey eşsiz bir şekilde yaşamaktadır (Cavanaugh, Blanchard & Fields, 2006).

Yaşamın sona ermesi bir kayıp durumudur ancak ölüm sadece kayıp sürecini anlamak için yetersiz kalmaktadır (Thompson, 2002). Bireyler yalnızca ölüm karşısında yas tepkileri göstermezler. Ölüm yas sürecini getiren önemli bir yaşam olayıdır. Ancak kişiler iş kaybı, boşanma, kürtaj, statü kaybı, taşınma, organ kaybı, doğal afetler ve terör gibi kayıplardan kaynaklı olarak da yas sürecine girebilirler (Humphrey, 2017).

Yas süreci; kaybın oluş şekli, kaybın bireyin hayatındaki yeri, yas tutan kişinin sosyoekonomik ve kültürel normlarından etkilenmeye açıktır (Zara, 2011). Matem, yasin kültürel bağlamı hakkında bizlere veri sağlayabilmektedir. Yas ne kadar evrensel bir süreçse, kayıpların arkasından yapılan bilinçli veya bilinçsiz yapılan ritüelleri kapsayan matem o kadar kültüre özgüdür (Sedney, 2002).

**2.1.2.1. Yasın türleri.** Normal yas olarak adlandırabileceğimiz bu süreç yaşanan kaybın ardından duyulan üzüntü, kaybedilen varlığa duyulan özlem ve bilinçsizce kaybın akla gelmesi gibi semptomları içerir. Bu sürecin yaşanması en az kayıp kadar evrenseldir. Kaybın yaşanmasının ardından geçen zamanla bu tepkilerin azalması ve bireyin gündelik yaşantısını etkilemeden uyumun sağlanması ile sona ermektedir (Klein, 1940; Shear & Shair, 2005). Süreç her ne kadar normal olarak görülse de bilişsel, duygusal, fiziksel ve davranışsal boyutta bireyi etkileyecektir. Duygusal olarak genel olarak keder, üzüntü, özlem, çaresizlik, yalnızlık gibi duyguları kayıptan önceki yaşantıya oranla daha sık yaşanması olasıdır. Ancak kaybın ardından iki yıl içinde bu semptomların azaldığı görülmektedir (Shuchter & Zisook, 1993).

Bireylerin bilişsel süreçleri de kayıptan etkilenir. Kaybı kabullenmekte güçlük, inkar, motivasyonda bozulma, olumsuz yaşantı beklentisi gibi belirtilerle kendini göstermektedir (Horowitz vd., 1997; Shuchter & Zisook, 1993). Kaybı yaşayan bireyin iştah kaybı, çarpıntı, uyku sorunları, nefes darlığı gibi fiziksel belirtilerin kaybın ardından ilk altı ay içinde daha sık yaşamaya başladıkları, somatik yakınmalarında bariz artışın söz konusu olduğu gözlenmiştir (Horowitz vd., 1997; Lindemann, 1944; Stroebe & Stroebe, 1987). Yas süreci ne kadar normal olursa olsun kişinin sosyal açıdan da kendini çevreden izole etmesi, uzaklaşması ile beraber madde kullanım bozukluklarında artış da bulgular arasındadır (Blankfield, 1982).

Yaşanması gereken bu sürecin sekteye uğraması, yas tepkilerinin engellenmesi, tepkilerin yaşandığı yoğunluğun zaman diliminin uzaması yasin normal olmayan yas olarak açıklanmasına neden olabilir. Tepkilerin yoğunluğunun azalarak bireyin adaptasyonu ile sona ermeyen yas süreçlerinin nedenleri kaybın travmatik şekillerde oluşundan kaynaklı olabilir. Örneğin intihar, savaş, doğal afetler gibi sebeplerle yaşanan kayıplar travmatik yasin oluşumuna temel hazırlayabilmektedir. Bireyin kaybedilen kişi ile beraber travmaya maruz kalması yas sürecini sekteye uğratabilmektedir (Parkes, 1965; Raphael & Martinek, 1997).

**2.1.2.2. Yas tepkileri.** Bireylerin yas sürecinde verecekleri tepkilerin farklılaştığı belirtilmektedir. Tepkilerin farklılaşmasında en büyük etken bireyin gelişimsel olarak durduğu nokta gösterilmektedir. Özellikle ölümle ilgili çocukların bilişsel kapasiteleri gereği, geri dönülmezlik ve işlevsizlik gibi nitelikleri tam olarak algılayamamalarından kaynaklı kaygı ve güvensizlik görülebilmektedir. Ölüm algısı üzerine çocuklarla çalışmalar yapan psikanalitik kuramcılar bilişsel ve duygusal gelişimin henüz tamamlanamamasından kaynaklı algılama hatalarının farkına varıp, çocukların ölümü nasıl kavramsallaştırdıkları üzerine yoğunlaşmışlardır (Slaughter, 2005). Kaybın üzerinden zaman geçmesine rağmen günlük yaşama uyumunu kuramaması, tepki şiddetlerinde azalmanın görülmemesi ve kayıp yaşantısı ile baş edememesi olarak karşımıza çıkan komplike yas tanımı kaybedilen kişi ile ilişkinin niteliği, kayıp yaşayan bireyin psikolojik özgeçmişi, kaybın oluş şekli, kültürel özellikler ile yakından ilgilidir (Shuchter & Zisook, 1993; Raphael & Martinek, 1997).

Gelişimsel, bireysel ve kültürel özelliklere göre farklılık gösterse de ölümün doğru tanımlanması için kabul gören kavramlar geneldir.

- 1) Geri Dönülemezlik: Ölen varlığın geri gelmeyeceğini, yeniden yaşam faaliyeti göstermeyeceğini anlamak.
- 2) Evrensellik ya da uygulanabilirlik: Ölümün canlı olan tüm varlıklar için olduğunu anlamak.
- 3) Kaçınılmazlık: Ölümün yaşayan varlıklar için her zaman var olduğunu anlamak.
- 4) Sonlanma ya da işlevsizlik: Ölüm sonucunda canlılık faaliyetlerinin yitirildiğinin anlaşılması.
- 5) Nedensellik: Ölüme neden olan faktörün işlevsizlik sonucu olduğunun anlaşılması (Slaughter, 2005; Slaughter & Griffiths, 2007).

Bireyler yaşanan kaybın ardından farklı yas tepkileri gösterirler ancak yine de yas sürecinin aşamaları ile ilgili araştırmalar yapılmış ve hangi tepkilerin ne sırada izleneceği ile ilgili bilgi elde edilmeye çalışılmıştır. Yasın ancak kabullenme ile sağlıklı bir şekilde tamamlanacağını vurgulayan Kübler- Ross yaptığı araştırmalar sonucunda beş aşamadan oluşan bir süreç geliştirmiştir.

**Şok ve inkar:** Bireyin kaybın yaşandığını henüz kabullenmediği aşamadır.

**Öfke:** Yaşanan şokun ardından birey kaybı kabullenir ve bu kaybın başına gelmesi ile ilgili öfke yaşadığı evredir.

**Pazarlık:** Öfkenin evresinin ardından birey umutsuzluk duyguları ile karşılaşır ve kaybın yaşandığı gerçeğini kabullenmeyi erteler.

**Depresyon:** Birey kayıp durumunu kabullenir. Bu evrede kaybedilen ile ilgili tamamlanmamış işler gün yüzüne çıkar.

**Kabullenme:** Bireyin yaşadığı kaybı kabullendiği evredir. Artık bu evreden sonra birey yaşantısını kayba göre düzenler ve uyum sürecine girer (Dyregrov & Güvenç, 2000; Kübler-Ross, 2010; Rothaupt & Becker, 2007).

Kübler-Ross'un tanımladığı evrelerin ardından farklı kuramcılar sürecin duygusal, bilişsel veya davranışsal noktalarına odaklanarak yeni evreler tanımlamışlardır.

Örneğin Wortman ve Silver (1989) çalışmalarında kaybın duygusal ve bilişsel olarak anlamlandırılması üzerine çalışmış kaybın kişi için niteliği, yakınlığı, kaybı yaşayan kişinin sosyal destek kaynakları gibi değişkenlerin anlamlandırmayı etkilediğini vurgulamışlardır. Yas sürecini aşamalar halinde ele alan diğer araştırmacı Worden yası bireyin yaşantısını yeniden yapılandırması ve kaybın yaşama entegre edilmesi ile sağlıklı şekilde atatabileceğini öne sürmüştür (Worden, 2003).

Geçmişten günümüze kadar yas konusunda yapılan çalışmaların başlangıç noktası Freud'a dayanmaktadır. Yasın tamamlanması için net olmasa da belirli evrelerin olacağı vurgusu ilerleyen çalışmalarda da ivme kazanarak, yas sürecinin evreler halinde incelenmesi gerektiğini ifade eden kuramcılarının artışına neden olmuştur. Bu çerçevede Kübler-Ross'un tanımladığı beş aşamadan oluşan model alan yazına sağlanan önemli bir katkıdır, ancak Kübler-Ross'un bu evreleri tanımlarken çalışma yaptığı grubun kültürel ve niceliksel açıdan sınırlılığı eleştirilmektedir (Bayraktar-Özgeldi, 2018).

Volkan (1970) araştırmada yas sürecini iki aşamada incelenmiştir. Birey ilk önce kaybın gerçekleştiğini kabul etmek istemez ardından kayıpla ilgili ilişkilerini inceler ve kaybın kabullenilmesi ile süreç son bulur. Volkan (1970), bu sürecin iki yıla kadar sürebileceğini öngörmektedir.

**2.1.2.3. Ergenlerde yas tepkileri.** Ergenlik döneminde bireyin bilişsel gelişimi ile beraber somut işlemler döneminden soyut işlemler dönemine geçişi beklenmektedir. Artık birey ölüm kavramını hayal etmeye, ölüm kavramı ile ilgili felsefi, dini ve metaforik düşünmeye başlamaktadır. Özellikle ölüm kavramının doğası gereği belirsiz olması ergenlerde endişenin artmasına neden olabilmektedir. Dönemin özelliği olan ben merkezilik dahilinde ergenin bana bir şey olmaz şeklindeki inançları ergeni riskli davranışlara yöneltebilmektedir (Santrock, 2014).

Ergen bu dönemde her şeyi yapabileceğini bu gücün kendisinde olduğunu hissederek hareket eder. Kayıp yaşayan ergen kayba olan özlemi ile öz kıyım düşünceleri yaşayabilir, suçluluk ve çaresizlik duyguları ile madde kullanımına ve anti-sosyal davranışlara yönelimi artabilir. Çocuk ve ergenlerin yas süreçleri ile ilgili pek çok görüş ortaya atılmış ve kuramcılar farklı bakış açıları ile değerlendirmelerini alan

yazına sunmuşlardır. Geçmişten günümüze gelen araştırmalara bakıldığında, özellikle anne kaybının patojenik olduğu vurgulanmaktayken günümüzdeki değerlendirmeler çocuk ve ergenin tepkisinin bağlanma ilişkisi çerçevesinde değerlendirilmesi gerektiği ve sürecin biricikliği üzerine odaklanılmaktadır. Ergenin kayıp karşısında tepkilerinin türünü, derecesini, süresini belirleyen altı faktör bulunmaktadır. Ergenlerin kayba sağlıklı veya patolojik sonuçlarla uyum sağlaması özellikle altı faktörün sağlıklı etkileşimine dayalıdır. Bunlar çocuğun gelişim düzeyi, çocuğun ölen kişi ile olan ilişkisi ve yerine geçen bir nesnenin mevcudiyeti, hayatta olan aile üyelerinin kayıplara verdikleri tepki, çocuğun gelişim düzeyi, çocuğun yaşama dönük algısı, yası yaşama şekilleri olarak sıralanabilir (Rosen, 1991). Bu faktörlerin bireyler üzerindeki etkileşimini anlamak ve yas sürecinin net sınırları bireysel farklılıklar nedeni ile çizilememiştir (Osterweis, Solomon & Green, 1984).

Wheeler ve Austin (2000) ergenlerin yas tepkilerini fiziksel, duygusal, sosyal ve bilişsel olmak üzere dört alt başlıkta incelemişlerdir.

1. *Fiziksel tepkiler*, yeme bozuklukları, iştahta azalma, kabuslar nedeni ile uyku problemleri, şiddetli baş ağrıları, mide rahatsızlıkları (ülser gibi), genel olarak kas ve eklemlerde ağrı durumu olarak belirtilmektedir (Balk, 1983; Hogan, 1988).
2. *Duygusal tepkiler*, kaybın hemen ardından yaşanan şok, şaşkınlık gibi tepkiler atlatıldıktan sonra çaresizlik, üzüntü, umutsuzluk, suçluluk tepkileri yerini alır. Birçok ergende kızgınlık, çaresizlik ve kronik üzüntülü süreç depresyon ile devam edebilir. Hatta bu duygu yoğunluğu ile beraber intihar düşünceleri de yaşanabilmektedir (Balk, 1983; Davies, 1991; Hogan & Greenfield, 1991).
3. *Sosyal tepkiler*, bireyin daha fazla riskli davranışlara yönelmesi, ilgi ve dikkat azalması nedeni ile sosyal çevresinden hoşgörüsüz veya anlayışsız olmakla suçlanması, dışlanma-dışlama, çevresindekilerin onu anlamadığı düşüncesi ile çevreden soyutlanması gibi eylemleri içermektedir. Birey sosyal çevresini tamamen değiştirerek yeni çevreler edinmeye veya var olan ilişkilerini daha yoğun yaşamaya yönelebilmektedir (Davies, 1991; Oltjenbruns, 1991).
4. *Bilişsel tepkiler*, motivasyonda düşüklük, dikkat dağınıklığı, dikkat süresinin kısalması, ruminasyon gibi sorunlar olarak gruplandırılmaktadır. Kayıpla ilgili yaşantı ve düşünceler bireyin zihnini istemsizce kuşatabilir. Bunları “müdahaleci düşünceler ve duygular” olarak da adlandırılabilir. Müdahaleci düşünceler ve



duygular; suçluluk, utanç ve yalnızlık hissi olarak gruplandırılabilir. Çok sayıda ergenin de yas süresince “Ölüm neden var?” “Tanrı neden buna izin verdi?” gibi sorularla mücadele ettiği de Fanos ve Nickerson (1991) tarafından vurgulanmıştır (Balk, 1983; Fanos & Nickerson, 1991; Gray, 1987; Hogan & Greenfield, 1991).

**2.1.3. Duygu düzenleme becerileri.** Birey yaşantısı boyunca pek çok farklı olay ve durumla karşı karşıya kalabilmektedir. Bu olaylara ve durumlara verilen tepkiler fizyolojik, davranışsal ve bilişsel olabildiği gibi duygusal açıdan tepkiler de üretilmektedir. Yaşantı sırasında istemsiz şekilde birden bire bireyin tepkilerine karışan, bireyin olaylara bakış açısını etkileyen duyguların üretim merkezi bireyin kendisidir. Yaşanan duygular davranışları, fizyolojik tepkileri ve bilişsel süreçleri etkilediği gibi aynı zamanda “duygu” ifadesi içerisinde bu bileşenleri de barındırmaktadır. Birey yaşadığı duyguları ne kadar iyi tanımlar, nasıl deneyimlediğinin farkına varıp duygusal tepkilerini düzenleyebilirse duyguları ve yaşantısı arasında uyumu yakalayabilmektedir (Gross, 1999, 2001).

Duygunun özellikleri çok yönlüdür. Olumlu/olumsuz, içsel/dışsal, birincil/ikincil veya kısa/uzun gibi özellikleri tanımak duygu düzenlemesi açısından önem taşımaktadır (Werner & Gross, 2010). Bu özellikleri ile beraber duygular yalnızca bireyin öznel yaşantısını etkilememektedir. Aynı zamanda çevresindeki kişilere bakış açısı, o kişilerle kurduğu ilişkinin biçimi ve aslında hayata genel bir bakış açısı oluşturmasını sağlamaktadır (Greenberg, 2004).

Duygularının farkına vararak bu duyguları düzenleyebilme kapasitesine sahip olan bireyler pozitif duyguları ve negatif duygularının oluşturduğu sonuçları da fark edip düzenleme yoluna girmektedirler. Duygu düzenlemenin öznel iyi oluş düzeyine olumlu katkı sağlamasının yolu ise, pozitif duyguların arttırılması, negatif duyguların ise sağlıklı bir şekilde azaltılması ile olmaktadır. Bireyler olumsuz duyguların yoğunluğunu azaltarak veya kendilerine keyif vererek pozitif duygulanım sağlayan yöntemleri geliştirerek duygusal açıdan öznel iyi oluşlarına katkı sunabilirler (Larsen & Prizmic, 2008). Duygu düzenlemenin işlevleri, belirlenen amaçlar doğrultusunda bireyin desteklenmesi, kişiliğin ruhsal açıdan olumluya yönelmesi ve öznel iyi oluş düzeyinin arttırılması ile beraber ruhsal problemlerden bireyin korunması olarak sıralanabilir (Yıldız, 2016). Aynı zamanda birey duygularını çevresel ilişkilere göre de

düzenleme yoluna gider. Kişilerarası ilişkileri sekteye uğratmamak, toplum tarafından olumlu değerlendirilmek gibi nedenlerle duygularını düzenleyebilmektedir (Akan, 2014).

Bastırma işlevsel olmayan duygu düzenleme olarak tanımlanır. Duyguyu azaltma veya duygu ile ilgili düşüncelerde değişiklik yapmaksızın sadece duyguyu engellemeye yönelik davranış şeklidir. İşlevsel duygu düzenleme denildiği zaman ise akla gelen bilişsel yeniden değerlendirme olmaktadır. Bireyi duygulara götüren bilişlerin yeniden düzenlenmesi, düşüncelerin değiştirilmesi yolu ile duyguları düzenleme yoluna giden süreç bireyin ruhsal sağlığı açısından işlevseldir. Bilişsel yeniden değerlendirmenin günlük yaşamdaki kullanımı arttıkça bireyin olumlu duygulanımları artmaktadır. Böylece depresif belirtilerde azalma, öznel iyi oluş düzeyinde ve yaşam doyumunda artış gözlenmektedir (Gross, 2002; Gross, Richards & John, 2006; John & Gross, 2004).

Acı verici duyguları bastırmaya çalışmak, başka insanlara karşı var olan duyguları değiştirmeye çalışmak, korku duygularını hafifletmeye çalışmak, öfkeyi bastırmaya çalışma düzenlemelerinin yanında eğlenceli duyguların yönlendirilmesi gibi düzenlemeler de birey tarafından yapılmaktadır. Duygular bireyin kontrolünün dışında hızlı bir şekilde tepki oluşturabilir ancak bu duyguların fizyolojik tepkiler, öznel deneyimler ve sergilenen davranışlar açısından etkisi uzun bir süre devam etmektedir. Özellikle bastırılmaya çalışılan negatif yönlü ısrarcı duyguların etkileri fazla olacağından kontrol edilmesi güç olabilmektedir (Gross & Munoz, 1995). Bireyler negatif duyguları tanıyarak bu duygulanımlar üzerinde çalışma yapma ve düzenleme konusunda başarısız ise uyum düzeyi düşmekte ve ruhsal problemler baş göstermektedir (Howe, 2005).

Duyguların yaşanması genellikle bireyin ruh sağlığı açısından faydalı görülmektedir. Birey çeşitli durumlara karşı verdiği tepkiler ve bu tepkilerin sonuçları kapsamında amacına yönelik bir yol çizmek istemekte ve duygu düzenleme süreçlerini devreye sokmaktadır. Kişi hedefine ilerleme yolunda kendi duygularını düzenlemek amacıyla gözlem, değerlendirme ve gerekliyse değiştirme süreçlerine içsel olarak girebileceği gibi, dışarıdan gelen telkinler, izlenim ve değerlendirmeler doğrultusunda da düzenlemeye gidebilmektedir (Thompson, 1994; Werner & Gross, 2010). Yani duygu

ve duygu düzenleme kavramları her kişi için öznel olduğu gibi çevreden tamamen bağımsız işleyen süreçler olmadığını söyleyebiliriz.

**2.1.3.1. Duygu düzenleme becerilerinin tarihçesi.** Alan yazın incelendiğinde duygu düzenleme ile ilgili ilk açıklamaların psikoanalitik kuram temelli olduğu görülmektedir. Bireyin sahip olduğu dürtülerin engellenmesi ile ortaya çıkan çatışmalar ve kaygının azaltılması için kullanılan savunma mekanizmalarının duygu düzenleme süreçleri ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Gross, 1998). Stresle Başa Çıkma Modelini geliştiren Folkman ve Lazarus başa çıkmayı iki alt boyutta incelemiştir. Problem odaklı başa çıkma, stresi yaratan durumu, sorunu yok etmeye yönelik stratejileri kapsamaktadır. Duygu odaklı başa çıkma ise, stres yaratan durumun, olayın birey üzerinde uyandırdığı duygular ile çalışmayı gerektirmektedir. Duygu odaklı başa çıkma stratejilerinde birey durumu inkar etme, durumun yarattığı duygular ile yüzleşerek bu duyguları ifade etme yollarına yönelebilmektedir (Duy ve Yıldız, 2014; Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus, 1991).

Duygu düzenleme konusunda uzun süre çalışan kuramcılardan Gross'un çalışmalarına bakıldığında duygu düzenlemenin ilk olarak bireyin bilinci ve kontrolü ile sağladığı, daha sonraları farkında olmadan gerçekleştirdiği görülmektedir (Gross & Levenson, 1993; Gross, 2001). Gelişimsel süreçle beraber duygu düzenleme süreçlerinin de evrilip, değiştiğini, yaşam içinde öğrenildiğini savunan kuramcı; yaptığı araştırmalarda duygu düzenlemenin yaşam kalitesine olan katkısının önemini sıkça vurgulamakta ve bireylerin sıkça düzenledikleri duygular arasında heyecan ve mutluluğu vermektedir (Gross & Levenson, 1993). Duygu düzenleme sürecini iki aşamalı şekilde açıklayan kuramcı, yeniden değerlendirme ve bastırma olarak adlandırdığı kavramları tanımlamıştır. Yeniden değerlendirme, bireyin olayı veya durumu tekrar gözden geçirerek bunlara verdiği tepkileri düzenlemesi olarak açıklanırken, bastırma bireyin duygusunu ifade etmekten ziyade bu duyguya ket vurması olarak açıklanabilir (Gross, 2002).

Gross ve Thompson (2007) duygu düzenleme becerilerini gelişimsel açıdan incelenmiştir. İlk olarak bebeğe bakım veren kişiyi düşünelim. Bebeklik döneminde bakım veren kişinin stresörlere karşı tepkileri ve baş etme mekanizmaları ile bebeğin

duygu tepkileri arasında bağ kurulmuştur. Gelişim ile beraber bilişsel süreçlerin ilerlemesi ve çok yönlü düşüncenin gelişimi ile çocuk veya ergen duyguyu farklı boyutları ile değerlendirmeye alabilmektedir. Sonuç olarak gelişim sürecinde birey kendi kişilik özelliklerine, mizacına ve özdenetim mekanizmasına bağlı olarak duygularını düzenleme yoluna gidebilmektedir. Bu süreçle beraber bireyin duygu düzenleme ve baş etme stillerinin net bir şekilde ortaya çıktığını ve durağan kaldığını söylemek mümkün olmamaktadır. Çünkü bireyler yaşantı boyunca uyum sağlamaları gereken pek çok durumla karşı karşıya kalabilmektedir. Duygu düzenlemenin gelişimsel açıdan istenilen seyrinde ilerlemesi, ergenlik ve sonrası için bireyin farklı durum ve olaylar karşısında duygu düzenleme ve baş etme stratejileri geliştirip uygulamaları ve sonucunda uyum sağlamaları sürecinde son derece önemlidir (Gross & Thompson 2007; Santrock, 2014).

**2.1.3.2. Ergenlik döneminde duygu düzenleme becerileri.** Gelişim birbirini takip eden, bireyin sürekli üst üste ekleyerek donanım elde ettiği bir süreçtir. Örneğin ergenlik döneminde bireyin en büyük görevi olan kimlik bulma hedefi sağlıklı bir şekilde gerçekleşmezse yetişkinlik dönemi için risk oluşturmaktadır. Aynı şekilde bireyin fiziksel gelişim hızının yüksek olduğu bebeklik ve ergenlik döneminde yetersizlikler nedeni ile fiziksel gelişimin sekteye uğraması bireyin yaşantı devamını etkileyecektir. Her gelişim döneminde gerçekleşmesi beklenen farklı bir görev, farklı alanda daha fazla gelişim öngörülmektedir. Bilişsel gelişim ise kritik dönemleri olmasına rağmen bireyin yaşantısı boyunca gelişmeye devam etmektedir (Santrock, 2014). Bu açıdan bakıldığında duygu düzenleme becerilerinin sağlıklı kullanımı yetişkinlik ve ileri yetişkinlik döneminde daha iyi düzeyde olabilmektedir. Bireyin geçmiş yaşantısı, hayatında ortaya çıkan farklı stresörler duygular konusundaki yeterliliğini artırır ve bu deneyimler yaşamın geri kalanına olumlu yönde aktarılır (Gross & Thompson, 2007).

Ergenlik döneminin karmaşa ve fırtınalı sürecinden önceki bölümde bahsedilmiştir. Ergenlik döneminde kişinin ilişki kurduğu çevre ve ilişkilerin yoğunlukları değişir, ergen toplum tarafından sürekli izlendiği hissine kapılır, fiziksel değişimlere uyum sağlamakta zorlanarak özellikle ergenliğe erken adım atan kız ergenler kendilerini gizleme çabasına girebilir, beden veya benlik algısındaki farklılıklar nedeniyle

olumsuz duygularla karşılaşabilirler. Gelişimin doğası gereği bireyin sağlıklı uyum kuramaması demek, yaşantıda zorluklarla karşılaşılacağına göstergesi anlamına gelmektedir (Santrock, 2014). Duygu düzenlemenin genel amacına baktığımızda da, bireyin kendisine, çevreye, olaylara ve durumlara uyum sağlaması odak noktasıdır. Uyumun kurulması kritik öneme sahip olan ergenlikte, duygu düzenlemenin önemi yadsınamaz (Yıldız, 2016). Örneğin Tolin, Abramowitz, Hamlin, Foa ve Synodi (2002) öfke duygusunu sahiplenmeyen bireyin bu duyguyu baskılaması ile beraber depresyon oranının arttığını ifade etmişlerdir. Sadece baskılama yolu ile değil ergenlerin sıkça kullandıkları kaçınma tepkisinin de depresyon belirtilerinin oluşmasında etkili olduğu saptanmıştır. Buna paralel olarak Duy ve Yıldız'ın (2014) ülkemizde yaptıkları araştırmada bastırma, kaçınma gibi işlevsel olmayan yöntemlerin kullanımı ile depresif semptomlar arasında olumlu ilişki ortaya koyulmuştur. Yine Yıldız (2016) ergenlerde yalnızlık düzeyi ile ilgili yaptığı çalışmada içsel işlevsel olmayan şekilde duygu düzenlemenin kullanılması ve yalnızlık duyguları arasında pozitif yönlü ilişki vurgulamıştır.

Bireyin yaşam boyunca pek çok farklı deneyim yaşadığını ifade edilmişti. Hayatta karşılaşılan güçlükler, yeri geldiğinde kayıplar şeklinde de olabilmektedir. Kayıplar karşısında bireylerin verdikleri tepkiler gelişimsel, ilişkisel, kaybın türüne ve kayıp yaşantısının şekline göre çok farklı olabilmektedir. Genellikle kayıp yaşantısı sonucunda bireyler olumsuz duygular ile baş etmek zorunda kalırlar. Ergenlik döneminde ortaya çıkan kayıp tepkileri de üzüntü, çaresizlik, suçluluk gibi olumsuz duygu türleri olduğundan kayıp tepkilerinin patolojik sonuçlara ilerlememesi açısından yeniden değerlendirme son derece önem taşımaktadır. Bilişsel yeniden değerlendirmeyi yaparak duygularını düzenleyebilen bireyin benlik saygısı ve yaşam doyumu artmaktadır (Humphrey, 2017; John & Gross, 2004).

Hiç kayıp yaşantısı olmasa dahi ergenlik döneminde o denli karmaşık duygular bir arada yaşanır ki duyguların işlevsel düzenleme becerisi kazanan ergenler psikolojik sağlamlık açısından daha az risk altında olmaktadır. Zaten karmaşık bir dönem olan ergenliğe birde kayıp yaşantısının eklenmesi duygu düzenleme becerilerini de sekmeye uğratabilmektedir. Örneğin Silk, Steinberg ve Morris (2003) olumsuz duyguları yoğun şekilde yaşayan ergenlerin duygu düzenleme becerilerinde azalma ve

depresif semptomların artışı dikkat çekmiştir (Silk, Steinberg & Morris, 2003, akt. Duy ve Yıldız, 2014).

**2.1.4. Öznel iyi oluşu artırma stratejileri.** Öznel iyi oluş, bireylerin yaşam doyumu kavramına yönelik bilişsel yargılarını ve olumlu olumsuz duygularını içeren bir kavramdır (Diener, 2000; Tuzgöl- Dost, 2005). Bireylerin yaşamında hem olumlu hem olumsuz duygulanım mevcut olduğundan önceki bölümlerde bahsedilmişti. Kişinin olumlu duygularını ön plana çıkarması, yaşamında belirli amaçlar için çaba gösteriyor olması bireyin öznel iyi oluşunun yüksek olmasına katkı sağlamaktadır (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). Öznel iyi oluş, bireyin duyguları üzerindeki bilişsel değerlendirmelerini içerir. Değerlendirmelerin bütünü bireyin yaşama bakış açısını oluşturmaktadır. Öznel iyi oluş, bireyin yaşamdaki genel tarzı ile bu tarza yönelik duyguları üzerine odaklanmaktadır (Diener, 2006).

Öznel iyi oluşun yüksek olması, genel anlamda bireyin olumsuz duyguları daha az sıklıkta yaşayarak kendisine haz veren, olumlu duyguları yüksek düzeyde yaşaması olarak açıklanmaktadır. Birey kendisinde mutluluk uyandıran duyguları ne denli çoğunlukta yaşıyorsa öznel iyi oluş düzeyinin o kadar yüksek olacağı bilinmektedir (Myers & Diener, 1995). Duygularımızın oluşumu ve yaşanması bir anlık gibi düşünülse de, öznel iyi oluş kavramı anlık duygu değişimlerinden ziyade bireyin yaşamında yer edinmiş olan, yüksek oranda tekrarlayan eğilimdeki duyguların bütünü ile ilgilenmektedir (Diener, Suh & Oishi, 1997).

Öznel iyi oluş ile ilgili yapılan Arthaud-Day, Rode, Mooney, Near ve Baldwin (2005) deneysel araştırmasında, üç alan vurgulanmıştır. Bunlar bireyin yaşadığı olumlu duygular, olumsuz duygular ve yaşam doyumu olarak belirtilmiştir (Arthaud-Day vd., 2005). Olumlu duygular yaşam kalitesinin artışını desteklemektedir. Ancak olumsuz duygular (üzüntü, kaygı, suçluluk vb.) yaşam doyumunu azaltarak, bireyi mutsuz etmektedir (Diener, 2006).

**2.1.4.1. Ergenlerde öznel iyi oluş ve kayıp süreci ilişkisi.** Öznel iyi oluşu artırma stratejileri konusunda evrimsel kuram alan yazını kayıp ve yas ile ilişki kurma

noktasında faydalı olacaktır. Evrimsel kuramcılara göre, modern çağın hızlı gelişimi ile bireyin uyumu bozulmuş ve eski dönemlerde görülmeyen sorunlar ortaya çıkmıştır. Yaşanan bu sorunlar bireylerin yeni stres kaynakları ile karşılaşmasına neden olmuş ve insanların yaşam kalitesinde düşüş meydana gelmiştir. Sanayileşmenin artması ve yarışın hızlanması ile beraber insanlar arasındaki rekabetler artmış, bireylerarası kıskançlıklar, yarışlar ortaya çıkarak işbirlikli çalışma şartları azalmıştır. Bu süreçte bakıldığı zaman birey bu gelişim içinde sürekli bir şeyleri kaybetmiş (yakınlarını, becerilerini, ilişkilerini vs.) ve bunlara uyum sağlamak zorunda kalmıştır. Ancak yine de kendi iyi oluş stratejilerini geliştirmeyi bilmiştir (Buss, 2000).

Günümüz koşullarının değişmesi, bireyin eski alışkanlıklarını kaybetmesi, yeniden uyum kurma sürecini sıkça yaşaması öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulamasını gerekli kılmıştır yorumu yapılabilir. Bu nedenle değişimlere uyum sağlamanın hayati öneme sahip olduğu ergenlik dönemindeki bireylerin öznel iyi oluşunu artırmanın yolları önem kazanmaktadır. Eryılmaz bu ihtiyaçtan yola çıkarak araştırmalarına devam etmiş ve 2010 yılında ergenler için öznel iyi oluşu artırma stratejilerini alt gruplara ayırmıştır. Ergenlerde öznel iyi oluşu artırma stratejileri; çevreden olumlu tepkiler almak, çevreye olumlu tepkiler vermek, istekleri doyumak, dini inancın gereğini yerine getirmek ve öznel iyi oluşu korumak alt boyutlarında toplanabilmiştir. Elde edilen bu alt boyutlar Fordyce (1983), Buss (2000) ve Tkach ve Lyubomirsky (2006) gibi kuramcılarının da araştırmalarında vurguladıkları çevre ile yakın ilişkiler kurma boyutlarını karşılar niteliktedir (Eryılmaz ve Ögülmüş, 2010).

Dini inanışın gereklerini yerine getirmek olarak adlandırılan öznel iyi oluşu artırma stratejisi araştırmacılar tarafından pasif stratejiler arasında yerini almıştır. Bir diğer strateji olan istekleri doyumak, aslında öznel iyi oluş kavramının temelinde açıkladığımız hazza yönelim ile ilişkili olarak görülmektedir. Araştırmacılar tarafından değişik şekillerde isimlendirilmenin yapılmasına rağmen öznel iyi oluşu artırma stratejilerinde değerlendirilen son boyu öznel iyi oluşu koruma olarak adlandırılmış ve farklı noktalara odaklanarak açıklanmıştır. Bu boyut olumsuz duyguları azaltma, öznel iyi oluş ile ilgili zihinsel kontrolün sağlanması ve artırma stratejilerini ortak yönleri ile işe koşma olarak farklı açılardan değerlendirilmiştir (Buss, 2000; Fordyce, 1983; Tkach & Lyubomirsky, 2006).

Bireyin yaşamında kontrolü elinde tutmasının öznel iyi oluşa olumlu katkı sunduğu belirtilmişti. Travmatik olayları ve kayıpları engellemek bireylerin elinde olmamasından dolayı kayıp yaşayan bireylerde, yaşamın kontrolünü kaybetmişlik ve yetersizlik duyguları olabilmektedir. Nitekim Eryılmaz ve Ercan (2010) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada bireylerin yaşamda algıladıkları kontrol düzeyinin artması ile öznel iyi oluş düzeyi arasında pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Kişinin yaşantısı üzerindeki kontrolünü denetleyebildiği algısını kaybettiği zamanlarda öznel iyi oluşu bundan olumsuz yönde etkilenecektir (Eryılmaz ve Ercan, 2010). Travmatik olaylar ve müdahale edilemeyen kayıplar beraberinde kişide kontrol duygusunun kaybını getirmektedir (Erdur-Baker ve Doğan, 2014).

Bir diğer durumda ise yaşamında kontrolcü olan kişiler için kayıp durumlarında herhangi bir müdahalede bulunamamak suçluluk, öfke tepkilerini doğurabilir. Bireyin kayıp sonrası ruh sağlığını koruyabilmek ve işlevsel olarak yaşamına devam edebilmek adına, yeni oluşan şartlara göre uyum kurması son derece önemlidir. Kişinin bu uyumu kuramaması mutsuzluğu beraberinde getirir ve öznel iyi oluş düzeyini aşağıya çeken bir ivme yaratır (Diener, Oishi & Lucas, 2003; Erdur- Baker ve Doğan, 2014).

**2.1.4.2. Ergenlerde öznel iyi oluşu artırma stratejileri.** Öznel iyi oluşun yüksek veya düşük olmasında belirleyici olabilen etmenler arasında, yaş, cinsiyet, eğitim, benimsenen dini değerler, aile durumu ve mizaç gösterilebilir. Bir başka etmen de ekonomik durumdur. Diener (1995) uluslararası araştırmasında ekonomik durumun bireyin yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelemiş ve doğrusal bir orantı bulamamıştır. Bir başka çalışmada ise ekonomik durumun bir noktaya kadar öznel iyi oluşa katkı sunduğu ancak yine doğrusal olarak ilerleyen bir grafik çizmediği aktarılmıştır (Seven ve Yoldaş, 2007).

Öznel iyi oluş düzeyi bireysel farklılıklardan etkilenmektedir. Bireyin benlik saygısı ve öz denetiminin yüksek olması öznel iyi oluşunu arttırıcı etkiye sahiptir. Ancak ergenlerde yapılan çalışmalarda demografik özelliklere bağlı olarak değişim gözlemlenmemiştir. Bireyin ruhsal sağlığının korunması için öznel iyi oluş düzeyini



yüksek tutması önemlidir. Öznel iyi oluşu bireye kazandıran yöntemler ise öznel iyi oluşu artırma stratejileri ile açıklanmaktadır (Fordyce, 1977).

Öznel iyi oluşu artırma stratejileri üzerinde ilk olarak çalışan araştırmacı Fordyce 1977'ye göre öznel iyi oluşu artırmanın davranışsal alanda farklı yöntemleri vardır. Kişilerin mutluluk düzeyleri ve mutluluğu arttıran etkenlerle ilgili çalışmalar yapmak ve genellemeler oluşturmak ne kadar zor olsa da, Fordyce yaptığı eğitim çalışması neticesinde bireylerin mutluluğu artırıcı davranışsal etkinliklerinin öznel iyi oluş düzeylerini arttırdığını açıklamıştır. Birey mutluluğunu kontrol edebildiği düzeyde ve farkındalığı olduğu sürece mutlu olacaktır.

Bireyin öznel iyi oluş düzeyini arttırmasının ilk yollarından biri duygulanımları üzerinde pasif kalmadan, aktif rol alması ve olumlu duyguları arttırıcı stratejileri hayatına olabildiğince entegre etmesinden geçmektedir (Fordyce, 1977). Fordyce pek çok pilot çalışma sonucunda 14 tipik yöntem ortaya atmıştır. Bunlar; mutluluk için daha aktif olmak, sosyalleşmeye daha fazla zaman ayırmak, anlamlı şekilde üretken olmak, yaşam için planlar yapmak, endişe verici düşünceleri engellemek, yaşamdaki beklentileri düşürmek, olumlu duyguları beslemek, sağlıklı bir ruh için çabalamak, olumsuz duyguları ortadan kaldırmak, ilişkide olunan kişilerle yakın ilişkiler kurmak, mevcut ana odaklanmak, mutluluğu temel öncelik haline getirmek ve bireyin hayatta rol yapmaksızın kendisini olduğu gibi yansıtması olarak sıralanmıştır. Bahsedilen stratejilerin bireye öğretilmesi ve uygulanmasının sağlanmasının yolu olarak ise mutluluk eğitimi öngörülmüştür. Bu doğrultuda oluşturulan mutluluk programında önemli olan bireyin öznel iyi oluşunu artırma stratejilerinin öğrenmesi ve yaşamında süreklilik sağlayacak şekilde işe koşmasıdır (Fordyce, 1983).

Öznel iyi oluş kavramı ile ilgili incelemeler pek çok farklı alanla etkileşimli olarak gerçekleştirilmiştir. Festinger (1954), yaptığı çalışmalarda bireyin kendini sosyal açıdan değerlendirme şeklinin öznel iyi oluşu etkilediği görüşünü savunmuştur. Buna göre birey kendisinden iyi şartlara, yeteneklere, sosyal çevreye sahip kişilerle kendisini karşılaştığı zaman olumsuz duygular yaşaması olasıyken, kendisi ile eşit oranda veya kendisinden aşağıda olan kişiler ile karşılaştırmaya gittiği zaman olumlu duygular yaşama olasılığı yüksek olacaktır (Annak, 2005). Öznel iyi oluşa diğer bir kuramsal bakış açısı olarak Ryff'in (1989) psikolojik iyi oluş kavramı

gösterilmektedir. Bu kurama göre kişinin iyi oluşu çeşitli alanlardaki yeterlilikleri ile ilişkilidir. Bireyin kendini olduğu gibi kabul etmesi, yaşamındaki kararları kendinin alması ve bunun farkında olması, kendisine ait değerler çerçevesinin olması ve bu değerler doğrultusunda hareket edebilmesi, çevresindekilerle olumlu ilişkiler kurması, çevresel koşulları kontrol edebilmesi, yaşamında hedef doğrultusunda ilerlemesi ve Maslow'un da bahsettiği kendi potansiyellerini geliştirme yolunda tam işlev göstermesi öznel iyi oluşa katkı sunmaktadır.

Öznel iyi oluş kavramını ele alan uyum kuramında da bireylerin içinde buldukları duruma ne denli adapte olduğu ile ilgilenilmiştir. Yaşamındaki şartlara uyum sağlayamayan birey olumsuz duyguları daha yoğun yaşamaktadır. Buna benzer olarak erek kuramında da bireyin yaşamdan sağladığı doyum üzerine odaklanılmış ve doyum sağlayan bireylerin daha yüksek düzeyde öznel iyi oluş sergilediği vurgulanmıştır (Canbay, 2010).

Öznel iyi oluşun yüksek veya düşük olarak değerlendirilmesini etkileyen faktörler üzerine araştırmalar yapan Lyubomirsky, Sheldon ve Schade (2005) çalışmalarında üç faktörden bahsetmektedir. İlk olarak öne sürülen etken bireylerde pek çok alanda yansımaları gördüğümüz genetikdir. Genetik faktörler doğrudan bireyin kişiliğini etkilediği için öznel iyi oluş açısından önemi büyüktür. İkinci faktör ise kişinin bir amaç doğrultusunda ilerlemesi, hedefler koyması ve bu hedeflere ulaşmaya yönelik bilinçli davranışlar sergilemesi olarak aktarılmaktadır. Amaca yönelik davranışın da öznel iyi oluş üzerinde neredeyse genetik yatkınlık kadar etkili olduğu belirlenmiştir. Son ve üçüncü olarak bireyin cinsiyet, yaş, ekonomik durum, etkin köken gibi demografik değişkenleri olarak ifade edilmiş ancak demografik değişkenlerin öznel iyi oluşa katkı oranı düşük bulunmuştur (Lyken & Tellegen, 1996).

**2.1.5. Ergenlerde riskli davranışlar.** Jessor'e (1991) göre "riskli davranışlar" ergenlik dönemi görevlerinin tamamlanmasına ket vuran ve yetişkinlik döneminde gerçekleştireceği sorumlulukları yerine getirmesini sekteye uğratabilecek davranışlardır. Bu davranışlar aynı zamanda , "kişisel, sosyal veya gelişimsel olarak istenmeyen sonuçlar için risk faktörleri" olarak kabul edilmektedir (Jessor, 1998). Bireyin yaşam boyu gelişimini etkileyen bu davranışların ergenlerde son yıllarda artış gösterdiği ve bu

nedenle yapılan araştırmaların öneminin arttığı belirtilmektedir. Yapılan araştırmalarda riskli davranışlardan birinin ortaya çıkması, kişi için diğer riskli davranışları gösterme olasılığını tetiklediği örneğin alkol ve sigara gibi alışkanlıkları sürdüren bireylerin antisosyal davranışlara yöneliminin arttığı bilinmektedir (Alikasıfoğlu, 2008; Siyez, 2009). Riskli davranışlar; antisosyal davranışlar, madde kullanımı, alkol ve sigara kullanımı, yeme bozuklukları, okul terki, erken ve güvensiz cinsel ilişkide bulunma gibi başlıklarda incelenebilir (Alikasıfoğlu, 2008; Santrock, 2017).

Antisosyal davranışlar, kişinin çevresindeki varlıkların haklarını çiğneyici davranışların tekrarlayan bir şekilde gösterilmesi olarak tanımlanmaktadır. Antisosyal davranış sergileyen birey sosyal kurallara karşı gelme, yaşamsal haklara saygı göstermeme gibi eğilimler sergilemektedir. Fiziksel şiddet, varlıklara bilinçli şekilde zarar verme, yalan söyleme, hırsızlık/suça yönelme, okuldan/evden kaçma, agresif davranışlar gösterme gibi problemler antisosyal davranışlar kapsamında değerlendirilmektedir (Clark, Vanyukov & Cornelius, 2002; Jessor, 1991; Park, Lee, Bolland, Vazsonyi & Sun, 2008). Antisosyal davranışların sergilenmesinde kız ergenlere oranla erkek ergenlerin daha fazla risk altında olduğu bilinmektedir (Ketterlinus, 1994). Aynı zamanda antisosyal davranışlarla baş etme ile ilgili Esbensen ve Osgood (1999) araştırmasında önleyici çalışmaların önemini vurgulamaktadır.

Yalnızca ergenlik dönemindeki bireyler için değil, insan yaşamının bütününde karşılaşılabilen intihar eğilimi de bu dönemdeki stresörler ile birlikte risk yaratmaktadır. Ergenlik dönemindeki bireyler için günümüzde artan bir tehlike olarak varlığını sürdüren intihar ise bireyin kasıtlı olarak öz kıyım eylemini gerçekleştirmesini kapsamakta, intihara teşebbüs ile de birey fiziksel ve psikolojik açıdan gelecek yaşantısını etkileyecek şekilde zedelenebilmektedir (Gould, Fisher, Pariders, Flory & Shaffer, 1996). Ergenlik dönemindeki intihar vakalarına bakıldığında vakaların her yıl arttığı görülmektedir. Düşük akademik başarı, ebeveynler ile yaşanan problemler, romantik ilişkide yaşanan problemler, arkadaşlık ilişkileri ile ilgili sorunlar ergenleri intihara iten etmenler arasındadır (Doğan, ztrk, Esen, Demirci ve ztrk, 2018).

Madde kullanımı bireylere duygular ile başa çıkmak için, travmatik anılarının hatırlamasını engelleme noktasında yardımcı olmaktadır (Vermeiren, Schwab- Stone, Deboutte, Leckmant & Ruchkin, 2003). Bireyin duygu, düşünce, davranış sisteminde değişiklikler yaratan, alkol, tütün, uyuşturucu, afyon gibi ürünlerin kullanımı ergenlik dönemindeki gençler arasında ülkemizde de yaygın olarak devam etmektedir (Balseven, Özdemir, Tuğ, Hancı ve Doğan, 2002; Beyazyürek ve Şatır, 2000; Erdem, Eke, Ögel ve Taner, 2006; Sarı ve Korkut- Owen 2015). 2011 yılında TUBİM'in gerçekleştirdiği araştırmada 15-64 yaş grubunun uyuşturucu maddeleri deneme oranının %2,7 olduğu ifade edilirken, en çok denenen madde %0,7 oranı ile esrar olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca ülkemizde uyuşturucu kullanımının 15- 34 yaş aralığındaki bireyler arasında daha yaygın olduğu belirtilmektedir (Arslan ve Akbulut, 2017).

Uyuşturucu madde kullanımının yanı sıra bireylerde bağımlılık yapan maddelere bakıldığında alkol ve sigara kullanımı göze çarpmaktadır. Alkol ve sigara kullanımının erkek ergenler arasında kadınlara oranla daha yaygın olduğu ve böylece alkol ve sigara bağımlılığı konusunda cinsiyet faktörünün önemli rol oynadığı AMATEM verilerine dayalı olarak söylenebilir (Erdem, Eke, Ögel ve Taner, 2006; Körük, 2017). Sigara bağımlılığı olan bireylerin sigaraya başlama yaşı araştırıldığında 4/5'inin ergenlik döneminde bu alışkanlığı edindiği saptanmıştır (Doğan ve Ulukol, 2010). Bu oran dikkate alındığında riskli davranışlarla ilgili ergenler üzerinde yapılacak olan araştırmalar ve önleyici çalışmaların son derece önemli olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

Antisosyal davranışlar, intihar, madde kullanımı gibi davranışlardan bireyi koruyan etmenlerden biri de bireylerin okula bağlanmalarıdır. Okul yaşantısı bireye yalnızca akademik yaşantılar değil, kimlik kazanımı, iletişim becerileri, bağlanma becerileri, benlik saygısının kazanılması gibi imkanlar da sağlamaktadır. Ergenin okula olan bağlılığı ile psikososyal uyum sorunları arasında ters orantı bulunduğu pek çok çalışmada belirtilmiştir (Gould & Kramer, 2001; Savi- Çakar ve Karataş, 2017; Yorğun, 2014). Bu nedenle okul terki ergenler için risk faktörleri arasında değerlendirilmektedir. Okul terki, öğrencinin üniversiteye geçiş aşamasından önce eğitim sisteminin dışına çıkması olarak tanımlanmakta ve ülkemizde okul terki ile ilgili araştırmaların az olması göze çarpmaktadır. (Yorğun, 2014). Son olarak, riskli

davranışlar kapsamında değerlendirilen yeme bozuklukları kategorisinde, ergenlerin bilişsel kapasitelerindeki değişim ve bedenlerini yorumlama da yaptıkları bilişsel hata ile beraber risk artmakta ve bu bilişsel süreç sıkı diyetler, ilaç kullanımı gibi davranışlara dönüşerek ergen sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir (Archer, 1989; Erkan, 2011; Rosenblum & Lewis, 1999).

**2.1.5.1. Ergenlerde riskli davranışların ortaya çıkmasında risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin etkisi.** Riskli davranışların varlığı bireylerde; suça yönelme, madde bağımlılığı, okul terki gibi yaşantılarının devamını etkileyecek sonuçlar doğurmaktadır. Bu davranışların ortaya çıkışını sağlayan faktörler risk faktörleri, bu davranışların sergilenmesini azaltan etkenler ise koruyucu faktörler olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin gelişimi için risk barındıran davranış örüntülerinin ortaya çıkması kişisel özelliklere göre farklılık göstermektedir. Ergenlik dönemindeki her bireyin riskli davranışlara yönelmediği ancak benzer değişim ve sorumluluklarla karşılaştıklarını belirtilmişti. Riskli davranışların varlığı bireylerde; suça yönelme, madde bağımlılığı, okul terki gibi yaşantılarının devamını etkileyecek sonuçlar doğurmaktadır. Bu davranışların ortaya çıkışını sağlayan faktörler risk faktörleri, bu davranışların sergilenmesini azaltan etkenler ise koruyucu faktörler olarak tanımlanmaktadır (Masten, 1994; Siyez, 2013).

Ergenlerde “risk faktörleri” olumsuz aile ve arkadaş çevresinin etkisi, biyolojik yatkınlıklar ve hormonlar, toplumsal koşulların gelişime uygun olmaması gibi nedenlerle karşımıza çıkabilmektedir (Steinberg, 2017). Riskli davranışların gösterilme sıklığı ergenlik döneminde artmaktadır. Bu durumun nedeni bireyin yaşam dönemi özelliği olarak bu süreç boyunca yaşadığı kişisel efsane, diğer bir deyişle ‘bana bir şey olmaz, ben her şeyi yapabilecek güçteyim’ düşüncesidir. Birey bu motivasyonla hareket ederek riskli davranış gösterme olasılığını arttırmaktadır (Lapsley, 2003; Santrock, 2014).

Farklı risk faktörlerinin bireyin yaşantısındaki varlığı riskli davranışların sergilenmesi noktasında itici güç oluşturmaktadır. Literatürde yer alan risk faktörlerine kısaca göz gezdirecek olursak;

- Yüksek testesteron düzeyi,
- Hiperaktivite ve dikkat eksikliği veya öğrenme güçlüğü tanısının varlığı,
- Zeka düzeyinde yaş grubuna göre farklılaşma olması,
- Alkol ve madde kullanan veya alkol ve madde kullanım geçmişine sahip olan aile ve arkadaş grubunun varlığı,
- Eğitim- öğretim olanakları sınırlı olan sosyal çevrede yaşama,
- Sosyoekonomik düzeyin düşük olması,
- Travmatik yaşantı geçmişinin bulunması (istismara maruz kalma, doğal afet veya savaşlara maruz kalma veya yaşanan bölgede azınlık grupta yer almak),
- Ebeveynlerin düşük eğitim seviyesi,
- Aile içi şiddetin varlığı,
- Anti sosyal ebeveyn ve arkadaş grubu,
- Bireyin çevresi tarafından dışlanması,
- Kitle iletişim araçlarının etkisi,
- Yaşanılan çevrede riskli araçlara kolay ulaşım sağlanması,
- Tek ebeveynli olmak,
- Sosyal destek azlığı,
- Yaşanılan bölgede suç oranının yüksek olması vb. olarak sıralanabilmektedir (Lerner & Galambos, 1998; Steinberg, 2017; Swadi, 1999).

Koruyucu faktör, ergeni problemleri davranışa yönlerecek faktörleri azaltan, yetişkinliğe sağlıklı geçişini sağlayan etmenler olarak tanımlanmaktadır. Koruyucu faktörler ergenin bulunduğu ortamdan çekildiğinde risk faktörleri ergenin davranışlarına daha çok yön vermekte ve problemleri davranışları getirmektedir. Bu nedenle koruyucu faktörler ile risk faktörleri birbirinden bağımsız değerlendirilemez. Koruyucu faktörlerin varlığı kişinin davranışları üzerindeki kontrolünün daha yüksek düzeyde hissetmesine katkı sağlamaktadır (Jessor, 1987; Jessor vd., 2003). Literatürde yer alan koruyucu faktörler incelendiğinde;

- Zeka kapasitesinin yüksek olması,
- Olumlu aile ilişkilerine sahip olması,
- Sağlıklı davranışlar sergileyen modellerin varlığı,
- Akademik başarının yüksek olması ve akademik hedeflerin varlığı,
- Başarıya verilen değer,

- Stresle baş etme ve problem çözme becerilerinin yüksek olması,
- Akran grupları ve aileden edinilen sosyal destek,
- Sosyal etkinliklere katılma ve gönüllülük,
- Özgüvenin yüksek olması,
- Öznel iyi oluşun yüksek olması,
- Duygularını kontrol edebilme becerilerinin varlığı,
- Sağlıklı çevresel koşulların varlığı,
- Kişinin kendi değerler sisteminin olması gibi faktörlerin alan yazında geçmişten günümüze yer aldığı görülmektedir (Alikışıfoğlu, 2008; Bonino, Cattelino, Ciairano, Mc Donald & Jessor, 2005; Santrock, 2017; Swadi, 1999; Steinberg, 2017; Şatıroğlu, 2008).

## 2.2. İlgili Araştırmalar

**2.2.1. Ergenlerde kayıp ve yas ile ilgili araştırmalar.** Bu bölümde ergenlik döneminde kayıp ve yas yaşamış bireylerle yurt içi ve yurt dışında yapılan araştırmalar yer almaktadır.

**2.2.1.1. Uluslararası araştırmalar.** Harrison ve Harrington (2001) yaptıkları çalışmada bir ebeveyn ya da akran kaybı yaşamış ergenlerde depresyon semptomlarına benzer tepkiler gözlemişlerdir. Sadece depresif belirtilerin incelendiği çalışmada büyük anne ve büyük baba kaybında da ergenin benzer tepkileri göze çarpmıştır. Uzun süreli yas yaşayan ergenler için bu yasin semptomlarının ve risk faktörleri sonuçlarının daha iyi anlaşılması açısından araştırmaların arttırılması önerilmiştir.

Ergenlerde antisosyal davranışlar üzerine yapılan araştırmalarda genel olarak parçalanmış aile veya ergenin çocukluk dönemindeki ebeveyn kaybı dikkat çekmektedir. McCord (1982) yaptığı çalışmada özellikle baba kaybının suç prevelansını arttırdığını kaydetmiştir. Ebeveyn kaybı, boşanmış aileler, çocukluk çağı travmaları, okul başarısının düşmesi, ekonomik düzeyin düşmesi ve çocuk mahkumiyetleri gibi kayıplar ergenler için riskleri arttırmaktadır (Farrington, 2005).

Yaşları 19 ile 61 arasında değişen 50 alkol bağımlısı hasta üzerinde yapılan bir araştırmanın sonuçları son derece çarpıcı bulunmuştur. Yaşam öyküsüne göre son iki yıl içinde uzatılmış yas yaşantısı olan ve son kaybının üzerinden iki yıl geçmiş olan hastaların sayısı 20 olarak kaydedilirken, örneklemdaki 14 kişinin eşinden ayrılmış olduğu, 17 kişinin ise çocuk, ebeveyn veya eş kaybı yaşadıkları bulunmuştur (Blankfield, 1982). Bu verilerden hareketle farklı yaş düzeylerinde olsa bile yaşanan kayıpların bireyin davranışlarını etkilediğini ve kişilerin riskli davranışlarda bulunabildikleri görülmektedir.

Gruber, DiClemente, Anderson ve Lodico (1996) ergenlerin alkol ve madde kullanmaya başladıkları zaman ve o zaman dilimindeki yaşantılar üzerinde durmuşlardır. Ergenlerde romantik ilişki kaybının varlığı ile alkol ve madde kullanımı arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Kız veya erkek arkadaş kaybı sonucunda alkol veya madde kullanmaya başlama davranışının varlığından söz edilmiştir.

Bulik (1987) araştırmasına göre göçmen ergenler ile yapılan görüşmelerde göçün ardından depresyon ve anoreksiyanervoza gibi bozukluklarla karşılaştıkları görülmektedir. Ergen göç ile birlikte kaybolan sosyal çevre ve aile olma duygusunu yeniden oluşturmaya çabalamaktadır. Göçmen bireylerin yeni yerleştikleri yerlerde kilo verdikçe yeni çevreleri tarafından daha fazla kabul gördüklerini ve aidiyet hissettiklerini algıladıkları için yeme bozukluğu yaşadıkları belirlenmiştir.

Savaş etkilerine maruz kalarak göç eden ergenlerle çalışan Betanncourt vd. (2012) araştırmalarında bu bireylerin TSSB oranlarını %30,4, travmatik yas oranlarını %21,4 ve genel davranış problemlerini %21,4 olarak aktarmışlardır. Bu bulgulardan hareketle travma sonrası tepkiler ile etkili bir şekilde baş edilememesinin ergenlerde davranışsal sorunlar yarattığı ifade edilmektedir.

Brent, Melhem, Donohoe ve Walker (2009) ebeveyn intiharı, ölümü veya kaybolması durumları ile karşılaşmış ergenler ile yaptığı araştırmanın sonuçları kayıp yaşayan ergenlerin riskli davranışlara ne kadar yakın olduğunu gözler önüne sermektedir. Ebeveynlerini intihar yoluyla kaybeden ergenlerde ilk olarak alkol ve madde bağımlılığı ardından depresyon, doğal yollarla kaybeden ergenlerde depresyon, suçlama, anksiyete gibi tepkilerin varlığı dikkat çekmiştir. Gould, Fisher, Parides, Flory ve Shaffer (1996) kaybın oluş şekli ile bireyin tepkileri arasındaki farklılık



üzerinde durdukları araştırmalarında bireylerin yakınlarını kaybetme şekillerinin yas sürecini etkilediğini ifade etmişlerdir. Yakını olan kişiye intihar sonucunda kaybeden bireylerde depresif semptomların daha sık görüldüğü bulunmuştur.

Lewinsohn, Rohde ve Seeley (1996) ergenlerde intihar girişimlerini incelemişlerdir. Ergenlerde anne baba kaybının ardından intihar oranının arttığı görülmüştür. Livatidis vd. (2000) tutuklu ergenlerle yaptıkları araştırmada, hapishanede bulunan ergenlerin çoğunluğunun azınlık gruplarından olduğu saptanmıştır. Bu tutukluların ailelerindeki psikiyatrik bozukluk oranı, yasadışı madde kullanım oranı ve okula devam etme oranının düşüklüğüne dikkat çekmişlerdir. Azınlık gruplarının yoğun bir şekilde suça yönelmesindeki nedenlerden birinin “aidiyet eksikliği” olduğu belirtilmiştir.

Poehlmann’ın (2005) hapisteki anneler ve ergen çocukları ile yaptığı araştırmada %63 gibi büyük bir oranda ergenlerin ebeveynine karşı güvensizliğinin olduğunu ve bağlanma kaybı yaşadıkları belirlenmiştir. Annelerin hapisten çıkması ile bu kayıp giderilememekte ve çocukların olumsuz davranış sergileme olasılıkları yükselmektedir.

Hapishaneye giriş süreci bireylerde özgürlük kaybı ve izolasyona yol aıtığından yaşamı sekteye uğratmaktadır. Hapishane yaşantısı olan ergenlerde bu kayıplarla baş edememekten kaynaklı alkol ve uyuşturucu kullanımı görülebilmektedir (Lader, Sington & Meltzer, 2000). Brown ve İreland’in (2006) çalışmalarına göre tutuklu ergenlerde baş etme ile ilgili yaptıkları çalışmada hapse girmeyi takip eden ilk haftalarda depresyon ve anksiyete gözlenirken, başa çıkma tarzları değiştikçe bu oranların azaldığı gözlenmiştir.

Ergenlik döneminde örgün eğitimin terkinin konu alan bir araştırmada ergenin okul dışında olmasının suça yönelme, ucuz iş gücü olarak çalıştırılma ve hapse girme olasılığının fazla olması gibi dezavantajları barındırdığı açıklanmaktadır (Stearns & Glennie, 2006). Aynı zamanda Amerika’da yapılan pek çok araştırmada azınlık gruplarının eğitimsel ayrımcılığa maruz kaldığı oraya konmaktadır.

Evans ve Burton (2013) istismar mağduru bireylerle çalışmışlar ve istismar yaşantısı olan bireylerde daha fazla davranış problemi gözlemlerken, mağdur bireylerin daha fazla suça yöneldiklerini belirlemişlerdir. İstismarın çeşitli boyutlarına da bakılan

çalışmada duygusal istismar mağdurların da aynı şekilde suça yönelme ve davranış problemlerinde pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir.

Burgess, Hartman ve Clements (1995) yaptıkları araştırmada çocukluk dönemi travmasına maruz kalan bireylerin belli davranış örüntüleri sergilediklerini, yetişkinliğe ilerlerken de bu örüntüleri devam ettirdiklerini ifade etmişlerdir. Bu örüntüler ani tepkiler verme, çaresizlik duyguları ve şiddet içeren davranışları kapsamaktadır. Bireyin yaşantı geçmişinde var olan travmatik durumlar yalnızca bulunduğu gelişim dönemini değil, yaşamının geri kalanını etki altına alarak risk oluşturmaktadır.

**2.2.1.2. Ulusal araştırmalar.** Sabuncuoğlu, Çevikaslan ve Berkem (2003) Marmara depremini yaşamış ergenler ile çalışmışlardır. 49 ergenin örneklemini oluşturduğu çalışmada evlerini kaybeden ergenlerin daha yoğun olumsuz davranışsal tepkiler verdiği gözlenmiştir. Aynı şekilde depremi yaşamış ancak evlerinde yaşamaya devam eden ergenlerde ise davranışsal tepkilerin azaldığı belirtilmiştir. Dizer (2008) Marmara depremi üzerine yaptığı araştırmada deprem sonrası yaşanan evin kaybedilmesi, ebeveynlerin iş kaybı veya bakım veren kişilerin ölümü ile beraber ergenlerin istismara açık hale geldiğini, yaşanan kayıplar ile başa çıkabilmek adına alkole yönelindiklerini veya şiddet tepkileri gösterebildiklerini aktarmaktadır.

Erden ve Gürdil (2009) savaş mağduru çocuk ve ergenler ile araştırma yürütmüşlerdir. Savaş yaşantısına maruz kalan çocuk ve ergenlerde bu travma sonucunda riskli davranışların arttığı vurgulanmaktadır. Savaş mağduru çocuk ve ergenlerin riskli davranışlara yönelmemesi ve süreci sağlıklı bir şekilde geçirebilmesi adına psikososyal destek mekanizmalarının sağlıklı bir şekilde işliyor olmasının öneminden bahsedilmiştir.

Arslan'ın (2012) yaptığı tez çalışmasında ortaöğretim öğrencilerinin aile ilişkilerini ve problem davranışlarını incelemiştir. Ergenin bağımlılık, şiddet, intihar, yeme bozuklukları gibi davranışlarının artışında aile içi istismarın bulgularına rastlanmıştır. Aile içi istismarın varlığı bireyin benliğine zarar verici davranışlara yönelmesinde etkili bir değişken olarak görülmüştür. Aynı zamanda ergenlerin gösterdiği riskli davranışlarda kayıplara neden olarak yeni tepkileri beraberinde getirebilmektedir.

Kılıç (2007) verileri bu açıdan dikkat çekicidir. Bu araştırmada şiddet vakalarında 15 öğrencinin yaşamını kaybettiği kaydedilirken son zamanlarda şiddet olaylarına dayalı artışa dikkat çekilmiştir.

Yorğun (2014) okul terkinin nedenleri ve risklerini incelemiştir. Okul terki nedenlerini düşük sosyoekonomik düzey, akademik başarının düşüklüğü ve şiddete maruz kalma olarak aktarmıştır. Araştırma sonucunda okulu terk eden öğrencilerin akademik çalışmalardan ayrılması ve bir işte çalışmaya başlaması ile farklı risk gruplarına da açık hale geldikleri belirtilmiştir.

Turgut ve Eraslan Çapan (2017) ergenlerde psikolojik sağlamlık üzerine yaptıkları çalışmada psikolojik sağlamlığın iyi derecede yordanabilmesi için bireylerin yaşam olaylarının incelenmesi gerektiğini vurgulamışlardır. Bu yaşantılar; anne- baba kaybı, ebeveynlerin boşanması, kronik hastalıklar, göç ve ciddi ekonomik güç kayıpları olarak sıralanmış ve bu değişkenleri de içine alan araştırmaların yapılmasının yararı ifade edilmiştir.

**2.2.2. Ergenlerde duygu düzenleme ile ilgili araştırmalar.** Bu bölümde ergenlik dönemindeki bireylerle duygu düzenleme üzerine yapılmış yurt içi ve yurt dışı araştırmalarına yer verilmiştir.

**2.2.2.1. Uluslararası araştırmalar.** Shah ve Waller (2000) çalışmalarında depresyon belirtileri olan ve olmayan bireylerle çalışmışlardır. Bireylerin aile ile olan yakınlıklarını ne düzeyde algıladıkları ve depresyon semptomları üzerinde duran çalışmada duyguları bastırma davranışının depresyonu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yani anne- babası tarafından gösterilen yakınlıktan algılanan düzey ile ilgili duygularını bastırma yoluna giden bireylerin depresyon belirtileri ile karşılaşmaları olasılığı daha fazladır. Hoffman, Ersser, Hopkinson, Nicholls ve Harrington'ye (2012) göre depresyondaki kişiler duyguları düzenlemek konusunda yetersizdir ve depresif semptomların azaltılması için duygu düzenlemenin işe koşulması gerekmektedir.

Siener ve Kerns (2012) 10-12 yaş aralığındaki çocuklardan, ailelerinden veri toplamış ek olarak da çocukların davranışlarını gözlemlemişlerdir. Araştırmanın sonuçlarına göre depresif semptomlar gösteren çocukların genellikle duygu düzenleme güçlüğü çeken gruptaki çocuklar olduğu belirlenmiştir. Yine Svaldi, Dorn, Matthies ve Philipsen (2012) boylamsal araştırma sonuçlarına baktığımızda ergenlerde öfke duygusunun bastırılması ile depresyonun artışı arasında pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişki görülmektedir.

Rivers, Brackett, Katulak ve Salovey (2007) öfke duygusu üzerinde odaklanan araştırmalarında duygu düzenleme ilişkisini incelemişlerdir. Öfke duygusunu düzenlemekten ziyade kişinin bu duygudan kaçınması sonucunda olumsuz duyguların daha yoğun yaşandığını açıklamışlardır. Ancak öfkeyi etkili şekilde düzenleyebilmenin olumlu duygularla ilişkisi bulunmaktadır.

**2.2.2.2. Ulusal araştırmalar.** Karagöz (2010) araştırmasında çocukluk dönemi travmatik yaşantı geçmişinin bireyin duygu düzenleme becerilerini etkilediğini belirtmektedir. Madde bağımlısı olan ve yatarak tedavi gören bireylerle yaptığı çalışmada kendini yaralama davranışı gösteren hastaların diğer bağımlı hastalara oranla duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları saptanmıştır. Kendini yaralama davranışı gösteren hastaların çocukluk yaşantılarında travmalar olduğu göze çarpmıştır. Bilim'de (2012) çocukluk dönemindeki örselenme yaşantılarını inceleyerek duygu düzenleme güçlükleri ile çocukluk çağı travmalarının ilişkili olduğunu vurgulamıştır.

Gürdal, Sevi Tok ve Sorias (2018) majör depresif bozukluk tanısı almış bir grup ve rastgele seçilmiş bir grup ile yaptığı çalışmada bilişsel duygu düzenleme stratejilerinin kullanımı, bağlanma biçimleri ve bireyin sağladığı uyum ilişkisini incelemiştir. Depresyon tanısı almış grubun duygu düzenleme stratejilerini diğer gruba oranla daha az kullandığı belirlenmiştir. Bağlanma biçimleri ile duygu düzenleme becerileri arasındaki örüntüde ise ilişki görülmemiştir.

### 2.2.3. Ergenlerde öznel iyi oluşu artırma stratejileri ile ilgili araştırmalar.

Bubölümde ergenlik dönemindeki bireylerin öznel iyi oluş artırma stratejilerini konu edinen araştırmalar verilecektir.

**2.2.3.1. Uluslararası araştırmalar.** Cicchetti ve Toth'a (1997) göre çocuklar ve ergenlerin yüzde 25'i stres yaratan yaşam olayları ile karşı karşıya kalırlar. Ergenlik dönemi yerine getirilmesi gereken gelişimsel görevleri ve uyum sağlanması gereken değişimler ile içerisinde stres barındıran bir zaman dilimidir. Bunlara ek olarak bir kişinin ölümü, ergenin bağımlılıklara sahip olması, kademe/okul değiştirmek, travmatik olaylara maruz kalmak, akran zorbalığı mağduru olmak ergenlerin yaşamlarındaki stresörleri arttırmaktadır (Kenny, 2010; Santrock, 2014).

Yapılan araştırmalara bakıldığında aile ilişkilerinde kopukluk olan çocuklarda agresif davranışların daha fazla görüldüğü ve yaşam doyumunun düşük olduğu gözlenmiştir (Hamama & Arazi, 2012). Amato ve Keith (1991) meta analiz çalışmasının verileri çarpıcıdır. Boşanmış ebeveyne sahip olan ve olmayan ergenleri konu edinen çalışmaların incelenmesinde, anne babası boşanmış olan ergenlerin yetişkinlik yıllarında yaşam doyumunun bariz şekilde düşük olduğu ve olumsuz benlik algısına sahip oldukları belirtilmiştir. Çocukluk döneminde ebeveynlerin boşanması yaşantısı geçirmenin aile ile ilişkide kopukluk yarattığı ve bu durumun çocukta öznel iyi oluş düzeyinin düşmesine neden olduğu Sobolewski ve Amato (2007) çalışmalarında göze çarpmaktadır. Bir diğer önemli bulgu ise, anne- baba arasındaki mutluluğun ve uyumun çocuğun öznel iyi oluşunu olumlu yönde etkilediği yönündedir. Dohert ve Needle (1991) yaptıkları boylamsal çalışmada kız ve erkek çocukların boşanmayı takip eden farklı zaman dilimlerinde tepkiler gösterdiği, tepkilerin olumsuz yönünün yüksek olduğu kaydedilmiştir. Rask, Astedt-Kurki ve Laippala (2002) çalışmalarında ergenlerin öznel iyi oluşları ile aile bağları arasındaki ilişkileri konu edinmişlerdir. Aile içindeki manevi ve fiziksel bütünlüğün ergenlerin öznel iyi oluşuna katkıda bulunduğunu bulgulamışlardır. Bulgular arasında kız ergenlerin aile içindeki tutarsızlıklar, bölünmüşlüklerden daha fazla etkilendikleri ancak cinsiyet faktörünün öznel iyi oluşu yordama açısından yüksek derecede etkisi olmadığı yer almaktadır.

Ryff ve Heidrich (1997) yaşam deneyimleri ile iyi oluş arasındaki ilişkiyi açıklamak üzerine çalışmıştır. Yetişkinler ile yapılan araştırmada geçmiş deneyimlerin şimdiki

iyi olma durumunu nasıl etkilediği üzerinde durulmuştur. Yaşam doyumu yüksek olan yetişkinlerin iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu aynı zamanda yaşam doyumunun eğitim ve iş olanaklarından etkilendiği araştırmanın sonuçları arasında yer almıştır. Yetişkinliğin yaşlara göre değişen evrelerinde iyi oluşu arttıran faktörlerin değişime uğradığı gözlemlenmiştir.

Ho, Cheung ve Cheung'un (2010) büyük bir çalışma grubu ile yaptığı araştırmanın bulgularına bakıldığında ergenlik dönemindeki bireyin akademik hedeflerine ulaşmak için çalışması yaşamdaki anlam düzeyini arttırmakta ve yaşam memnuniyetine katkı sağlamaktadır. Ergenin arkadaşlık ve ailevi ilişkileri ile ilgili kendisine hedefler koyması bu hedefler doğrultusunda çaba sergilemesi öznel iyi oluşuna katkı sağlamaktadır. Ergenin yaşamda belirlediği hedeflerin ve bunlara yönelik beklentilerin gerçekçiliği de iyi oluşuna katkı sunan faktörlerdendir.

Ergenlik döneminde bireylerin yaşantısı büyük oranda okullarda geçmektedir, bu nedenle okullardaki yaklaşımlar ve programlar ergen gelişiminde etkili olmaktadır (Siyez, 2013). Suldo, Friedrich, White, Farmer, Minch ve Michalowski (2009) ergenin okul yaşantısı ile öznel iyi oluşları üzerinde durmuş ve ergenlerin okuldaki kişilerce nasıl algılandıklarının öznel iyi oluşları üzerinde etkili olduğunu kaydetmişlerdir. Öğretmen tarafından sevildiğini ve öğretmenin kendisine olan güvenini algılayan öğrencilerin öznel iyi oluşlarının olumlu yönde etkilendiği belirlenmiştir.

Bu araştırmanın yanı sıra yaşamdaki hedeflere ulaşma konusunda çabalamanın bir noktaya kadar bireye iyi oluş sağladığı sonrasında etkisiz kaldığı yönünde araştırmalar da mevcuttur. Örneğin King, Richards ve Stemmerich (1998) yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinin günlük hedefleri ve yaşam hedeflerinin bireyin öznel iyi oluşunu desteklediğini ifade etmişlerdir. Ancak genel olarak bakıldığında yaşam amaçlarına ulaşmak için bireylerin günlük amaçları işe koştuklarını görmüşler ve bu amaçların da öznel iyi oluş ile olan ilişkisinin yüksek düzeyde olmadığını açıklamışlardır.

Dini inançların yerine getirilmesinin öznel iyi oluşu arttıran bir strateji olduğunu ifade etmiştik. Dini geleneklerin farklılığının öznel iyi oluşta var ettiği farklılıkları araştıran Tix, Johnson, Dik ve Steger (2013) farklı Hristiyan mezheplerindeki geleneklerden gelen bireylerle çalışma sürdürmüşlerdir. Sonuç olarak protestan geleneğe bağlı olan

bireylerin öznel iyi oluşunun yüksek düzeyi göze çarparken, diğer geleneklerden gelen bireylerdeki dini bağlılığın kısmen de olsa öznel iyi oluşu olumsuz yönde etkilediği bulgularına rastlanmıştır. Dünya üzerinden pek çok din ve dini geleneğin bulunduğu da göz önüne alırsak, çalışmanın oldukça sınırlı olduğunu söylemek mümkündür.

**2.2.3.2. Ulusal araştırmalar.** Ülkemizde ergenlerde öznel iyi oluş üzerine çalışan ilk araştırmacı Köker (1991) yaşam doyumu ile ilgili gerçekleştirdiği araştırmada problemlili ergenler ile problemsiz ergenleri karşılaştırma yoluna gitmiş ve problemsiz ergenlerin yaşam doyumu düzeylerini daha yüksek oranda belirlemiştir. Ergen öznel iyi oluşu ve ilişkili duyguları ile ilgili çalışma yapan Yorulmaz ve Eryılmaz (2006) çalışmalarında ergenlerin mutlu olma yönündeki davranışlarını incelemiş ve ergenlerin olumsuz duygulanımlarını kontrol etme, çevresindeki insanlarla yakınlık kurma ve iyi ilişkilere sahip olma, akademik alanda kendini yeterli görme gibi yöntemler ile öznel iyi oluşlarını arttırdıkları sonucuna ulaşmışlardır. Eryılmaz (2010) yaptığı araştırmada akademik motivasyon ile öznel iyi oluşu artırma stratejileri üzerinde durmuş ve pozitif yönde anlamlı sonuçlara ulaşmıştır. Eryılmaz ve Aypay'ın (2011) yaptıkları çalışmada öznel iyi oluş düzeyi yükselen ergenlerin dışsal olumlu değerlendirildikleri ve bu bağlamda dış faktörlerle kurduğu ilişkinin de olumlu yönde geliştiği saptanarak, akademik alanda daha iyi sonuçlara ulaştıkları belirlenmiştir. Telef ve Ergün (2013) ergenlerde öz-yeterlik düzeyi ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişki üzerine yaptığı çalışmada da duygusal, sosyal ve akademik alandaki öz-yeterliğin ergen öznel iyi oluşuna olumlu katkı sunduğu belirtilmiştir. Baytemir (2016) çalışmasında ergenlerin aile ve akranları ile olan bağlanma tarzları ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiye odaklanmış ve ergenin aile ve akranları ile kurduğu ilişkinin sağlıklı olmasında öznel iyi oluşun yordayıcılığının varlığını bulgulamıştır. Derin (2013) tarafından hazırlanan yüksek lisans tezinde lise öğrencilerinin internet bağımlılığı ile öznel iyi oluşlarındaki ilişki incelenmiştir. Olumlu duygular arttıkça internet bağımlılığının azaldığı ve kişilerarası olumlu ilişkilerin internet bağımlılığını azaltıcı etkisi vurgulanmıştır.

Dursun (2015) yapılan araştırmada boşanmış ebeveyne sahip bir ergen grubu ile grupta psikolojik danışma oturumları düzenlenmiş ve boşanmanın yaşattığı olumsuz

duyguların öznel iyi oluşu olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Oturumlar boyunca olumsuz duygular yaşayan grup üyelerine verilen olumlu tepkiler ile öznel iyi oluşun arttırıldığı gözlenmiştir. Bu deneyimde bireyler için hem çevreye olumlu dönüt vermek hem de çevreden olumlu dönüt almanın öznel iyi oluşu artırmada etkili olduğu gözlenmiştir.

Saygın (2008) sosyal destek ve benlik saygısı faktörlerinin öznel iyi oluş düzeyleri üzerindeki etkisini incelediği araştırmasında sosyal desteğin öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde beslediğini belirtmiştir. Yalçın (2015) öznel iyi oluş ve sosyal ilişkiler üzerine ülkemizde yapılan çalışmaları inceleyerek bir meta-analiz ortaya koymuştur. 35 araştırma incelenmiş ve öznel iyi oluş ile ailenin sosyal desteği arasında yüksek düzeyde ilişki gösteren araştırmalar göze çarpmıştır. Algılanan sosyal desteğin azalması ile depresyon duygularının birlikteliğini vurgulayan araştırmalar da bir diğer göze çarpan nokta olmuştur. Şahin'in (2011) araştırmasında üniversite öğrencilerinde sosyal destek, öznel iyi oluş ve kendini açma ilişkisini incelemiş ve demokratik aile yapısı olan bireylerin kendini açma düzeylerinin yüksek olduğu ve bu faktörün de bireyin öznel iyi oluşuna olumlu katkı sunduğu belirtilmiştir.

Şentürk'ün (2012) yaptığı araştırmada anne- babası ile beraber yaşayan çocuklar, sadece annesi ile yaşayan çocuklar ve sadece babası ile yaşayan çocukların mutluluk oranları karşılaştırılmıştır. Anne-babası ile beraber yaşayan çocukların kendilerini diğerlerine oranla daha mutlu gördükleri belirlenmiştir. Çeçen- Eroğul ve Dingiltepe (2012) ortaöğretim kurumlarında yaptığı araştırmada ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin aile bütünlüğüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmıştır. Sonuç olarak boşanmış anne-babası olan ergenlerin yaşam doyumunun düşüklüğü göze çarpmıştır.

Alan yazında zorunlu göçün iyi oluş ve yaşam memnuniyetine etkisini inceleyen araştırmalar vardır. Zorunlu göçün, göç eden bireyler ve geride bıraktıkları bireylerin yaşam memnuniyetini etkilediği sonuçlarına ulaşılmıştır. Batı Avrupa, Ekvador, Finlandiya gibi ülkelerden toplanan verilerde göçmenlerin özellikle ekonomik kayıplara uğradığı da bulgular arasındadır (Berker, 2017).

Topuz'un (2016) üniversite öğrencilerinin, din ile ilişkisi ve yaşam anlamı üzerinde durduğu çalışmada beliren yetişkinlik döneminde dinin yaşamdaki anlam arayışını karşılayan önemli bir faktör olduğu anlamlı farklılık ile saptamıştır. Benzer şekilde



dini bağıllık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda dini bağıllığın ruh sağlığını koruyarak depresyonla ters yönde ilişki kurduğu, kronik hastalıkla baş etmede dini bağıllık ve dini ritüelleri yerine getirmenin bireydeki kaygıyı azalttığı noktasında veriler elde edilmiştir.

Sürücü, Yıldırım ve Ünal'ın (2018) okul güvenliğinin öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyi ile arasındaki ilişkiyi incelediği araştırma sonuçlarında öğretmenlerin öznel iyi oluş düzeyleri öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuştur. Yapılan çalışmada farklı lise türlerinden veriler elde edilmiş ve öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyleri bu değişkenler ışığında incelenmiştir. Okulun öğrenci ve öğretmenler için sağladığı imkanların türlerine göre farklılık göstermesi öznel iyi oluş düzeyini etkileyebilmektedir. Araştırmanın sonucunda okul güvenliğinin öğretmen ve öğrencinin öznel iyi oluşu üzerinde etkili olduğu ancak bu etkinin çok büyük düzeyde olmadığı saptanmıştır.

**2.2.4. Ergenlerde riskli davranışlar ile ilgili araştırmalar.** Bu bölümde ergenlik dönemindeki bireylere etki eden riskli davranışları inceleyen araştırmalar verilecektir.

**2.2.4.1. Uluslararası araştırmalar.** Shedler ve Block (1990) boylamsal araştırmalarında, ergenlik döneminde madde kullanım bozukluğu yaşayan bireylerin son çocukluk döneminde kendine güvensiz, akranları ile çatışmalı, toplumsal kuralları tanımama gibi ortak özellikleri olduğunu belirlemiştir. Bireyin önceki gelişim dönemlerinden taşıdığı psikolojik sorunlar ergenlik döneminde risk faktörü olabilmektedir.

Chassin, Pillow, Curran, Molina ve Barrera (1993) alkolik ebeveynlere sahip olan ergenlerde maddenin kötüye kullanımı ile daha sık karşılaşmaktadır. Anne babaların alkolik olması ebeveynlik rol ve sorumluluklarını yerine getirememesinden ve aile içi çatışma düzeyinin yüksek olması sorunlarını da getirmektedir. Bu nedenle ebeveynlerinde alkol kötüye kullanımı geçmişi olmayan ergenlere oranla, ebeveynleri alkolik olan veya alkol kötüye kullanımı geçmişi olan ergenlerin maddeyi kötüye

kullanma ihtimalleri yüksektir. Forgatch ve Patterson (2010) ergen üzerinde aşırı baskı ve olumsuz otorite kuran aile tipleri ile aşırı serbest bırakıcı tavır sergileyen aile tipine sahip olan ergenlerin antisosyal davranışlara daha sık yöneldiğini ifade etmektedirler.

Krisberg, Schwartz, Litsky ve Austin (1986) resmi verilere göre, azınlık gruplarının yedi kat daha fazla suça karıştıklarını belirtmektedir. Amerika'da Afrika kökenli ergenlerin tutuklanma oranları daha yüksek ve ekonomik güçleri de daha azdır. Cohen vd. (1990), ergen ile çevre ilişkisini inceleyerek düşük sosyoekonomik düzey ile problem davranışlar arasında olumlu yönde ilişkiye ulaşmıştır.

Kandel ve Wu (1995), ebeveynler ve çocuklar ile beraber çalışarak çocuğun cinsiyeti ile anne- baba benzerlikleri üzerinde durmuşlardır. Kız ergenlerde annenin sigara içmesi ergenin sigara kullanımını arttırırken aynı şekilde erkek ergenlerin de annenin sigara bağımlılığından etkilendiğini ancak babanın sigara kullanımının kadın veya erkek ergenler üzerinde belirleyici bir etken olmadığına ulaşılmıştır.

Brendgen, Lamarche, Wanner ve Vitaro (2010) depresyon semptomları gösteren akran grubu ile beraber olan ergenlerde depresyona yakınlık görülmektedir. Sağlıklı akran grubuna ve akran desteğine sahip olan ergenlerin depresyon belirtilerinin düşük olduğu görülmektedir. Arkadaş grubundan yoksun olan ergenlerin ise sağlıklı akran grubu olan ergenlere kıyasla daha fazla depresif belirti sergilediği bulgular arasındadır.

Sen (2010) aile ile ergen arasındaki paylaşımı vurgulamaktadır. Araştırmaya göre ailesi ile beraber yemek yiyen ergenlerin alkol ve sigara kullanımının diğer ergenlere oranla düşük olduğu belirlenmiştir. Gutman, Eccles, Peck ve Malanchuk'da 2011 yılındaki çalışmaları ile destekler nitelikte sonuçlar elde etmişlerdir. Aile içi sağlıklı iletişimin ergenlerdeki madde kullanım oranlarını azalttığı saptanmıştır. Ergenin akademik başarısının yüksek olması ve akademik başarıya değer vermesi ile madde kullanımı arasında ters orantı bulunan araştırmalar da (Henry, Stanley, Edwards, Harkabus & Chapin 2009; Johnson, Carini, Schenk, Stewart & Byrnes, 2011) okul başarısının koruyuculuğunu kanıtlar niteliktedir. Johnson, Carini, Schenk, Stewart ve Byrnes (2011) ergenlik döneminde var olan aile içi denetim ve olumlu disiplinin suça yönelme oranında azalmaya neden olduğunu ifade etmektedir. Evans, Hawton ve Rodham (2005) işlevsiz aile ilişkilerine sahip, anne-babası ile duygusal açıdan zayıf

ilişkilere sahip, çocukluk dönemi istismar yaşantısı olan ergenlerin depresif belirtiler sergilemeleri ve intihar düşüncesine yönelme ihtimalleri daha yüksektir.

Sağlıklı beslenmeye özen gösteren anne-babaya sahip olan ergenlerin olumsuz beslenme koşullarını tercih eden ebeveynlerin ergen çocuklarına oranla, sağlıklı beslenme, fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine olan ilgileri daha fazla bulunmaktadır. Aynı zamanda 1999 yılında yapılan araştırma ile ergen ile anne-baba arasındaki ilişkinin olumsuz olması sonucunda ergenin diyetle başvurması ile sıklıkla karşılaşıldığı da bilinmektedir (Archibald, Graber & Brooks-Gunn, 1999, akt. Santrock, 2017; Pakpreo, Ryan, Auinger & Aten, 2004).

**2.2.4.2. Ulusal araştırmalar.** Kolay-Akfert, Çakıcı ve Çakıcı (2009) yaptığı araştırmada ergenlerin alkolü deneyimleme oranı %70.8 ve sigarayı deneme oranı %61.5 olarak bulunmuştur. Sigara ve alkol deneyimleme yaşına bakıldığında ise üniversite yıllarında aileden ayrı yaşamaya başlayan ergenlerin bu deneyimleri yaşama sıklığının arttığı ortaya konmuştur. Aynı zamanda alkol ve sigara kullanımı olan üniversite öğrencilerinin aile ilişkileri incelenmiş ve duygusal bağlanmanın az, aile içi birliğin zayıf olan bireylerde sigara ve alkol kullanım oranlarının artış gösterdiği belirlenmiştir.

Şaşmaz vd. (2006) ergenlerde alkol alma sıklığının dünyadaki diğer ergenlere oranla az oluşuna vurgu yapmış ancak alkol kullanmanın en yüksek olduğu yaş grubu olarak 18-20 yaşları arasını belirtmişlerdir. Araştırmada erkek ergenlerin kız ergenlere göre alkol tüketimine daha fazla yatkın olduğu saptanmış ve bu bulgular alan yazınla uyumlu görülmüştür. Aynı zamanda ergenlerde yaşın ilerlemesi ile beraber kız ergenlerde de alkol kullanım oranının erkek ergenlerin tüketim düzeyine yaklaştığı saptanmıştır. Ailedeki olumsuz deneyimler ve iletişimin varlığı ergenleri daha fazla alkol kullanımına ittiği için çalışmada alkolden korunma amacıyla aile içi ilişkilerin artırılması önerilmiştir.

Kuğu, Akyüz, Erşan ve Doğan (2000) Sivas ilinde sanayide çalışmakta olan 11-22 yaş aralığında çıraklık yapan ergenlerde madde kullanımı üzerinde çalışmışlardır. Çalışma grubunun büyük bir bölümünde eğitim hayatında disiplin cezası geçmişi ve okul terki mevcuttur. Araştırmaya göre çalışma grubunda madde kullanımının depresyon ve

davranım bozukluğu ile beraber seyrettiği saptanmıştır. Madde kullanan ergenlerin çocukluk yaşantıları incelendiğinde ise çocukluk çağı ihmeline ve fiziksel istismara maruz kaldıkları belirlenmiştir.

Çavuş, Görpelioğlu ve Çavuş (2017) Ankara ilinde 2756 lise öğrencisi ile yaptığı araştırmada riskli davranışların birbiri ile ilişkisi ve risk faktörleri araştırılmıştır. Aile ve yakın arkadaş çevresinde alkol- uyuşturucu kullanımının varlığı ergende maddenin kötüye kullanımının varlığına işaret edebilmektedir. Sigara kullanan ergenlerin madde ile ilgili diğer riskli davranışları gösterme olasılığı daha yüksek bulunurken, okul başarısı düşük ve sınıf tekrarı yapmış ergenlerin riskli davranış puanları daha yüksek bulunmuştur. Çalışmada bahsedilen riskli davranışlar risk faktörleri ile karşılıklı bir ilişki içinde incelenmiş ve riskli davranışların başka riskli faktörleri doğuracağına önemle işaret edilmiştir.

Aktepe vd. (2006) yaptıkları araştırmada 2003- 2005 yılları arasında kaydedilmiş yaşları 7- 16 arasında değişen bireylerden oluşan 58 intihar vakası üzerinde çalışılmıştır. Vaka grubunun %72.4' ü gibi büyük bir kısmının sosyoekonomik düzeyinin düşük olduğu, %26.3'ünde depresyon tanısının ve %5.2'sinde mental retardasyon tanısı olduğu görülmektedir. Ergenleri intihara iten sebeplere bakıldığında ise %56.9 oranında ailesel problemlerden kaynaklandığını bu faktörü akademik başarısızlık, akran ilişkilerinde sorunlar, sevilen bir kişinin ölümü gibi sebeplerin takip ettiği saptanmıştır. Eğrilmez ve Kültür (1988) özkıyım girişimi gösteren ergenlerle yaptığı araştırmada çatışmalı aile ortamını ve aile içi destek mekanizmasının işlemediğini kaydetmiştir.

Sağlam ve İkiz (2017) kız ergenlerin erkek ergenlere oranla okula olan bağlılığının daha fazla olduğunu ve erkek ergenlerde şiddete eğilimin kızlara oranla daha fazla olduğunu kaydetmiştir. Alan yazından farklı olarak bu araştırmada öğrencilerin şiddet düzeyleri ile ailenin sosyoekonomik düzeyleri ve sosyoekonomik düzeyler ile şiddet eğilimi arasında ilişki saptanamamıştır. Ek olarak öğrencilerin sınıf düzeylerinin artışı ile okula bağlılıkları arasında ters orantı bulunmuştur.

Haskan- Avcı ve Yıldırım (2015) erkek ergenlerde şiddete yönelim daha sık görülmektedir. Akademik başarısı düşük olan ergenlerin şiddete daha çok başvurduğu

araştırmada belirlenmiştir. Ek olarak şiddet içerikli yayınları takip eden ergenlerde şiddet davranışına yönelimin daha fazla olduğu da bulgular arasında yer almaktadır.

Çakaloz, Ünlü, Terzioğlu, Kapubağlı ve Tekkanat (2016) suça yönelen çocuklarla yaptığı araştırmada suça yönelmede cinsiyet faktörünün etkili olduğunu kaydetmişlerdir. Suça yönelen ergenler arasında erkeklerin daha fazla olduğunu ailelerinde sosyoekonomik ve eğitim düzeyinin düşük olduğu görülmüştür. Çocukların yaşadıkları ailelerin genellikle kalabalık olduğu ve genellikle fiziksel ve manevi açıdan ihtiyaçlarının ihmal edildiği bulguları da çalışmanın sonuçları arasındadır.

Ekşi (1990) özkıyım davranışı gösteren ergenlerle yaptığı araştırmada aile içi sorunlara dikkat çekmektedir. Hayatın içinde var olan krizleri çözmede yetersiz kalan aile mekanizmalarının krize durumlarında pasif kaldığını ve bu nedenle riskli davranışların ortaya çıkabildiğini açıklamaktadır. Aynı zamanda ailenin olumlu uyum kurma becerilerini devreye sokması sonucunda krizlerle baş etmenin daha sağlıklı olacağını ifade etmektedir.

Kolay-Akfert, Çakıcı ve Çakıcı (2009) sigara kullanan ergenlerin aileleri ile olan iletişimlerinin olumsuz olduğunu ve duygusal bağlılığın düşük olduğunu belirtmektedir. Aile içi uyumun düşük olması ergenlerde sigara ve alkol kullanımını desteklemektedir. Yıldırım ve Ergene (2003) araştırmasına göre ergenin aileden aldığı sosyal destek akademik açıdan güdüleyici etki yaratmaktadır.

Çevik (2010) ergenlerle sürdürdüğü araştırmasında olumlu arkadaşlık ilişkisi içinde olan ergenlerin öznel iyi oluşlarının daha yüksek olduğunu ve sağlıklı bir kişi olarak nitelendirilebildiğini ifade etmektedir. Telef ve Ergün (2013) 311 ergen ile öz yeterlik ve öznel iyi oluş üzerine çalışmalarını sürdürerek öz yeterlik algısı yüksek olan ergenlerin uyum sorunları ile daha az karşılaşacaklarını ve sorunlarla baş etme mekanizmalarının daha işlevsel olacağı sonuçlarını kaydetmektedir.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizi alt bölümleri ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Kayıp ve yas yaşantısı olan ve olmayan ergenlerin duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerine bağlı olarak riskli davranışlarını yordamayı amaçlayan bu araştırma ilişkisel tarama modelindedir. İlişkisel tarama modelinde yapılan çalışmalarda amaç, değişkenler arasında birlikte değişimin varlığını veya değişimin derecesini belirlemektir. Tarama çalışması sırasında araştırmaya konu olan duruma, ortama, koşullara veya bireylere müdahale etme amacı güdülmez, böylece ortada var olan durum hiçbir karıştırıcı etken olmaksızın gözler önüne serilebilir (Karasar, 2009). Bu araştırma kapsamında kayıp ve yas yaşantısı olan ve olmayan ergenlerin yas düzeyleri, duygu düzenleme becerileri ve özel iyi oluşu artırma stratejileri betimlenerek bireylerin gösterdikleri riskli davranışlar ile olan ilişkisi belirlenmeye çalışılmıştır.

#### 3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2018- 2019 eğitim-öğretim yılında Isparta ilinde öğrenimine devam eden 865 lise öğrencisi ergen oluşturmaktadır. Veriler lise türleri arasındaki farklılığı görmek için beş farklı liseden toplanmıştır. Veri toplanacak lise ve sınıfların seçiminde olasılığa dayalı seçim teknikleri kullanılmıştır. İl merkezinde yer alan Mesleki ve Teknik Anadolu Liseleri ve Anadolu Liseleri arasından okullar ve ölçeklerin uygulanacağı sınıflar basit seçkisiz örneklem yolu ile seçilmiştir. Basit seçkisiz örneklem ile yapılan seçimler evrendeki her elemanın seçilme şansı eşit kılmaktadır (Özen ve Gül, 2007). Öğrencilerin demografik özellikleri aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 1.

*Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı*

Demografik Özellikler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	395	45.7
	Erkek	470	54.3
Yaş	14-15 yaş	224	25.9
	16 yaş	256	29.6
	17-18 yaş	385	44.5
Okul	Mürşide Ermumcu Mesleki ve Teknik	110	12.7
	İMKB Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	154	17.8
	Şehit Ahmet Hilmi Yiğit Mesleki ve	104	12.0
	Tenzile Erdoğan Anadolu Lisesi	283	32.7
	Isparta Anadolu Lisesi	214	24.7
Ailenin aylık geliri	1500TL altı	105	12.1
	1500-3000TL	362	41.8
	3000-4500TL	200	23.1
	4500-6000TL	121	14.0
	6000TL üstü	77	8.9
Anne mesleği	Yaşamıyor	10	1.2
	Çalışmıyor	557	64.4
	Serbest meslek	133	15.4
	Memur	140	16.2
	İşçi	25	2.9
Baba mesleği	Yaşamıyor	17	2.0
	Çalışmıyor	58	6.7
	Serbest meslek	453	52.4
	Memur	260	30.1
	İşçi	77	8.9
Aile bütünlüğü	Anne/baba yaşamıyor	27	3.1
	Boşanmış	60	6.9
	Birlikte	778	89.9

Tablo 1’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan 865 öğrencinin %45.7’si kadın, %54.3’ü erkektir. Öğrencilerin %25.9’u 14-15 yaş, %29.6’sı 16 yaşında, %35.7’si 17 yaşında, %8.8’i 18 yaşındadır. Öğrencilerin %12.7’si Mürşide Ermumcu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde, %17.8’i İMKB Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde, %12’si Şehit Ahmet Hilmi Yiğit Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde, %32.7’si Tenzile Erdoğan Anadolu Lisesinde, %24.7’si Isparta Anadolu Lisesinde öğrenim görmektedir. Öğrencilerin %12.1’inin ailesinin aylık geliri 1500TL altında, %41.8’inin 1500-3000TL arası, %23.1’inin 3000-4500TL arası, %14’ünün 4500-6000TL arası, %8.9’unun 6000TL üstündedir. Öğrencilerin %64.4’ünün annesi

çalışmıyor, %15.4'ünün annesi serbest meslek sahibi, %16.2'sinin annesi memur, %2.9'unun annesi işçidir. Öğrencilerin %6.7'sinin babası çalışmıyor, %52.4'ünün babası serbest meslek sahibi, %30.1'inin babası memur, %8.9'unun babası işçidir. Öğrencilerin %6.9'unun anne-babası boşanmış, %89.9'unun anne babası birlikte yaşamaktadır.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırma kapsamında veri toplamak için Riskli Davranışlar Ölçeği, Duygu Düzenleme Ölçeği, Ergenler İçin Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeği, Yas Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

**3.3.1. Riskli davranışlar ölçeği.** Bu ölçek Gençtanırım ve Ergene (2014) tarafından Türkiye'de ortaöğretim öğrencilerinde görülen riskli davranış eğilimlerini değerlendirmek için geliştirilmiş olup, anti-sosyal davranışlar, alkol kullanımı, sigara kullanımı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlıkları ve okul terki olmak üzere altı alt boyutta riskli davranışları ele almaktadır. Riskli davranışlar ölçeğinin geçerlik çalışmaları kapsamında, açıklayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve benzeme geçerliği ile analiz edilmiştir (Gençtanırım ve Ergene, 2014). Bu çalışmada ölçeğin geneli için Cronbach Alpha katsayısı .92; alt boyutların katsayıları antisosyal davranış .83, alkol kullanımı .93, sigara kullanımı .93, intihar eğilimi .75, beslenme alışkanlıkları .77 ve okul terki .83 olarak hesaplanmıştır.

**3.3.2. Ergenler için duygu düzenleme ölçeği.** Phillips ve Power (2007) tarafından ergenlerin duygu düzenlemelerinin işlevsel- işlevsel olmayan ve içsel-dışsal faktörler bazında incelenmesi için geliştirilen ölçeğin uyarlama çalışması Duy ve Yıldız (2014) tarafından yapılmıştır. Ölçek içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin orijinalinde yer alan 19 maddeden ise yalnızca 1 madde işlememiş ve formdan çıkarılarak 18 maddelik form son halini almıştır (Duy ve Yıldız, 2014). Bu çalışmada ölçeğin geneli için Cronbach Alpha katsayısı .80; alt boyutların katsayıları içsel



işlevsel .86, dışsal işlevsel olmayan .73, içsel işlevsel olmayan .75 ve dışsal işlevsel duygular düzenleme .65 olarak hesaplanmıştır.

**3.3.3. Ergenler için öznel iyi oluş artırma stratejileri ölçeği.** Eryılmaz (2009) tarafından ergenlerin öznel iyi oluş stratejilerini betimlemek için geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilme aşamasında öncelikle nitel görüşmeler yapılmış ve buna bağlı olarak 40 maddelik form oluşturulmuştur. Uzman görüşünden geçen form 30 madde ve beş alt boyut ile geçerlik güvenirlik çalışmasında kullanılmıştır. Alt boyutlar, istekleri doyumak, çevreye olumlu tepkiler vermek, çevreden olumlu tepkiler almak, dini inancın gereğini yerine getirmek ve öznel iyi oluşu korumak olarak literatürden yararlanarak adlandırılmıştır. Ölçeğin uygunluğunu test etmek amacıyla Yaşam Doyumu Ölçeğinden faydalanılmış ve pozitif yönde, orta düzeyde uyum saptanmıştır. Yapılan faktör analizi sonrasında ölçek 17 madde olarak alan yazına kazandırılmıştır (Eryılmaz, 2009). Bu çalışmada ölçeğin geneli için Cronbach Alpha katsayısı .92; alt boyutların katsayıları çevreye pozitif tepki vermek .90, çevreden pozitif tepki almak .73, mental kontrol yapmak .89, dini inancın gereğini yerine getirmek .89 ve istekleri doyumak .75 olarak hesaplanmıştır.

**3.3.4. Yas ölçeği.** Balcı Çelik (2006) tarafından bireylerin yaşadıkları birinci dereceden kayıpların ardından gösterdikleri yas tepkilerinin alt boyutları ile ölçülmesi amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin geliştirilme sürecinde ilk önce alan yazın taranmış, ardından 85 kişilik katılımcı ile açık uçlu sorular yardımı ile veri toplanmıştır. Bu veriler ışığında maddeler oluşturulmuş ve korelasyon katsayısı düşük olan maddeler havuzdan atılarak 45 madde haline gelmiştir. 5'li likert olarak hazırlanan ölçek 103 kişiye uygulanmış ve geçerlik güvenirlik çalışması gerçekleştirilmiştir. Ölçek 35 madde ve fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal alt boyutlardan oluşmaktadır (Balcı- Çelik, 2006). Bu çalışmada ölçeğin geneli için Cronbach Alpha katsayısı .90; alt boyutların katsayıları fiziksel .76, duygusal .60, bilişsel .78 ve davranışsal .88 olarak hesaplanmıştır.

**3.3.5. Kişisel bilgi formu.** Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda öğrencilerin; cinsiyet, yaş, okul, ailenin gelir düzeyi, anne-baba yaşam durumu, anne-baba çalışma durumu, aile bütünlüğü, yaşanan olumsuzluklar (ebeveyn boşanması, taşınma, kronik hastalık, ruhsal hastalık, akademik başarı kaybı, istismar, okul terki, ebeveynlerin iş kaybı, bağımlılık, haciz, doğal afet), yakınıni kaybetme durumu, kaybın üzerinden geçen süre ve kaybın oluş şekli ile ilgili bilgilerin yer aldığı sosyo-demografik özellikleri içeren kişisel bilgi formu yer almaktadır.

### 3.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 21.0 programı kullanılmıştır. Öğrencilerin sosyo-demografik bilgileri frekans ve yüzde tablosuyla; ölçeklere ait ortalama, standart sapma ve çarpıklık puanları betimsel istatistikler tablosuyla gösterilmiştir. Ölçek puanlarının normallik sınavında Çarpıklık (Skewness) katsayısı kullanılmıştır. Sürekli bir değişkenden elde edilen puanların normal dağılım özelliğinde kullanılan çarpıklık katsayısının (Skewness)  $\pm 1$  sınırları içinde kalması puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanabilir. Normal dağılım göstermeyen puanların karekök, logaritmik veya ters döndürme yöntemleriyle normal dağılımları sağlanarak parametrik testler kullanılabilir (Büyüköztürk, 2011). Normallik sınavında tüm ölçek ve alt boyut puanlarının normal dağılım gösterdiği tespit edildiğinden ölçek ve alt boyut puanlarının cinsiyet ve anne mesleği değişkenlerine göre karşılaştırmasında bağımsız iki örneklem t testinden; okul, yaş, sınıf, kardeş sayısı, anne ve baba öğrenim düzeyi, anne ve baba mesleği, ailenin ekonomik durumu ve ders başarısı değişkenlerine göre karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testinden yararlanılmıştır. ANOVA testinde anlamlı farklılık görüldüğünde farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD post hoc testinden yararlanılmıştır. Riskli davranışlar ve kişilik özelliklerinin ölçek ve alt boyutları arasındaki ilişki için Pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Çok sayıda değişkenin kontrol değişkeni ile karşılaştırılması amacıyla MANCOVA analizi yapılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi .05 ( $p < .05$ ) olarak belirlenmiştir.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde araştırma bulguları ve bulgulara dayalı olarak yapılan yorumlar yer almaktadır. Araştırmada elde edilen bulgular ve yorumlar, araştırmanın alt problemleri doğrultusunda sunulmuştur.

#### 4.1. Betimleyici İstatistikler

Araştırmada çalışma grubundaki ergenlerin kayıp durumlarına ilişkin değerler tablo 2’de verilmektedir.

Tablo 2.

#### *Öğrencilerin Kayıp Durumlarına Göre Dağılımı*

	Gruplar	n	%
Kayıp durumu	Yok	477	55.1
	Var	388	44.9
Yakınını kaybetmesinden itibaren geçen süre	Yok	477	55.1
	6 ay ve daha az	50	5.8
	7-12 ay	75	8.7
	13-24 ay	71	8.2
	25-36 ay	48	5.5
	3 yıldan fazla	144	16.6
Yakınlık derecesi	Yok	477	55.1
	Anne/baba	27	3.1
	Kardeş	16	1.8
	Büyükanne/büyükbaba	272	31.4
	Hala/teyze	21	2.4
	Dayı/amca	52	6.0
Kaybın şekli	Yok	477	55.1
	Ani	123	14.2
	Kronik hastalık	153	17.7
	Kanser	112	12.9
Anne yaşam durumu	Sağ	855	98.8
	Ölü	10	1.2
Baba yaşam durumu	Sağ	848	98.0
	Ölü	17	2.0

Tablo 2’de görüldüğü gibi, öğrencilerin %44.9’u herhangi bir yakınına kaybetmiştir. Öğrencilerin %5.8’i yakınına 6 ay ve daha yakın zamanda, %8.7’si 7-12 ay arasında, %8.2’si 13-24 ay arasında, %5.5’i 25-36 ay arasında, %16.6’sı 3 yıldan daha eski bir zamanda yakınına kaybetmiştir. Öğrencilerin %3,1’i anne-babasını, %1,8’i kardeşini, %31.4’ü büyükanne/büyükbabasını, %2.4’ü hala/teyzesini, %6’sını dayı/amcasını kaybetmiştir. Öğrencilerin %14.2’si yakınına aniden, %17.7’si kronik hastalık nedeniyle, %12.9’u kanser nedeniyle kaybetmiştir. Öğrencilerin %1.2’si annesini, %2’si babasını kaybetmiştir.

Araştırmada çalışma grubundaki ergenlerin yas ölçeğinden edindikleri puanlara ilişkin minimum-maksimum değerler, standart sapma ve çarpıklık-basıklık katsayısı tablo 3’de verilmektedir.

Tablo 3.

*Yas Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler*

Alt Boyutlar	n	Min.	Maks.	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık
Fiziksel	388	1.00	4.60	1.85	.79	.71 <sup>1</sup>
Duygusal	388	1.00	4.10	2.14	.60	.46
Bilişsel	388	1.00	4.70	2.68	.84	-.24
Davranışsal	388	1.00	5.00	1.73	.80	.86 <sup>1</sup>
Yas Ölçeği	388	35.00	175.00	74.72	21.51	.55

<sup>1</sup>: Karekök dönüşüm sonrası

Tablo 3’de görüldüğü gibi herhangi bir yakınına kaybeden öğrencilerin (N=388) yas ölçeği toplam puanı  $74.72 \pm 21.51$  olarak bulunmuş olup elde edilen puana göre herhangi bir yakınına kaybeden öğrencilerin yas düzeyinin “düşük düzeyde” olduğu söylenebilir. Yas ölçeği alt boyutları incelendiğinde yas nedeniyle bilişsel düzeyde değişikliklerin en yüksek düzeyde ancak yine de orta düzeyde ( $2.68 \pm 0.84$ ) olduğu; davranışsal değişikliklerin ise çok düşük düzeyde ( $1.73 \pm 0.80$ ) olduğu elde edilen bulgulardandır.

Araştırmada çalışma grubunun duygu düzenleme ölçeğinden aldıkları puanlara ilişkin minimum-maksimum değerler, standart sapma ve çarpıklık-basıklık katsayısı tablo 4’de verilmektedir.

Tablo 4.

*Duygu Düzenleme Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler*

Alt Boyutlar	n	Min.	Maks.	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık
İçsel İşlevsel	865	1.00	5.00	3.53	1.03	-.57
Dışsal İşlevsel Olmayan	865	1.00	5.00	2.13	.87	.79
İçsel İşlevsel Olmayan	865	1.00	5.00	2.69	.97	.23
Dışsal İşlevsel	865	1.00	5.00	2.66	.93	.19

Tablo 4’de görüldüğü gibi öğrencilerin duygu düzenleme ölçeğinden aldıkları puanlar incelendiğinde en yüksek puana sahip duygu düzenlemenin içsel işlevsel ( $3.53 \pm 1.03$ ) ve “orta düzeyde”; en düşük puana sahip duygu düzenlemenin dışsal işlevsel olmayan ( $2.13 \pm 0.87$ ) ve “düşük düzeyde”; içsel işlevsel olmayan ( $2.69 \pm 0.97$ ) ve dışsal işlevsel ( $2.66 \pm 0.93$ ) duygu düzenleme durumlarının da “orta düzeyde” olduğu görülmüştür.

Araştırmada çalışma grubunun riskli davranışlar ölçeğinden edindikleri puanlara ilişkin minimum-maksimum değerler, standart sapma ve çarpıklık-basıklık katsayısı tablo 5’de verilmektedir.

Tablo 5.

*Riskli Davranışlar Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler*

Alt Boyutlar	N	Min.	Maks.	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık
Antisosyal Davranışlar	865	1,00	5,00	2,06	,83	,96
Madde Bağımlılığı (alkol/sigara)	865	1,00	4,92	1,60	,89	,68 <sup>1</sup>
İntihar Eğilimi	865	1.00	5.00	2.86	.91	-.04
Beslenme alışkanlığı	865	1.00	5.00	2.68	.96	.05
Okul Terki	865	1.00	5.00	1.66	.83	.73 <sup>1</sup>
Riskli Davranışlar	865	36.00	153.0	71.58	22.43	.94

<sup>1</sup>: Karekök dönüşüm sonrası

Tablo 5’de görüldüğü gibi riskli davranışlar ölçeği toplam puanı  $71.58 \pm 22.43$  olarak bulunmuş olup elde edilen puana göre öğrencilerin riskli davranış düzeyinin “çok düşük düzeyde” olduğu söylenebilir. Riskli davranışlar ölçeği alt boyutları

incelendiğinde en yüksek düzeyde riskli davranışların intihar eğilimi ( $2.86\pm 0.91$ ) ve beslenme alışkanlığı ( $2.68\pm 0.96$ ) olduğu ancak her iki riskli davranışın da “düşük düzeyde” olduğu; antisosyal davranışların ( $2.06\pm 0.83$ ) “düşük düzeyde”; madde bağımlılığı ( $1.60\pm 0.89$ ) ve okul terki ( $1.66\pm 0.83$ ) riskli davranışlarının ise “çok düşük düzeyde” olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Araştırmada çalışma grubundaki ergenlerin öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeğinden aldıkları puanlara ilişkin minimum- maksimum değerler, standart sapma ve çarpıklık-basıklık katsayısı tablo 6’de verilmektedir.

Tablo 6.

*Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeğine Ait Betimsel İstatistikler*

Alt Boyutlar	n	Min.	Maks.	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık
Çevreye Pozitif Tepki Vermek	865	1.00	4.00	3.06	.80	-.83
İstekleri Doyurmak	865	1.00	4.00	3.17	.65	-1.02
Çevreden Pozitif Tepki Almak	865	1.00	4.00	3.37	.74	-1.32
Dini İnancın Gereğini Yerine	865	1.00	4.00	3.33	.82	-1.31
Mental Kontrol Yapmak	865	1.00	4.00	3.10	.78	-.74
Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri	865	17.00	68.00	54.65	10.07	-1.19

<sup>1</sup>: Karekök dönüşüm sonrası

Tablo 6’da görüldüğü gibi öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeği toplam puanı  $54.65\pm 10.07$  olarak bulunmuş olup elde edilen puana göre öğrencilerin öznel iyi oluş artırma stratejilerini uygulamanın “çok sık” olduğu söylenebilir. Öznel iyi oluş ölçeği alt boyutları incelendiğinde en fazla uygulanan stratejinin çevreden pozitif tepki almak ( $3.37\pm 0.74$ ) ve dini inancın gereğini yerine getirmek ( $3.33\pm 0.82$ ) olduğu ve her iki stratejinin de “her zaman düzeyinde” olduğu; istekleri doyumak ( $3.17\pm 0.65$ ), mental kontrol yapmak ( $3.10\pm 0.78$ ) ve çevreye pozitif tepki vermek ( $3.06\pm 0.80$ ) stratejilerinin ise “çok sık” uygulandığı görülmüştür.

## 4.2. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular

**4.2.1. Ergenlerin yas düzeylerinin demografik değişkenlere göre karşılaştırılması.** Ergenlerin yas düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 7’de verilmektedir.

Tablo 7.

*Ergenlerin Yas Düzeylerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Fiziksel	Kadın	172	1.98	.83	3.12	.002*
	Erkek	216	1.74	.73		
Duygusal	Kadın	172	2.14	.60	0.21	.834
	Erkek	216	2.13	.60		
Bilişsel	Kadın	172	2.87	.78	4.08	.000*
	Erkek	216	2.53	.86		
Davranışsal	Kadın	172	1.76	.81	0.63	.530
	Erkek	216	1.71	.80		
Yas Ölçeği	Kadın	172	77.68	21.49	2.43	.015*
	Erkek	216	72.37	21.28		

\*p<.05

Tablo 7’de görüldüğü gibi fiziksel (t=3.12; p<.05), bilişsel (t=4.08; p<.05) alt boyut ve yas ölçeği toplam (t=2.43; p<.05) puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Kız ergenlerin yas durumunda fiziksel, bilişsel ve genel olarak davranışlarında değişim, erkek ergenlere göre anlamlı düzeyde daha fazladır.

Duygusal ve davranışsal değişim alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edildi (p>.05).

Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin yaşına göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 8’de verilmektedir.

Tablo 8.

*Yas Düzeylerinin Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları*

	Yas	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı
Fiziksel	14-15 yaş	93	1.85	.86	2.10	.124	
	16 yaş	116	1.73	.71			
	17-18 yaş	179	1.92	0.79			
Duygusal	A-14-15 yaş	93	2.15	.65	3.41	.034*	C>A
	B-16 yaş	116	2.02	.53			
	C-17-18 yaş	179	2.21	.60			
Bilişsel	14-15 yaş	93	2.79	.89	1.04	.353	
	16 yaş	116	2.63	.84			
	17-18 yaş	179	2.66	.81			
Davranışsal	A-14-15 yaş	93	1.81	.80	3.57	.029*	A.C>B
	B-16 yaş	116	1.56	.67			
	C-17-18 yaş	179	1.79	.86			
Yas Ölçeği	14-15 yaş	93	76.72	23.53	2.84	.060	
	16 yaş	116	70.77	19.29			
	17-18 yaş	179	76.25	21.55			

\*p<.05

Tablo 8’de görüldüğü gibi duygusal ( $F=3.41$ ;  $p<.05$ ) ve davranışsal ( $F=3.57$ ;  $p<.05$ ) alt boyut puanlarının öğrencilerin yaşına göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre; 17-18 yaşındaki öğrencilerin duygusal alt boyut puanları, 14-15 yaşındaki öğrencilerin puanından anlamlı düzeyde daha yüksektir. 14-15 ve 17-18 yaşındaki öğrencilerin davranışsal alt boyut puanları, 14-15 yaşındaki öğrencilerin puanından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

**4.2.2. Duygu düzenleme ölçeği puanlarının demografik değişkenlere göre karşılaştırılması.** Ergenlerin duygu düzenleme ölçeği puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 9’da verilmektedir.

Tablo 9.

*Duygu Düzenleme Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	t	p
İçsel İşlevsel	Kadın	395	3.68	.89	4.05	.000*
	Erkek	470	3.40	1.12		
Dışsal İşlevsel Olmayan	Kadın	395	2.10	.77	-0.77	.440
	Erkek	470	2.15	.94		
İçsel İşlevsel Olmayan	Kadın	395	2.96	.92	7.85	.000*
	Erkek	470	2.46	.95		
Dışsal İşlevsel	Kadın	395	2.78	.86	3.60	.000*
	Erkek	470	2.56	.97		

\* $p<.05$

Tablo 9’da görüldüğü gibi içsel işlevsel ( $t=4.05$ ;  $p<.05$ ), içsel işlevsel olmayan ( $t=7.85$ ;  $p<.05$ ) ve dışsal işlevsel ( $t=3.60$ ;  $p<.05$ ) duygu düzenleme puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği elde edilmiştir. Kız ergenlerin içsel işlevsel, içsel işlevsel olmayan ve dışsal işlevsel duygu düzenleme puanları, erkek ergenlerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>.05$ ).



**4.2.3. Öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeği puanlarının demografik değişkenlere göre karşılaştırılması.** Ergenlerin öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeği puanlarının öğrencilerin cinsiyetine göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 10'da verilmektedir.

Tablo 10.

*Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Çevreye Pozitif Tepki Vermek	Kadın	395	3.08	.73	0.74	.461
	Erkek	470	3.04	.86		
İstekleri Doyurmak	Kadın	395	3.28	.60	4,50	.000*
	Erkek	470	3,08	,68		
Çevreden Pozitif Tepki Almak	Kadın	395	3,52	,65	5,45	.000*
	Erkek	470	3,25	,78		
Dini İnançın Gereğini Yerine Getirmek	Kadın	395	3,41	,79	2,81	.005*
	Erkek	470	3,25	,84		
Mental Kontrol Yapmak	Kadın	395	3,19	.71	2.92	.004*
	Erkek	470	3.03	.82		
Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri	Kadın	395	56.24	8.82	4.28	.000*
	Erkek	470	53.32	10.85		

\*p<.05

Tablo 10'da görüldüğü gibi istekleri doyurmak (t=4.50; p<.05), çevreden pozitif tepki almak (t=5.45; p<.05), dini inancın gereğini yerine getirmek (t=2.81; p<.05), mental kontrol yapmak (t=2.92; p<.05) alt boyutları ve öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeği toplam (t=4.28; p<.05) puanlarının öğrencilerin cinsiyetine göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Kız ergenlerin istekleri doyurmak, mental kontrol yapmak, çevreden pozitif tepki almak, dini inancın gereğini yerine getirmek ve toplam öznel iyi oluşu artırma stratejileri puanları, erkek ergenlerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Çevreye pozitif tepki vermek alt boyut puanlarının öğrencilerin cinsiyetine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır (p>.05).

Ergenlerin öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeği puanlarının öğrencilerin yaşına göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 11'de verilmektedir.

Tablo 11.

*Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Yaş	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı
Çevreye Pozitif Tepki Vermek	14-15 yaş	224	3.12	.73	.86	.422	
	16 yaş	256	3.05	.82			
	17-18 yaş	385	3.03	.84			
İstekleri Doyurmak	A-14-15 yaş	224	3.28	.59	4.50	.011*	A>B,C
	B-16 yaş	256	3.15	.68			
	C-17-18 yaş	385	3.12	.66			
Çevreden Pozitif Tepki Almak	14-15 yaş	224	3.46	.65	2.87	.057	
	16 yaş	256	3.39	.74			
	17-18 yaş	385	3.31	.78			
Dini İnançın Gereğini Yerine Getirmek	A-14-15 yaş	224	3.51	.69	8.42	.000*	A>B,C
	B-16 yaş	256	3.23	.88			
	C-17-18 yaş	385	3.28	.83			
Mental Kontrol Yapmak	A-14-15 yaş	224	3.25	.72	5.74	.003*	A>B,C
	B-16 yaş	256	3.09	.80			
	C-17-18 yaş	385	3.03	.79			
Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri	A-14-15 yaş	224	56.59	8.76	5.91	.003*	A>B,C
	B-16 yaş	256	54.29	10.59			
	C-17-18 yaş	385	53.76	10.30			

\*p<.05

Tablo 11’de görüldüğü gibi istekleri doyurmak (F=4.50; p<.05), dini inancın gereğini yerine getirmek (F=8.42; p<.05), mental kontrol yapmak (F=5.74; p<.05) alt boyutları ve öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeği toplam (F=5.91; p<.05) puanlarının öğrencilerin yaşına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgulanmıştır. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre 14-15 yaşındaki öğrencilerin istekleri doyurmak, dini inancın gereğini yerine getirmek, mental kontrol yapmak ve öznel iyi oluşu artırma stratejileri puanları, 16, 17-18 yaşındaki öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Çevreye pozitif tepki vermek ve çevreden pozitif tepki almak alt boyut puanlarının öğrencilerin yaşına göre anlamlı farklılık göstermediği elde edilen sonuçlardandır (p>.05).

**4.2.4. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının demografik değişkenlere göre karşılaştırılması.** Ergenlerin riskli davranışlar ölçeği puanlarının öğrencilerin cinsiyetine göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 12’de verilmektedir.

Tablo 12.

*Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Antisosyal Davranışlar	Kadın	395	1.94	.75	-3.67	.000*
	Erkek	470	2.15	.88		
Madde Bağımlılığı (alkol/sigara)	Kadın	395	1.35	.67	-7.76	.000*
	Erkek	470	1.81	.99		
İntihar Eğilimi	Kadın	395	3.09	.83	7.21	.000*
	Erkek	470	2.66	.93		
Beslenme Alışkanlığı	Kadın	395	2.90	.87	6.35	.000*
	Erkek	470	2.49	1.00		
Okul Terki	Kadın	395	1.52	.69	-4.71	.000*
	Erkek	470	1.78	.91		
Riskli Davranışlar	Kadın	395	68.62	17.07	-3.58	.000*
	Erkek	470	74.06	25.86		

\*p<.05

Tablo 12’de görüldüğü gibi riskli davranışlar ölçeği ve alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır (p<.05). Erkek ergenlerin antisosyal davranış, madde bağımlılığı, okul terki ve genel olarak riskli davranışlar puanları, kız öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir. Kız öğrencilerin intihar eğilimi ve beslenme alışkanlığı riskli davranış puanları, erkek ergenlerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Ergenlerin riskli davranışlar ölçeği puanlarının öğrencilerin yaşına göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 13’de verilmektedir.

Tablo 13.

*Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Yaşına Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Yaş	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamli Fark
Antisosyal Davranışlar	14-15 yaş	224	2.01	.85	1.72	.180	
	16 yaş	256	2.01	.78			
	17-18 yaş	385	2.11	.84			
Madde Bağımlılığı (alkol/sigara)	A-14-15 yaş	224	1.29	.59	23.57	.000*	C,B>A
	B-16 yaş	256	1.58	.90			
	C-17-18 yaş	385	1.79	.97			
İntihar Eğilimi	14-15 yaş	224	2.82	.91	.41	.663	
	16 yaş	256	2.84	.90			
	17-18 yaş	385	2.89	.92			
Beslenme Alışkanlığı	A-14-15 yaş	224	2.53	.90	4.61	.010*	C,B>A
	B-16 yaş	256	2.79	1.02			
	C-17-18 yaş	385	2.69	.94			
Okul Terki	A-14-15 yaş	224	1.58	.78	4.89	.008*	C>A,B
	B-16 yaş	256	1.59	.79			
	C-17-18 yaş	385	1.76	.86			
Riskli Davranışlar	A-14-15 yaş	224	65.76	8.01	13.35	.000*	C,B>A
	B-16 yaş	256	71.04	22.50			
	C-17-18 yaş	385	75.32	23.95			

\*p<.05

Tablo 13’de görüldüğü gibi madde bağımlılığı (F=23.57; p<.05), beslenme alışkanlığı (F=4.61; p<.05), okul terki (F=4.89; p<.05) alt boyutları ve riskli davranışlar ölçeği toplam (F=13.35; p<.05) puanlarının öğrencilerin yaşına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgusu elde edilmiştir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre 17-18 yaşındaki öğrencilerin madde bağımlılığı, beslenme alışkanlığı, okul terki ve genel olarak riskli davranışlar puanları, 14-15-16 yaşındaki öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Antisosyal davranış ve intihar eğilimi alt boyut puanlarının öğrencilerin yaşına göre anlamlı farklılık göstermediği de bulgular arasındadır (p>.05).

#### 4.2.5. Yas düzeylerinin kayıp değişkenlerine göre karşılaştırılması.

Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin ruhsal hastalık durumuna göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 14’de verilmektedir.

Tablo 14.

#### *Yas Düzeylerinin Ruhsal Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Ruhsal Hastalık	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Fiziksel	Hayır	359	1.80	.75	-3.96	.000*
	Evet	29	2.39	1.04		
Duygusal	Hayır	359	2.10	.57	-4.78	.000*
	Evet	29	2.63	.73		
Bilişsel	Hayır	359	2.65	.84	-2.34	.020*
	Evet	29	3.03	.81		
Davranışsal	Hayır	359	1.68	.78	-3.99	.000*
	Evet	29	2.29	.84		
Yas Ölçeği	Hayır	359	73.36	20.69	-4.48	.000*
	Evet	29	91,52	24,57		

\*p<.05

Tablo 14’da görüldüğü gibi yas ölçeği ve alt boyut puanlarının ruhsal hastalığa göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür (p<.05). Ruhsal hastalığı olan öğrencilerin yas durumunda davranışlarında değişim, ruhsal hastalığı olmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha fazladır.

Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin akademik başarı kaybına göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 15’de verilmektedir.

Tablo 15.

#### *Yas Düzeylerinin Akademik Başarı Kaybına Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Akademik Başarı Kaybı	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Fiziksel	Hayır	361	1.83	.77	-1.71	.087
	Evet	27	2.10	.92		
Duygusal	Hayır	361	2.13	.60	-1.30	.195
	Evet	27	2.28	.60		
Bilişsel	Hayır	361	2.67	.83	-.66	.510
	Evet	27	2.79	.92		

Davranışsal	Hayır	361	1.70	.79	-2.28	.023*
	Evet	27	2.07	.91		
Yas Ölçeği	Hayır	361	74.19	21.26	-1.78	.076
	Evet	27	81.81	23.88		

\*p<.05

Tablo 15’de görüldüğü gibi davranışsal alt boyut puanlarının akademik başarı kaybına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgusu elde edilmiştir ( $t=-2.28$ ;  $p<.05$ ). Akademik başarı kaybı olan öğrencilerin yas durumunda davranışsal değişimi, akademik başarı kaybı olmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha fazladır.

Fiziksel, duygusal, bilişsel alt boyut ve yas ölçeği toplam puanlarının akademik başarı kaybına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgular arasındadır ( $p>.05$ ).

Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin ebeveynlerin iş kaybına göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 16’da verilmektedir.

Tablo 16.

*Yas Düzeylerinin Ebeveynlerin İş Kaybına Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Ebeveynlerin İş Kaybı	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Fiziksel	Hayır	368	1.82	.76	-3.03	.003*
	Evet	20	2.36	1.09		
Duygusal	Hayır	368	2,13	.60	-.63	.528
	Evet	20	2,22	.60		
Bilişsel	Hayır	368	2,67	.84	-.75	.452
	Evet	20	2,82	.77		
Davranışsal	Hayır	368	1,70	.77	-2.84	.005*
	Evet	20	2,22	1.17		
Yas Ölçeği	Hayır	368	74.20	21.14	-2.08	.039*
	Evet	20	84.40	26.20		

\*p<.05

Tablo 16’da görüldüğü gibi fiziksel ( $t=-3.03$ ;  $p<.05$ ), davranışsal ( $t=-2.84$ ;  $p<.05$ ) alt boyut ve yas ölçeği toplam ( $t=-2.08$ ;  $p<.05$ ) puanlarının ebeveynlerin iş kaybına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Ebeveynleri iş kaybeden öğrencilerin yas durumunda fiziksel, davranışsal ve genel olarak davranışlarında değişim, ebeveynleri iş kaybetmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha fazladır.

Duygusal ve bilişsel değişim alt boyut puanlarının ebeveynlerin iş kaybına göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>.05$ ).

Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin bağımlılık durumuna göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 17’de verilmektedir.

Tablo 17.

*Yas Düzeylerinin Bağımlılık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Bağımlılık	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Fiziksel	Hayır	357	1.80	.73	-3.97	.000*
	Evet	31	2.37	1.12		
Duygusal	Hayır	357	2,11	.59	-2,66	.008*
	Evet	31	2,41	.67		
Bilişsel	Hayır	357	2,68	.83	.06	.956
	Evet	31	2,67	.91		
Davranışsal	Hayır	357	1.69	.77	-3.44	.001*
	Evet	31	2.20	1.02		
Yas Ölçeği	Hayır	357	73.86	20.73	-2.71	.007*
	Evet	31	84.68	27.47		

\* $p<.05$

Tablo 17’de görüldüğü gibi fiziksel ( $t=-3.97$ ;  $p<.05$ ), duygusal ( $t=-2.66$ ;  $p<.05$ ),davranışsal ( $t=-3.44$ ;  $p<.05$ ) alt boyut ve yas ölçeği toplam ( $t=-2.71$ ;  $p<.05$ ) puanlarının bağımlılık durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Bağımlılığı olan öğrencilerin yas durumunda fiziksel, duygusal, davranışsal ve genel olarak davranışlarında değişim, bağımlılığı olmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha fazladır.

Bilişsel değişim alt boyut puanlarının bağımlılık durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusu elde edilmiştir ( $p>.05$ ).

Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin yakınıni kaybetmesinden itibaren geçen süreye göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 18’de verilmektedir.

Tablo 18.

*Yas Düzeylerinin Yakınını Kaybetmesinden İtibaren Geçen Süreye Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Geçen Süre	n	$\bar{X}$	SS	F	p
Fiziksel	6 ay ve daha az	50	2.05	1.01	1.44	.221
	7-12 ay	75	1.89	.78		
	13-24 ay	71	1.80	.75		
	25-36 ay	48	1.90	.85		
	3 yıldan fazla	144	1.76	.69		
Duygusal	6 ay ve daha az	50	2.26	.72	0.63	.640
	7-12 ay	75	2.13	.67		
	13-24 ay	71	2.10	.56		
	25-36 ay	48	2.15	.64		
	3 yıldan fazla	144	2.12	.52		
Bilişsel	6 ay ve daha az	50	2.77	.96	0.9	.415
	7-12 ay	75	2.62	.95		
	13-24 ay	71	2.67	.87		
	25-36 ay	48	2.87	.88		
	3 yıldan fazla	144	2.63	.70		
Davranışsal	6 ay ve daha az	50	1.79	.87	1,89	.112
	7-12 ay	75	1.85	.90		
	13-24 ay	71	1.66	.78		
	25-36 ay	48	1.91	.98		
	3 yıldan fazla	144	1.62	.64		
Yas Ölçeği	6 ay ve daha az	50	78.42	25.70	1.27	.281
	7-12 ay	75	75.37	25.26		
	13-24 ay	71	73.24	21.53		
	25-36 ay	48	78.71	22.96		
	3 yıldan fazla	144	72.50	16.70		

\*p<.05

Tablo 18’de görüldüğü gibi yas ölçeği ve alt boyut puanlarının yakınını kaybetmesinden itibaren geçen süreye göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür (p>.05).

Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin kaybedilen yakınını yakınlık derecesine göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 19’da verilmektedir.



Tablo 19.

*Yas Düzeylerinin Kaybedilen Yakının Yakınlık Derecesine Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Yakınlık Derecesi	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı
Fiziksel	A-Anne/baba	27	2.04	.83	4.45	.002*	B>A,C,D,E
	B-Kardeş	16	2.58	1.01			
	C-Büyükanne/büyükbaba	272	1.81	.78			
	D-Hala/teyze	21	1.68	.55			
	E-Dayı/amca	52	1.81	.69			
Duygusal	Anne/baba	27	2.29	.56	1.33	.260	
	Kardeş	16	2.34	.53			
	Büyükanne/büyükbaba	272	2.13	.61			
	Hala/teyze	21	1.98	.48			
	Dayı/amca	52	2.11	.63			
Bilişsel	Anne/baba	27	2.81	.96	1.73	.142	
	Kardeş	16	3.11	.52			
	Büyükanne/büyükbaba	272	2.68	.83			
	Hala/teyze	21	2.44	1.02			
	Dayı/amca	52	2.60	.82			
Davranışsal	Anne/baba	27	1.84	.78	3.99	.003*	B>A,C,D,E
	Kardeş	16	2.42	1.18			
	Büyükanne/büyükbaba	272	1.68	.77			
	Hala/teyze	21	1.51	.65			
	Dayı/amca	52	1.80	.82			
Yas Ölçeği	Anne/baba	27	79.59	23.24	3.56	.007*	B>A,C,D,E
	Kardeş	16	91.56	19.18			
	Büyükanne/büyükbaba	272	73.90	21.55			
	Hala/teyze	21	67.71	17.84			
	Dayı/amca	52	74.13	20.22			

\*p<.05

Tablo 19’da görüldüğü gibi fiziksel (F=4.45; p<.05) ve davranışsal (F=3.99; p<.05) alt boyutları ve yas ölçeği toplam puanlarının (F=3.56; p<.05) kaybedilen yakının yakınlık derecesine göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre kardeşini kaybeden öğrencilerin fiziksel, davranışsal ve genel olarak davranışlarında değişim puanları, anne/baba, büyükanne/büyükbaba, hala/teyze, dayı/amcasını kaybeden öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin yakınına kaybetme şekline göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 20’de verilmektedir.

Tablo 20.

*Yas Düzeylerinin Yakınıni Kaybetme Şekline Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Kaybetme Şekli	n	$\bar{X}$	SS	F	p
Fiziksel	Ani	123	1.88	.85	1.11	.330
	Kronik hastalık	153	1.77	.69		
	Kanser	112	1.91	.83		
Duygusal	Ani	123	2.14	.57	0.27	.766
	Kronik hastalık	153	2.11	.57		
	Kanser	112	2.17	.66		
Bilişsel	Ani	123	2.73	.84	1.55	.213
	Kronik hastalık	153	2.59	.81		
	Kanser	112	2.76	.88		
Davranışsal	Ani	123	1.77	.83	1.50	.223
	Kronik hastalık	153	1.64	.75		
	Kanser	112	1.80	.84		
Yas Ölçeği	Ani	123	75.82	20.63	1.63	.197
	Kronik hastalık	153	72.33	20.26		
	Kanser	112	76.79	23.86		

\*p<.05

Tablo 20'de görüldüğü gibi yas ölçeği ve alt boyut puanlarının yakınıni kaybetme şekline göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür (p>.05).

#### **4.2. Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Kayıp Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması**

Ergenlerin riskli davranışlar ölçeği puanlarının kronik hastalık durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testine ait sonuçlar Tablo 21'de verilmektedir.

Tablo 21.

*Ergenlerin Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Kronik Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Kronik Hastalık	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Antisosyal Davranışlar	Hayır	810	2.04	.82	-2.23	.026*
	Evet	55	2.30	.93		
Madde Bağımlılığı (alkol/sigara)	Hayır	810	1.59	.88	-1.13	.257
	Evet	55	1.73	1.01		
İntihar Eğilimi	Hayır	810	2.84	.91	-1.63	.102
	Evet	55	3.05	.94		
Beslenme Alışkanlığı	Hayır	810	2.67	.96	-0.67	.503
	Evet	55	2.76	.96		
Okul Terki	Hayır	810	1.65	.82	-1.08	.281
	Evet	55	1.78	.85		
Riskli Davranışlar	Hayır	810	71.21	22.24	-1.85	.065
	Evet	55	76.98	24.65		

\*p<.05

Tablo 21’de görüldüğü gibi antisosyal davranışlar alt boyut puanlarının kronik hastalık durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği elde edilmiştir ( $t=-2.23$ ;  $p<.05$ ). Kronik hastalığı olan öğrencilerin antisosyal davranışlar riskli davranış puanları, kronik hastalığı olmayan öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Madde bağımlılığı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlığı, okul terki alt boyutları ve riskli davranışlar ölçeği puanlarının kronik hastalık durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür ( $p>.05$ ).

Ergenlerin riskli davranışlar ölçeği puanlarının ergenlerin ruhsal hastalık durumuna göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 22’de verilmektedir.

Tablo 22.

*Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Ruhsal Hastalık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Ruhsal Hastalık	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Antisosyal Davranışlar	Hayır	801	2.03	.83	-2.88	.004*
	Evet	64	2.34	.81		
Madde Bağımlılığı (alkol/sigara)	Hayır	801	1.54	.83	-7.43	.000*
	Evet	64	2.37	1.20		
İntihar Eğilimi	Hayır	801	2.82	.90	-3.70	.000*
	Evet	64	3.26	.99		
Beslenme Alışkanlığı	Hayır	801	2.67	.97	-.78	.438
	Evet	64	2.77	.91		
Okul Terki	Hayır	801	1.63	.81	-3.49	.001*
	Evet	64	2.00	.91		
Riskli Davranışlar	Hayır	801	70.26	21.68	-6.25	.000*
	Evet	64	88.09	25.11		

\*p<.05

Tablo 22’de görüldüğü gibi antisosyal davranışlar ( $t=-2.88$ ;  $p<.05$ ), madde bağımlılığı ( $t=-7.43$ ;  $p<.05$ ), intihar eğilimi ( $t=-3.70$ ;  $p<.05$ ), okul terki ( $t=-3.49$ ;  $p<.05$ ) alt boyutları ve riskli davranışlar ölçeği toplam ( $t=-6,25$ ;  $p<.05$ ) puanlarının ruhsal hastalık durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Ruhsal hastalığı olan öğrencilerin antisosyal davranışlar, madde bağımlılığı, intihar eğilimi, okul terki ve genel olarak riskli davranışlar puanları, ruhsal hastalığı olmayan öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Beslenme alışkanlığı alt boyut puanlarının ruhsal hastalık durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgular arasındadır ( $p>.05$ ).

Ergenlerin riskli davranışlar ölçeği puanlarının öğrencilerin akademik başarı kaybına göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 23’de verilmektedir.

Tablo 23.

*Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Akademik Başarı Kaybına Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Akademik Başarı Kaybı	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Antisosyal Davranışlar	Hayır	817	2.03	.81	-4.09	.000*
	Evet	48	2.53	.96		
Madde Bağımlılığı (alkol/sigara)	Hayır	817	1.56	.86	-5.21	.000*
	Evet	48	2.24	1.16		
İntihar Eğilimi	Hayır	817	2.85	.90	-.64	.524
	Evet	48	2.94	1.04		
Beslenme Alışkanlığı	Hayır	817	2.67	.96	-1.35	.176
	Evet	48	2.86	.90		
Okul Terki	Hayır	817	1.63	.81	-3.89	.000*
	Evet	48	2.11	1.01		
Riskli Davranışlar	Hayır	817	70.64	21.81	-5.16	.000*
	Evet	48	87.58	26.79		

\*p<.05

Tablo 23’de görüldüğü gibi antisosyal davranışlar ( $t=-4.09$ ;  $p<.05$ ), madde bağımlılığı ( $t=-5.21$ ;  $p<.05$ ), okul terki ( $t=-3.89$ ;  $p<.05$ ) alt boyutları ve riskli davranışlar ölçeği toplam ( $t=-5.16$ ;  $p<.05$ ) puanlarının akademik başarı kaybına göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Akademik başarı kaybı yaşayan olan öğrencilerin antisosyal davranışlar, madde bağımlılığı, okul terki ve genel olarak riskli davranışlar puanları, akademik başarı kaybı olmayan öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

İntihar eğilimi ve beslenme alışkanlığı alt boyut puanlarının akademik başarı kaybına göre anlamlı farklılık göstermediğine ulaşılmıştır ( $p>.05$ ).

Ergenlerin riskli davranışlar ölçeği puanlarının öğrencilerin bağımlılık durumuna göre karşılaştırılmasına ait sonuçlar Tablo 24’de verilmektedir.

Tablo 24.

*Riskli Davranışlar Ölçeği Puanlarının Bağımlılık Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait Bağımsız İki Örneklem t Testi Sonuçları*

Alt Boyut	Bağımlılık	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Antisosyal Davranışlar	Hayır	803	1.99	.78	-8.44	.000*
	Evet	62	2.88	1.02		
Madde Bağımlılığı (alkol/sigara)	Hayır	803	1.50	.78	-13.02	.000*
	Evet	62	2.90	1.21		
İntihar Eğilimi	Hayır	803	2.83	.90	-3.45	.001*
	Evet	62	3.24	1.01		
Beslenme Alışkanlığı	Hayır	803	2.65	.96	-3.27	.001*
	Evet	62	3.06	.95		
Okul Terki	Hayır	803	1.61	.79	-6.50	.000*
	Evet	62	2.30	.97		
Riskli Davranışlar	Hayır	803	69.22	20.25	-12.03	.000*
	Evet	62	102.15	26.65		

\*p<.05

Tablo 24’de görüldüğü gibi riskli davranışlar ölçeği ve alt boyut puanlarının bağımlılık durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür (p<.05). Bağımlılığı olan öğrencilerin riskli davranışlar puanları, bağımlılığı olmayan öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Değişkenler arasındaki ilişkiyi gösteren korelasyon analizleri Tablo 25’de yer almaktadır.

### 4.3. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin Birbiri İle Karşılaştırılması

Tablo 25.

#### Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutlar	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1. Fiziksel	.56**	.42**	.62**	.73**	-.06	.19**	.27**	.12*	.18**	.18**	.26**	.15**	.16**	.23**	-.06	-.02	-.05	-.03	-.10	-.05
2. Duygusal	1	.63**	.59**	.84**	.19**	.17**	.27**	.22**	.16**	.21**	.23**	.14**	.19**	.23**	-.03	.03	.03	.09	-.02	.04
3. Bilişsel		1	.51**	.83**	.38**	.05	.29**	.25**	.00	.01	.21**	.11*	.00	.04	.14**	.12*	.18**	.19**	.14**	.18**
4. Davranışsal			1	.84**	-.03	.25**	.35**	.09	.23**	.27**	.25**	.06	.25**	.28**	-.12*	-.11*	-.13*	-.06	-.13*	-.13*
5. Yas Ölçeği				1	.18**	.20**	.37**	.21**	.17**	.19**	.28**	.13**	.17**	.23**	-.01	.01	.02	.07	-.02	.02
6. İçsel İşlevsel					1	.00	.22**	.30**	-.07	-.16**	.16**	.13**	-.10**	-.06	.28**	.19**	.29**	.20**	.25**	.29**
7. Dışsal İşlevsel Olmayan						1	.50**	.20**	.44**	.32**	.22**	.22**	.30**	.44**	-.13**	.02	-.09**	-.04	-.14**	-.11**
8. İçsel İşlevsel Olmayan							1	.17**	.25**	.15**	.45**	.28**	.20**	.33**	-.06	.04	0.04	-.04	-.04	-.04
9. Dışsal İşlevsel								1	.02	-.02	.10**	.14**	-.01	.04	.21**	.15**	.21**	.14**	.18**	.24**
10. Antisosyal Davranışlar									1	.48**	.30**	.28**	.45**	.73**	-.17**	.08	-.13**	-.07	-.19**	-.13**
11. Madde Bağımlılığı										1	.16**	.17**	.54**	.81**	-.20**	-.12**	-.22**	-.20**	-.21**	-.24**
12. İntihar Eğilimi											1	.41**	.25**	.47**	-.04	.10	.05	-.01	-.06	-.01
13. Beslenme Alışkanlığı												1	.22**	0.51**	-.03	.17**	.03	-.04	-.04	.01
14. Okul Terki													1	.73**	-.20**	-.06	-.20**	-.11**	-.19**	-.19**
15. Riskli Davranışlar														1	-.19**	.02	-.17**	-.14**	-.21**	-.19**
16. Çevreye Pozitif Tepki Vermek															1	.41**	.57**	.44**	.49**	.73**
17. İstekleri Doyurmak																1	.57**	.50**	.43**	.74**
18. Çevreden Pozitif Tepki Almak																	1	.59**	.60**	.83**
19. Dini İncanın Gereğini Yerine Getirmek																		1	.59**	.77**
20. Mental Kontrol Yapmak																			1	.78**
21. Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri																				1

\*: p&lt;.05 \*\* : p&lt;.01

Tablo 25’de görüldüğü gibi yas yaşantısı nedeniyle fiziksel değişim puanları ile dışsal işlevsel olmayan ( $r=.19$ ;  $p<.05$ ), içsel işlevsel olmayan ( $r=.27$ ;  $p<.05$ ), dışsal işlevsel ( $r=.12$ ;  $p<.05$ ) duygu düzenleme puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı nedeniyle fiziksel değişim puanları ile antisosyal davranışlar ( $r=.18$ ;  $p<.05$ ), madde bağımlılığı ( $r=.18$ ;  $p<.05$ ), intihar eğilimi ( $r=.26$ ;  $p<.05$ ), beslenme alışkanlığı ( $r=.15$ ;  $p<.05$ ), okul terki ( $r=.16$ ;  $p<.05$ ) ve riskli davranışlar ölçeği toplam puanı ( $r=.23$ ;  $p<.05$ ) arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı nedeniyle fiziksel değişim puanları ile öznel iyi oluşu artırma stratejileri anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ( $p>.05$ ).

Yas yaşantısı nedeniyle duygusal değişim puanları ile içsel işlevsel ( $r=.19$ ;  $p<.05$ ), dışsal işlevsel olmayan ( $r=.17$ ;  $p<.05$ ), içsel işlevsel olmayan ( $r=.27$ ;  $p<.05$ ), dışsal işlevsel ( $r=.22$ ;  $p<.05$ ) duygu düzenleme puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı nedeniyle duygusal değişim puanları ile antisosyal davranışlar ( $r=.16$ ;  $p<.05$ ), madde bağımlılığı ( $r=.21$ ;  $p<.05$ ), intihar eğilimi ( $r=.23$ ;  $p<.05$ ), beslenme alışkanlığı ( $r=.14$ ;  $p<.05$ ), okul terki ( $r=.19$ ;  $p<.05$ ) ve riskli davranışlar ölçeği toplam puanı ( $r=.23$ ;  $p<.05$ ) arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı nedeniyle duygusal değişim puanları ile öznel iyi oluşu artırma stratejileri anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ( $p>.05$ ).

Yas yaşantısı nedeniyle bilişsel değişim puanları ile içsel işlevsel ( $r=.38$ ;  $p<.05$ ), içsel işlevsel olmayan ( $r=.29$ ;  $p<.05$ ), dışsal işlevsel ( $r=.25$ ;  $p<.05$ ) duygu düzenleme puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı nedeniyle bilişsel değişim puanları ile intihar eğilimi ( $r=.21$ ;  $p<.05$ ), beslenme alışkanlığı ( $r=.11$ ;  $p<.05$ ) riskli davranış puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı nedeniyle bilişsel değişim puanları ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=.14$ ;  $p<.05$ ), istekleri doyumlamak ( $r=.12$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=.18$ ;  $p<.05$ ), dini inancın gereğini yerine getirmek ( $r=.19$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=.14$ ;  $p<.05$ ) ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulama ( $r=.18$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Yas yaşantısı nedeniyle davranışsal değişim puanları ile dışsal işlevsel olmayan ( $r=.25$ ;  $p<.05$ ) ve dışsal işlevsel ( $r=.35$ ;  $p<.05$ ) duygu düzenleme puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı nedeniyle davranışsal değişim



puanları ile antisosyal davranışlar ( $r=.23$ ;  $p<.05$ ), madde bağımlılığı ( $r=.27$ ;  $p<.05$ ), intihar eğilimi ( $r=.25$ ;  $p<.05$ ) ve riskli davranışlar ölçeği ( $r=.28$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı nedeniyle davranışsal değişim puanları ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=-.12$ ;  $p<.05$ ), istekleri doyumlamak ( $r=-.11$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=-.13$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=-.13$ ;  $p<.05$ ) ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulama ( $r=-.13$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Yas yaşantısı ölçek puanları ile içsel işlevsel ( $r=.18$ ;  $p<.05$ ), dışsal işlevsel olmayan ( $r=.20$ ;  $p<.05$ ), içsel işlevsel olmayan ( $r=.37$ ;  $p<.05$ ), dışsal işlevsel ( $r=.21$ ;  $p<.05$ ) duygu düzenleme puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı ölçek puanları ile antisosyal davranışlar ( $r=.17$ ;  $p<.05$ ), madde bağımlılığı ( $r=.19$ ;  $p<.05$ ), intihar eğilimi ( $r=.28$ ;  $p<.05$ ), beslenme alışkanlığı ( $r=.13$ ;  $p<.05$ ), okul terki ( $r=.17$ ;  $p<.05$ ) ve riskli davranışlar ölçeği toplam puanı ( $r=.23$ ;  $p<.05$ ) arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yas yaşantısı ölçek puanları ile öznel iyi oluşu artırma stratejileri anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ( $p>.05$ ).

İçsel işlevsel duygu düzenleme puanları ile madde bağımlılığı ( $r=-.16$ ;  $p<.05$ ), okul terki ( $r=-.10$ ;  $p<.05$ ) riskli davranış puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. İçsel işlevsel duygu düzenleme puanları ile intihar eğilimi ( $r=.16$ ;  $p<.05$ ), beslenme alışkanlığı ( $r=.13$ ;  $p<.05$ ) riskli davranış puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. İçsel işlevsel duygu düzenleme puanları ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=.28$ ;  $p<.05$ ), istekleri doyumlamak ( $r=.19$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=.29$ ;  $p<.05$ ), dini inancın gereğini yerine getirmek ( $r=.20$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=.25$ ;  $p<.05$ ) ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulama ( $r=.29$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme puanları ile antisosyal davranışlar ( $r=.40$ ;  $p<.05$ ), madde bağımlılığı ( $r=.32$ ;  $p<.05$ ), intihar eğilimi ( $r=.22$ ;  $p<.05$ ), beslenme alışkanlığı ( $r=.22$ ;  $p<.05$ ), okul terki ( $r=.30$ ;  $p<.05$ ) ve riskli davranışlar ölçeği ( $r=.44$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme puanları ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=-.13$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=-.09$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=-.14$ ;  $p<.05$ )

ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulama ( $r=-.11$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

İçsel işlevsel duygu düzenleme puanları ile antisosyal davranışlar ( $r=.25$ ;  $p<.05$ ), madde bağımlılığı ( $r=.15$ ;  $p<.05$ ), intihar eğilimi ( $r=.45$ ;  $p<.05$ ), beslenme alışkanlığı ( $r=.28$ ;  $p<.05$ ), okul terki ( $r=.20$ ;  $p<.05$ ) ve riskli davranışlar ölçeği ( $r=.33$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. İçsel işlevsel duygu düzenleme puanları ile öznel iyi oluşu artırma stratejileri arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir.

Dışsal işlevsel duygu düzenleme puanları ile intihar eğilimi ( $r=.10$ ;  $p<.05$ ), beslenme alışkanlığı ( $r=.14$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Dışsal işlevsel duygu düzenleme puanları ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=.21$ ;  $p<.05$ ), istekleri doyumak ( $r=.15$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=.21$ ;  $p<.05$ ), dini inancın gereğini yerine getirmek ( $r=.14$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=.18$ ;  $p<.05$ ) ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulama ( $r=.24$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Antisosyal riskli davranış puanı ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=-.17$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=-.13$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=-.19$ ;  $p<.05$ ) ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulama ( $r=-.13$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Madde bağımlılığı riskli davranış puanı ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=-.20$ ;  $p<.05$ ), istekleri doyumak ( $r=-.12$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=-.22$ ;  $p<.05$ ), dini inancın gereğini yerine getirmek ( $r=-.20$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=-.21$ ;  $p<.05$ ) ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulama ( $r=-.24$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. İntihar eğilimi riskli davranış puanları ile öznel iyi oluşu artırma stratejileri puanları arasında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ( $p>.05$ ). Beslenme alışkanlığı riskli davranış puanı ile istekleri doyumak öznel iyi oluş strateji puanı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmemiştir ( $r=.17$ ;  $p<.05$ ).

Okul terki riskli davranış puanı ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=-.20$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=-.20$ ;  $p<.05$ ), dini inancın gereğini yerine getirmek ( $r=-.11$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=-.19$ ;  $p<.05$ ) ve öznel iyi oluşu artırma

stratejilerini uygulama ( $r=-.19$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Riskli davranışlar ölçek puanı ile çevreye pozitif tepki vermek ( $r=-.19$ ;  $p<.05$ ), çevreden pozitif tepki almak ( $r=-.17$ ;  $p<.05$ ), dini inancın gereğini yerine getirmek ( $r=-.14$ ;  $p<.05$ ), mental kontrol yapmak ( $r=-.21$ ;  $p<.05$ ) ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini uygulama ( $r=-.19$ ;  $p<.05$ ) puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Riskli davranışlar bağımlı değişkenlerine (antisosyal davranışlar, madde bağımlılığı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlığı, okul terki) ait puanların duygu düzenleme ve öznel iyi oluşa göre anlamlı düzeyde değişme durumunu belirlemek amacıyla yapılan MANCOVA analizinde kayıp ve yas yaşantısı düzeyi ortak değişken olarak dahil edilmiştir. Analiz sonucunda içsel işlevsel (Wilks'  $\Lambda = .977$ ;  $F_{(5,849)} = 4.00$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p = .02$ ), dışsal işlevsel olmayan (Wilks'  $\Lambda = .862$ ;  $F_{(5,849)} = 27.18$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p = .14$ ) ve içsel işlevsel olmayan (Wilks'  $\Lambda = .860$ ;  $F_{(5,849)} = 27.60$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p = .14$ ) duygu düzenleme durumları ile istekleri doyumak (Wilks'  $\Lambda = .934$ ;  $F_{(5,849)} = 12.03$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p = .07$ ), dini inancın gereğini yerine getirmek (Wilks'  $\Lambda = .974$ ;  $F_{(5,849)} = 4.60$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p = .03$ ), mental kontrol yapmak (Wilks'  $\Lambda = .982$ ;  $F_{(5,849)} = 3.16$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p = .02$ ) bağımsız değişkenleri ve kayıp nedeniyle yas düzeyi (Wilks'  $\Lambda = 0.971$ ;  $F_{(5,849)} = 2.51$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p = .02$ ) kontrol değişkeninin, riskli davranışlar bağımlı değişkenleri üzerinde çok değişkenli anlamlı etkisi olduğu; dışsal işlevsel, çevreye pozitif tepki vermek, çevreden pozitif tepki almak değişkenlerinin riskli davranışlar bağımlı değişkenleri üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür.

Duygu düzenleme, öznel iyi oluş ve kayıp nedeniyle yas yaşantısı düzeyi değişkenlerinin çok değişkenli etkilerinin, daha detaylı biçimde incelenmesi amacıyla MANCOVA'yı takiben gerçekleştirilen ANCOVA analizi sonuçlarına tablo 26 ve 27'de yer verilmiştir.

Araştırmanın bağımlı değişkenlerine ilişkin kovaryans analizi Tablo 26'da verilmektedir.

Tablo 26.

*Bağımlı Değişkenlere İlişkin Kovaryans Analizi (ANCOVA) Sonuçları*

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	F	p	$\eta^2p$
İçsel İşlevsel	Antisosyal Davranışlar	.97	.325	.001
	Madde Bağımlılığı	7.63	.006*	.009
	İntihar Eğilimi	4.05	.045*	.005
	Beslenme Alışkanlığı	4.66	.031*	.005
	Okul Terki	2.67	.103	.003
Dışsal İşlevsel Olmayan	Antisosyal Davranışlar	109.35	.000*	.114
	Madde Bağımlılığı	58.38	.000*	.064
	İntihar Eğilimi	.42	.515	.000
	Beslenme Alışkanlığı	5.71	.017*	.007
	Okul Terki	32.86	.000*	.037
İçsel İşlevsel Olmayan	Antisosyal Davranışlar	1.74	.187	.002
	Madde Bağımlılığı	.29	.589	.000
	İntihar Eğilimi	133.88	.000*	.136
	Beslenme Alışkanlığı	24.08	.000*	.027
	Okul Terki	5.33	.021*	.006
İstekleri Doyurmak	Antisosyal Davranışlar	31.01	.000*	.035
	Madde Bağımlılığı	.84	.359	.001
	İntihar Eğilimi	14.29	.000*	.016
	Beslenme Alışkanlığı	34.37	.000*	.039
	Okul Terki	2.46	.117	.003
Dini İnançını Gereğini Yerine Getirmek	Antisosyal Davranışlar	.19	.663	.000
	Madde Bağımlılığı	3.50	.062	.004
	İntihar Eğilimi	.01	.906	.000
	Beslenme Alışkanlığı	7.86	.005*	.009
	Okul Terki	1.05	.306	.001
Mental Kontrol	Antisosyal Davranışlar	10.10	.002*	.012
	Madde Bağımlılığı	.23	.633	.000
	İntihar Eğilimi	6.70	.010*	.008
	Beslenme Alışkanlığı	1.46	.228	.002
	Okul Terki	2.67	.103	.003
Kayıp Nedeniyle Yas	Antisosyal Davranışlar	2.23	.109	.005
	Madde Bağımlılığı	4.92	.007*	.011
	İntihar Eğilimi	1.69	.185	.004
	Beslenme Alışkanlığı	.74	.475	.002
	Okul Terki	5.87	.003*	.014

\*p&lt;.05

Tablo 26’da görüldüğü gibi ANCOVA sonuçlarına göre göre içsel işlevsel duygu düzenleme davranışının madde bağımlılığı ( $F_{(1;853)}=9.87$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p=.01$ ), intihar eğilimi ( $F_{(1;853)}=4.05$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p=.01$ ) ve beslenme alışkanlığı ( $F_{(1;853)}=4.66$ ;  $p<.05$ ;  $\eta^2p=.01$ ) riskli davranışları üzerindeki etkilerinin anlamlı ve önemli olduğu; antisosyal

davranış ve okul terki riskli davranışları üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı sonucu elde edilmiştir ( $p > .05$ ).

ANCOVA sonuçlarına göre dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme davranışının antisosyal davranış ( $F_{(1;853)}=109.35$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.11$ ), madde bağımlılığı ( $F_{(1;853)}=57.59$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.06$ ), beslenme alışkanlığı ( $F_{(1;853)}=5.71$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.01$ ) ve okul terki ( $F_{(1;853)}=32.86$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=0.04$ ) riskli davranışları üzerindeki etkilerinin anlamlı ve önemli olduğu; intihar eğilimi riskli davranışı üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı görülmüştür ( $p > .05$ ).

ANCOVA sonuçlarına göre içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme davranışının intihar eğilimi ( $F_{(1;853)}=133.88$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.14$ ), beslenme alışkanlığı ( $F_{(1;853)}=24.08$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.03$ ) ve okul terki ( $F_{(1;853)}=5.33$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.1$ ) riskli davranışları üzerindeki etkilerinin anlamlı ve önemli olduğu; antisosyal davranış ve madde bağımlılığı riskli davranışları üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı görülmüştür ( $p > .05$ ).

ANCOVA sonuçlarına göre istekleri doyurma stratejisinin antisosyal davranışlar ( $F_{(1;853)}=31.01$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.04$ ), intihar eğilimi ( $F_{(1;853)}=14.29$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.02$ ) ve beslenme alışkanlığı ( $F_{(1;853)}=34.37$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.4$ ) riskli davranışları üzerindeki etkilerinin anlamlı ve önemli olduğu; madde bağımlılığı ve okul terki riskli davranışları üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı elde edilmiştir ( $p > .05$ ).

ANCOVA sonuçlarına göre mental kontrol stratejisinin antisosyal davranışlar ( $F_{(1;853)}=10.10$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.01$ ) ve intihar eğilimi ( $F_{(1;853)}=6.70$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.01$ ) riskli davranışları üzerindeki etkilerinin anlamlı ve önemli olduğu; madde bağımlılığı, beslenme alışkanlığı ve okul terki riskli davranışları üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı elde edilmiştir ( $p > .05$ ).

ANCOVA sonuçlarına göre kayıp nedeniyle yas yaşama düzeyinin madde bağımlılığı ( $F_{(2;853)}=6.87$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.02$ ) ve okul terki ( $F_{(2;853)}=5.87$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2p=.01$ ) riskli davranışları üzerindeki etkilerinin anlamlı ve önemli olduğu; antisosyal davranışlar, intihar eğilimi ve beslenme alışkanlığı riskli davranışları üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı görülmüştür ( $p > .05$ ).

ANCOVA sonuçlarına göre duygu düzenleme ve öznel iyi oluş stratejilerinin riskli davranışlar üzerindeki etkisinde kayıp nedeniyle yas yaşama düzeyinin düzenleyici etkisi olduğu tespit edildiğinden ikili karşılaştırma sonuçları incelenmiştir.

Araştırmanın Bonferroni düzeltmeli ikili karşılaştırma sonuçlarına ilişkin sonuçlar Tablo 27’de verilmektedir.

Tablo 27.

*Bonferroni Düzeltmeli İkili Karşılaştırma Sonuçları*

Riskli Davranış	Kayıp Nedeniyle Yas Düzeyi	n	$\bar{X}$	SH	Anlamlı
Antisosyal Davranış	Yok	477	2.02	.03	
	Düşük	259	2.06	.04	
	Orta	129	2.18	.06	
Madde Bağımlılığı	A-Yok	477	1.55	.01	C>A,B
	B-Düşük	259	1.58	.02	
	C-Orta	129	1.81	.02	
İntihara Eğilim	Yok	477	2.85	.04	
	Düşük	259	2.81	.05	
	Orta	129	2.97	.07	
Kötü Beslenme Alışkanlıkları	Yok	477	2.66	.04	
	Düşük	259	2.73	.06	
	Orta	129	2.63	.08	
Okul Terki	A-Yok	477	1.61	.04	C>A,B
	B-Düşük	259	1.64	.05	
	C-Orta	129	1.88	.07	

Düşük: 35-82; Orta: 82-135

Tablo 27’de görüldüğü gibi ikili karşılaştırma sonuçlarına göre kayıp nedeniyle yas yaşama düzeyi yüksek olan katılımcıların duygu düzenleme ve öznel iyi oluşa göre düzeltilmiş madde bağımlılığı ve okul terki riskli davranışlar puanları, kayıp nedeniyle yas yaşamayan veya düşük düzeyde yas yaşayan katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir.

## BÖLÜM V

### SONUÇ TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu çalışmanın amacı, ergenlerde duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin riskli davranışları yordama düzeyinin kayıp ve yas açısından incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda belirlenen alt amaçlara ilişkin sonuçlar literatür ile ilişkili olarak tartışılmaktadır.

#### 5.1 Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular

##### 5.1.1. Ergenlerin yas düzeylerinin demografik değişkenlere göre karşılaştırma sonuçları.

*5.1.1.1. Ergenlerin yas düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.* Çalışmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre kayıp yaşayan kız ergenlerde fiziksel, bilişsel ve genel olarak kayıp sonrası değişim puanları erkek ergenlere göre daha yüksek olarak belirlenmiştir. Duygusal ve davranışsal boyutlara bakıldığında erkek ergenler ile kız ergenler arasında anlamlı fark görülmezken, fiziksel ve bilişsel boyutlara bakıldığında ise kız ergenler ile erkek ergenler arasında anlamlı farklılık göze çarpmaktadır. Alan yazına bakıldığında kız ergenlerin yas tepkilerini daha yoğun yaşadığını destekleyen araştırmalar görülmektedir (Balcı- Çelik, 2006; Balcı- Çelik, 2011; Dyregrov, Kristoffersen, Matthiesen & Mitchell, 1994). Lane vd. (1987) cinsiyete bağlı tepki değişimini prolaktin düzeyi ile açıklarken, Özçetin (2000) yas ve din ilişkisini incelediği araştırmada özellikle ani ölümlerde (cinayet, trafik kazası gibi) tepkilerin daha yoğun yaşandığını; kadınların ağlama, ağıt yakma gibi davranışların daha yoğun gözlediğini ifade etmektedir. Ergenlerde karamsarlık ve mutsuzluk oranlarına bakılan araştırmada ise kız ergenlerde karamsarlık düzeyinin daha yüksek olduğu görülmektedir (Ergin, 2002). Kayıp sonrası yas tepkilerinin kız ergenlerde erkek ergenlerden daha fazla görülmesi literatürle tutarlı bir sonuçtur.

**5.1.1.2. Ergenlerin yas düzeylerinin öğrencilerin yaşına göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre kayıp yaşantısı olan 17-18 yaş grubundaki ergenlerin yas ölçeğinin duygusal alt boyutundan aldıkları puanların diğer yaş gruplarına oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Ergenlik döneminde her alanda gelişme olduğu kadar bilişsel düzeyde de gelişme devam etmektedir. Yaş ilerledikçe artan bilişsel düzey ve düşünme becerileri sayesinde ergen, varsayımsal düşünme, seçenekli çözümler üretme, yaşam olaylarını sorgulama becerilerini geliştirir (Santrock, 2014; Steinberg, 2017). Bu bilgilere dayalı olarak kayıp yaşayan ergenlerde yaşın ilerlemesi ile kaybı anlama düzeyinin arttığını ve yas tepkilerini de daha fazla gösterdikleri düşünülebilir. Kaybı anlamlandırabilme kapasitesi arttıkça ergenin yas tepkileri gösterme olasılığı daha fazla görülebilir.

**5.1.2. Duygu düzenleme becerilerinin demografik değişkenlere göre karşılaştırma sonuçları.**

**5.1.2.1. Duygu düzenleme becerilerinin cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre kız ergenlerin içsel işlevsel, içsel işlevsel olmayan ve dışsal işlevsel duygu düzenleme becerilerinin erkek ergenlere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. İşlevsel duygu düzenleme alt boyutlarında kız ergenlerin daha yüksek puan elde etmesi, alan yazında desteklenen bir bulgudur. Alan yazın incelendiğinde genel olarak kadınların olumsuz duygular ile baş etme konusunda daha başarılı olduklarını, cinsiyetin duyguların yaşanma şekli ve duyguları düzenleme becerilerine etki eden önemli bir faktör olduğu göze çarpmaktadır. (Nolen-Hoeksema & Aldao, 2011; Rivers vd., 2007). Kız ergenlerde işlevsel duygu düzenlemenin erkek ergenlere göre daha yüksek olmasının bir nedeni olarak ise erkeklerin duyguları üzerine yoğunlaşmakta zorlanması ve duygu farkındalığının düşük olması olarak açıklanabilir (Gratz & Roemer, 2004). Literatürde kadınların duygu düzenleme becerilerinin erkeklerden yüksek olduğunu belirten araştırmalar bulunsa da, tersi yönde bulgulara sahip araştırmalarda mevcuttur. Bu araştırmalar genel olarak kadınların uyumsuz duygu düzenlemelerinin üzerinde



durarak olumsuz duyguları bastırma eğiliminden söz etmekte, kadınların bastırmayı tercih etmesindeki nedeni ise kültürel normlar ile açıklamaktadırlar (Else-Quest, Hyde, Goldsmith & Van Hulle, 2006; Hampel & Petermann, 2006). Literatür incelendiğinde duygu düzenleme becerileri ile cinsiyet arasındaki ilişkinin varlığı kesin olmakla beraber bu ilişkinin nedensel bir ilişki olduğunu söyleyemeyiz. Bu konuda yapılacak deneysel çalışmalarda, kadın veya erkeklerdeki duygu düzenleme becerilerine odaklanması yararlı olabilir.

### **5.1.3. Öznel iyi oluşu artırma stratejileri kullanımının demografik değişkenlere göre karşılaştırma sonuçları.**

**5.1.3.1. Öznel iyi oluşu artırma stratejileri kullanımı cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre ergenlerde öznel iyi oluşu artırma stratejileri kullanımı cinsiyet faktörüne göre farklılaşmaktadır. Kız ergenlerin çevreden pozitif tepki almak, mental kontrol yapmak, istekleri doyumak ve dini inancın gereğini yerine getirme stratejileri alt boyutları erkek ergenlere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Öznel iyi oluşu artırma stratejileri genel puanı dikkate alındığında kız ergenlerin bu stratejileri daha fazla kullandıkları söylenebilir. Kız ergenlerin yaşamdaki zorlu durumlarla baş etme konusunda erkek ergenlere göre daha fazla strateji kullandıklarını, dini inanışlarının daha kuvvetli olduğunu, çevreden sağlanan sosyal desteğin daha büyük önem taşıdığını gösteren araştırmalar mevcuttur (Cicognani, 2011; Thayer, Newman & McClain, 1994; Tkach & Lyubomirsky, 2006). Öznel iyi oluşu artırma stratejileri kullanımı ile cinsiyet faktörü ilişkisinin anlamlı farklılık oluşturacak düzeyde olmayacağını ifade eden araştırmalar da vardır (Myers & Diener, 1995).

Thayer vd. (1994) erkeklerin fiziksel aktivite yolu ile iyi oluşlarına katkı sunduklarını ve bu konu da kadınlardan daha iyi olduklarını belirtirken, Nolen-Hoeksema, (1991) kadınlardaki ruminasyon eğiliminin fazla oluşundan dolayı erkeklerin öznel iyi oluşu artırma, mutsuzlukla baş etme stratejilerinin daha iyi olduğunu ifade etmektedir. Öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin kullanımı üzerinde cinsiyetin etkisini araştıran çalışmalarda farklı sonuçların elde edilmesinde kültürel normlar etkili olduğu

belirlenmektedir (Al-Nima, Archer & Garcia, 2013). Ulusal alan yazında öznel iyi oluşu artırma stratejilerine ilişkin çok az çalışma bulunmakla beraber Eryılmaz ve Aypay (2011), İlhan (2005) öznel iyi oluş düzeyinin cinsiyet faktöründen etkilenmediğini belirtmektedir.

Çalışmanın bulguları ile literatür karşılaştırıldığında araştırma bulgularının literatür tarafından desteklendiği söylenebilir.

**5.1.3.2. Öznel iyi oluşu artırma stratejileri kullanımının öğrencilerin yaşına göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmanın sonucunda elde edilen bulgulara göre ergenlerde öznel iyi oluşu artırma stratejileri yaşa göre farklılaşmaktadır. 14-15 yaş grubundaki ergenlerde mental kontrol yapmak, istekleri doyumak, dini inancın gereğini yerine getirmek ve öznel iyi oluşu artırma stratejileri genel puanları 16 ve 17-18 yaş grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin yaşa bağlı olarak incelendiği araştırmalarda öznel iyi oluş düzeyinin sınıf düzeyi- yaş ilerledikçe azaldığını gösteren bulgular bulunmaktadır (Rask, Astedt-Kurki & Laippala, 2002). Yaşın ilerlemesi ile öznel iyi oluş düzeyinin azaldığını gösteren çalışmaların yanında belli bir yaşa kadar bireylerin öznel iyi oluş düzeyinin yükseldiği sonrasında ise sabit kaldığını gösteren araştırmalar da bulunmaktadır (McCrae & Costa, 1987). Yaş artışı ile bireyin daha çok öznel iyi oluşu artırma stratejilerini kullanıp kullanmadığının daha iyi anlaşılması için neden sonuç ilişkisine odaklanan araştırmalar yapılabilir.

### **5.1.3. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının demografik değişkenlere göre karşılaştırma sonuçları**

**5.1.4.1. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Araştırmada elde edilen bulgulara göre ergenlerde riskli davranışlar cinsiyete göre farklılık göstermiştir. Erkek ergenlerde antisosyal davranış, madde bağımlılığı, okul terki alt boyutları ve genel risk puanlarının yüksek olduğu göze çarpmıştır. Kız ergenlerin ise intihar eğilimi ve

beslenme alışkanlığı alt boyutlarından aldıkları puanlar daha yüksektir. Erkek ergenlerin kız ergenlere göre riskli davranış gösterme eğilimlerinin daha yüksek olduğunu, vurgulayan araştırmalar bulunmaktadır (Deykin, Levy & Wells, 1987; Hair, Park, Ling & Moore, 2009; Moffit & Caspi, 2001; Sağlam ve İkiz, 2017; Steinberg, 2017; Şaşmaz vd., 2006). Ergenlerde suç işleme konusunda ulusal ve uluslararası çalışmaların pek çoğunda erkek ergenlerin kız ergenlere oranla suç işleme olasılıkları ve saldırganlık düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmiştir (Aydın ve Akgün, 2014; Farrington, 1987; Spunt Goldstein, Bellucci & Miller, 1990).

Erkek ergenlerdeki antisosyal davranışların fazla bulunmasının nedeni toplumun cinsiyet rolleri ve kültürü ile ilişkili olabileceğini ifade eden çalışmalar da mevcuttur (Hagan, Simpson & Gills, 1987; Wilson & Daly, 1985). Toplumsal normların ergenin gösterdiği davranışları, aldığı riskleri ve kendini ifade ediş biçimini etkilediğini, ülkemizde erkek ergenlerin genellikle toplumsal cinsiyet rolleri dolayısıyla güç gösterme ve risk alma konusunda rahatlıkla davrandıkları söylenebilir (Karababa ve Dilmaç, 2015).

Erkek ergenlerin akranları tarafından madde kullanımı yönünde akran baskısına kız ergenlerden daha sık maruz kaldığı da bilinmektedir (Jamison & Myers, 2008). Cinsiyet rolleri ile ilişkili bakıldığında erkek ergenlerin yetişkin olma, güç göstergesi gibi sosyal kazançlar elde etme amacıyla madde kullanımına yönelindikleri düşünülebilir. Okul terki ile ilgili araştırmalarda, erkek ergenlerin okul ilgilerinin kız ergenlere göre daha düşük olduğu okuldan ayrılma davranışının erkek ergenlerde daha sık görüldüğü belirtilmektedir (Deschamps, 1992; Goldschmidt & Wang, 1999; Savi, 2011; Williams & Mcgee, 1991). Okul terki alan yazında genellikle diğer riskli davranış alt boyutları ile ele alınmaktadır. Madde bağımlılığı, antisosyal davranışlar, intihar eğilimi puanları yüksek olan ergenlerin okul terki puanlarının yüksek olduğu belirtilmektedir (Siyez 2013; Telef, 2014).

Araştırma bulgularında kız ergenlerin intihar eğiliminin daha fazla olması pek çok çalışma ile desteklenmektedir (Akın ve Berkem, 2012; Blum & Reinhart, 2000, akt. Steinberg, 2017; Lewinsohn, Joiner & Rohde, 2001; Metha, Chen, Mulvenon & Dode, 1998; Ulusoy, Demir ve Baran, 2005). Kız ergenlerin çevresel faktörlerden daha fazla etkilenmeleri ve cinsiyet rolleri nedeni ile dışa yönelen (şiddet, suç işleme,

çevreye zarar verme vb.) davranışları daha az sergileyebilmeleri nedeni ile öz kırım düşüncelerine erkek ergenlerden daha yakın oldukları söylenebilir. Beslenme alışkanlıkları ile ilgili bulgulara bakıldığında anoreksiya nervoza ve bulimia nervozanın incelenmesinde cinsiyet faktörü etkili görülürken, obezite konusunda kültür ve yeme alışkanlıkları faktörleri daha büyük rol oynamaktadır (Kimm vd., 2002; Oktan ve Şahin, 2010; Özgen, Kınacı ve Arlı, 2012; Spruijt-Metz, 2011; Vardar ve Erzengin, 2011; Walters & Kendler, 1994). Yeme bozukluklarının kızlarda daha yoğun görülmesinin sebebi çevresel dönütlere, moda olan beden imajı imgelerine ve dönemin vücutlarında oluşturduğu değişimlere daha fazla önem veriyor olmaları olarak ele alınabilir (Santrock, 2017). Bunun yanında değişen zaman ile beraber riskli davranış eğilimlerinde cinsiyet faktörünün belirleyiciliğinin ortadan kalkmaya başladığını, kız ergenler ile erkek ergenler arasındaki riskli davranış puanlarının birbirine benzerlik gösterdiğini ifade eden çalışmalar da mevcuttur (Tharp- Taylor, Haviland & D'Amico, 2009).

**5.1.4.2. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının öğrencilerin yaşına göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmanın bulgularına göre ergenlerde yaş faktörü riskli davranışları incelemede farklılık ortaya çıkarmaktadır. 17-18 yaş ergenlerin madde bağımlılığı, kötü beslenme alışkanlıkları, okul terki ve riskli davranış ölçeğinden aldıkları toplam puan 14-15 ve 16 yaşlarındaki ergenlerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ergenlerde maddenin kötüye kullanımını konu edinen araştırmalarda benzer bulgulara rastlandığı görülmektedir (Dishion, 2000; Humara & Sherman, 1999; Kolay- Akfert, Çakıcı ve Çakıcı, 2009; Topolski vd., 2001; Young-Ho, 2001). Artan yaş ile beraber ergenin aile içinde geçirdiği zamanın azalarak akran gruplarına daha çok önem vermesi ve aile denetiminin artması madde bağımlılığını artırabilecek etkenler olabilir. Ergenlik döneminin bir özelliği olarak ergenin benmerkezci yaklaşımı, çevreden kabul görme isteği ilerleyen yaş ile beraber akademik sorumlulukların artışı gibi nedenlerin de madde kullanımını artıracığı düşünülebilir. Ergenlerde yaş artışı ile beraber okul terkinin daha sık yaşandığı alan yazın tarafından destelenen bir bulgudur (Şirin, Özdemir ve Sezgin, 2009). Özellikle sınıfta kalan ergenlerin kendilerinden daha küçük yaş grupları ile aynı sınıfta eğitime devam etmeleri okul terki riskini artırmaktadır (Obasohan & Kortering, 1999). Ancak

bu çalışmalara zıt bulgulara da rastlanmaktadır. Örneğin, Stearns ve Glennie (2006) okul terki davranışı ile yaş faktörünün ilişkili olmadığını ifade etmektedir. Madde bağımlılığı ve okul terki davranışının yaş faktörüne bağlı ortaya çıkan sonuçları alan yazın ile paralellik göstermektedir (Aloise-Young, Cruickshank & Chavez, 2002; Rosenthal, 1998). Ergeni okul terki davranışına iten sorunlar akademik başarısızlık, okula olan ilginin az olması, sosyo ekonomik yetersizlikler nedeniyle çalışma hayatına girmek zorunda kalması, üst eğitim kurumlarına geçiş sınavları olarak düşünülebilir. Ergenlerde artan yaş ile beraber beslenme alışkanlığının da arttığını destekleyen çalışmalar olmasa da genel olarak her yaş grubunda beslenme alışkanlıklarının değiştiğini, kültürün de bu değişim de etkili olduğunu ifade eden çalışmalar mevcuttur (Özmen, Çetinkaya, Ergin, Şen ve Erbay, 2007; Santrock, 2017; Spruijt-Metz, 2011).

#### **5.1.4. Yas düzeyinin kayıp değişkenlerine göre karşılaştırma sonuçları.**

**5.1.5.1. Yas düzeyinin ruhsal hastalık durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Bu çalışmanın bulgularına göre ergenlerin yas ölçeğinden aldıkları puan ruhsal hastalık faktörüne göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Önceden ruhsal hastalık geçmişi olan ergenlerin yas ölçeğinden aldıkları puanın, ruhsal hastalık geçmişi olmayanlara göre yüksek olduğu görülmüştür. Ruhsal hastalık geçmişine sahip ergenler yas durumunda davranışsal açıdan daha fazla tepki gösterecekleri bulgusu elde edilmiştir. Bu bulguyu alan yazında destekleyen pek çok çalışma vardır (Çelik vd., 2011; Erdur-Baker ve Doğan, 2014; Zara, 2011). Ruhsal hastalık geçmişi, ergenin psikolojik sağlamlığını etkileyebilir. Bu nedenle kayıp karşısında verilen tepkiler daha fazla veya orantısız olabilir. Ergenlerin kayba verdikleri tepkiler ruhsal hastalığın durumuna, anormalliğin tanısına göre de değişim gösterebilir. Ancak tanı veya hastalığın seyri ne düzeyde olursa olsun bu tip hastalığa sahip olan ergenlerin her türlü kayıpla baş etmesinin, diğerlerine oranla daha zor olabileceği söylenebilir.

**5.1.5.2. Yas düzeyinin akademik başarı kaybına göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Araştırmanın bulgularına göre ergenlerde akademik başarı kaybı faktörü yas düzeyinde anlamlı düzeyde farklılık oluşturmuştur. Akademik başarı kaybına uğrayan ergenlerin kayıplar karşısında, diğerlerine oranla daha fazla davranışsal tepki verdiği görülmüştür. Akademik başarı ve okul ilgisinin yüksek oluşunun ergenin gelişimini her açıdan desteklediğini ifade eden çalışmalar mevcuttur (Hill & Werner, 2006). Akademik başarısı yüksek olan ergenlerin pek çok riskten korunduğunu söylenebilir (Siyez, 2013). Yüksek akademik başarı ergenin yalnızca akademik hayatına değil sosyal- duygusal alanlarına da etki edebilir. Duygu ve düşüncelerini ifade edebilen, kayıp karşısında bilişsel süreçleri işe koşan ve psikolojik sağlamlığı yüksek ergenlerin yas ile daha etkili baş ettiği söylenebilir (Santrock, 2014). Bunun yanı sıra akademik açıdan düşüş yaşamak ergende mutsuzluk ve umutsuzluk uyandırmaktadır (Eryılmaz, 2009). Akademik başarı kaybı yaşayan ergenlerin yas tepkilerinin yüksek olması kayıpla başa çıkma ile de açıklanabilir.

**5.1.5.3. Yas düzeyinin ebeveynlerin iş kaybına göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmadan elde edilen bulgulara göre ergenlerin yas tepkilerini ebeveynlerin iş kaybı durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Ebeveyni iş kaybına uğrayan ergenlerin yas ölçeğinden aldıkları puan iş kaybı yaşantısı olmayan ergenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Kaybın yalnızca ölüm ile olmayacağını, yaşamdaki pek çok olayın kayıp ve yas tepkilerini getirebildiği bilinmektedir (Humphrey, 2017). Geçmişinde ebeveynin iş kaybı ile karşılaşmış ergenler bu kayıp yaşantısındaki davranış örüntülerini yas durumunda aktarabilirler. Ebeveynlerin iş kaybetmesi ile çocukların önceki yaşam standartlarını sarsması mümkün olabilir. Ekonomik gücün azalması ve ebeveynin yaşadığı iş bulma kaygısı çocuklara yansıdığında sosyal, duygusal, davranışsal değişimler yaşanabilir. Ergenler dönemin doğası gereği yaşamlarındaki değişimlere karşı duyarlı olabilmektedir (Santrock, 2014). Bu nedenle ergenlik dönemindeki birey ailedeki iş kaybından daha fazla etkilenebilir. Yaşanan bir kayıp durumunda verdikleri tepkiler, böyle bir kayıp yaşamayan ergenlere göre yüksek düzeyde görülebilir.

**5.1.5.4. Yas düzeyinin bağımlılık durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Araştırmanın bulgularına göre ergenlerin yas düzeyinin bağımlılık durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Bağımlılığa sahip olan ergenlerin yas ölçeğinden aldıkları genel puanlar ve fiziksel, duygusal, davranışsal alt ölçek puanları, herhangi bir bağımlılığa sahip olmayan ergenlere göre daha fazladır. Madde bağımlılığı olan ergenlerin genel özelliklerine bakıldığında özsaygısı düşük, baş etme becerilerinin zayıf, sosyal destek mekanizmalarının nitelikli çalışmadığı görülmektedir (Alikaşifoğlu, 2008; Karahan, Sardoğan, Gençoğlu ve Yılan, 2010; Turhan, İnandı, Özer ve Akoğlu, 2011). Kayıp durumunda ergenin en çok ihtiyacı olabilecek mekanizmaların zaten ergenin yaşantısında olmaması baş etmeyi zorlaştıracığından bireyin madde kullanıma yönelimi artıyor olabilir. Bu bulgu, bireylerin herhangi bir kayıpla karşılaşmadan önce baş etme becerilerinin geliştirilmesi, özsaygı düzeyinin yükseltilmesi gibi koruyucu özelliklerinin edinimini sağlamak açısından programlar geliştirilmesi yönünde okul psikolojik danışmanlarınca kullanılabilir.

**5.1.5.5. Yas düzeyinin yakınına kaybetmesinden itibaren geçen süreye göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmanın bulgularına göre kayıp yaşayan ergenlerin yas düzeyleri ölümün üzerinden geçen zamana göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemiştir. Ancak yas literatürüne göre kaybın üzerinden geçen zaman arttıkça yas tepkilerin de azalma görülmektedir. Kaybın üzerinden az zaman geçmesi, kederin daha taze olmasına ve yas tepkilerinin daha yoğun verilmesine neden olmaktadır (Erdur- Baker ve Doğan, 2014; Howarth, 2011; Shear & Shair, 2005). Bu çalışmada kayıp yaşayan ergenlerin genel yas puanlarının düşük olması ile beraber kaybın üzerinden geçen zaman ile puanlar arasında anlamlı bir farkın olmaması dikkat çekici bir noktadır. Ergenlik dönemindeki bireylerin genel bir sınav süreci içinde oldukları ve aile, okul gibi daha çok temas sağladıkları ortamlarda genel olarak akademik kaygıların varlığı, bu nedenle ergenlerin duygusal boyutlarının ihmal edilebildiği bilinmektedir (Yıldırım, 2000). Araştırmada elde edilen bulgunun alan yazında öngörülenden farklı olması, ülkemizde ergenlik dönemindeki bireylerin genel olarak akademik gelişimlerinin desteklenmesinden ve duygusal boyutun ihmal edilmesinden kaynaklı olabilir. Akademik gelişim ve başarının yanında ergenin her

açından gelişimi için özellikle okullarda görev yapan alan çalışanları için bu bulgu faydalı olabilir.

**5.1.5.6. Yas düzeyinin kaybedilen yakının yakınlık derecesine göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Araştırmada elde edilen bulgulara bakıldığında ergenlerin yas düzeyinin anlamlı düzeyde farklılık göstermesini etkileyen bir değişkende kaybın yakınlık derecesi olarak göze çarpmıştır. Kayıp yaşayan ergenlerin yas ölçeğinden aldıkları puanlar kaybın yakınlık derecesine göre anlamlı farklılık göstermiştir. Bulgulara göre kardeşini kaybeden ergenlerin yas puanları diğer yakınlarını kaybeden ergenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Yas tepkilerinin yoğunluğunu ve süresini değerlendirmede en önemli faktörlerden biri kaybedilen kişinin yakınlık derecesidir (Servaty-Seib & Burleson, 2007). Literatürde kaybın yakınlık derecesi arttıkça yas tepkilerinin yoğunluğundaki artışı vurgulayan çalışmalar mevcuttur (Ayaz, İmren ve Ayaz, 2012; Humphrey, 2017) Araştırmada özellikle kardeş kaybı yaşayan ergenlerin yas tepkilerinin yoğun olmasının nedeni yaş yakınlığı açısından kardeşlerle daha yakın ilişki kurulması olabilir. Alan yazında genellikle anne-baba kaybının ergeni daha çok etkilediği vurgulanmaktadır (Attepe, 2010; Özdal ve Aral, 2005; Raphael, Cubis, Dunne, Lewin & Kelly, 1990). Kardeş kaybı genellikle –kronik bir hastalık olmadığı sürece- beklenmedik ve erken kayıplar olduğu için ergenlerin daha fazla etkilenmesi söz konusu olabilir. Ancak yine de bu faktör incelerken kaybın oluş şekline, özellikle bir süreç şeklinde mi yoksa ani şekilde mi gerçekleştiğine odaklanmak faydalı olabilir.

**5.1.5.7. Yas düzeyinin yakınıni kaybetme şekline göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmanın bulgularına göre kaybın oluş şeklinin ergenlerin yas düzeylerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı gözlenmemiştir. Kaybın ani (trafik kazası, intihar vb. gibi), kronik hastalığa bağlı (kalp rahatsızlıkları, alzheimer, demans vb. gibi) veya kansere bağlı yaşanması ergenlerin yas tepkilerini etkilememiştir. Araştırmanın bu bulgusu alan yazın tarafından desteklenmemektedir. Alan yazına bakıldığında ani kayıpların daha yoğun yas tepkilerine neden olduğunu gösteren çalışmalar mevcutken, kronik hastalığa bağlı kayıplar bir süreç gerektirdiği için tepki



yoğunluğunun daha düşük seviyede olması beklenmektedir (Erdur- Baker ve Doğan, 2014; Humphrey, 2017). Kaybın oluş şeklinin ergenlerin yaş tepkileri açısından bir farklılık yaratmaması, yakınıni kaybetme süresi ile bir ilişki bulunmadığı bulgusu ile paralel görülebilir.

### **5.1.5. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının kayıp değişkenlerine göre karşılaştırma sonuçları.**

**5.1.6.1. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının kronik hastalık durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Bu araştırmanın bulgularına göre ergenlerde riskli davranışların kronik hastalıklarının olup olmasına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. Kronik hastalığı bulunan ergenlerin riskli davranış ölçeğinin antisosyal davranış alt boyutundan aldıkları puanlar kronik hastalığı bulunmayan ergenlere göre yüksek olarak gözlenmiştir. Literatüre bakıldığında bu bulguyu destekler nitelikte araştırmaların olduğu görülmektedir. Kronik bedensel hastalıklar, obezite, gelişimsel bozukluklar veya çocukluk çağından süregelen rahatsızlıkların ergenlerde öfke tepkilerine yol açtığı belirtilmektedir (Ergül ve Kalkım, 2011; Erdoğan ve Karaman, 2008). Kronik hastalığı olan ergenlerin öfke düzeylerinin artması antisosyal davranışların daha fazla gösterilmesine neden olabilir. Kronik hastalığı bulunan ergenlerin öfke düzeyleri ile ilgili yapılan araştırmalar alan yazında mevcuttur (Erdoğan ve Kahraman, 2008; Özmen, Özmen, Çetinkaya ve Akil, 2016). Ergenlik döneminde sportif- kültürel etkinliklere yönelmenin koruyucu bir faktör olduğu bilinmektedir (Alikaşifoğlu, 2008; Santrock, 2017; Steinberg, 2017; Swadi, 1999; Şatıroğlu, 2008). Ergen tarafından iyi yönetilemeyen öfke antisosyal davranışların sergilenmesine neden olabilir. Araştırmanın bu bulgusu özellikle ergenlere kronik hastalıkların tanı koyma sürecinde etkin olan tüm paydaşların tanı sonrası yalnızca tıbbi müdahalelerde bulunmak yerine ergenin duygularını tanımasını sağlama ve bunlarla etkili baş etme becerileri kazandırma konusunda aktif olmasında yol gösterebilir.

**5.1.6.2. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının ruhsal hastalık durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmadan elde edilen bulgulara göre ergenlerde görülen riskli davranışlar ruhsal hastalıklarının olup olmamasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir. Ruhsal hastalığı bulunan ergenlerin antisosyal davranışlar, madde bağımlılığı, intihar eğilimi ve okul terki puanları ruhsal hastalığı olmayan ergenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek görülmüştür. Ruhsal hastalığı bulunan ergenlerin riskli davranış ölçeğinden aldıkları toplam puan da diğerlerinden daha yüksektir. Ergenlik dönemi bireyin belki de doğuştan beri getirdiği patolojik örüntünün açığa çıkabildiği bir zaman dilimidir (Santrock, 2014). Ruhsal hastalığı bulunan ergenlerin riskli davranışları daha sık sergileyebildiği alan yazında pek çok araştırmacı tarafından açıklanmaktadır (Çelik vd., 2011; Görker, Korkmazlar, Durukan ve Aydoğdu, 2004; Kılıç, 2012; Özbay, Örsel, Akdemir ve Cinemre, 2002). Ruhsal hastalık tanısı almış olan ergenlerin riskli davranışlara yönelimde dezavantajlı olduğu söylenebilir. Bulgular ışığında özellikle ortaöğretim kurumlarında çalışan alan uzmanları dezavantajlı olan bu ergen gruplarını belirleyerek koruyucu faktörleri artırıcı çalışmalar aracılığı ile ruhsal hastalık tanısı veya geçmişi bulunan ergenlerin güçlendirilmesini amaçlayan uygulamaları programlarına dâhil edebilir.

**5.1.6.3. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının akademik başarı kaybına göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Araştırmanın bulgularına göre ergenlerde riskli davranışların akademik başarı kaybına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Akademik başarı kaybı yaşayan ergenlerde antisosyal davranış, okul terki ve madde bağımlılığı alt ölçek puanları akademik kayıplar yaşamayan ergenlere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Akademik başarının ergenler için koruyucu bir faktör olduğu riskli davranışlar alan yazınında sıkça belirtilmektedir (Gizir, 2016; Lewinsohn, Rohde & Seeley, 1996; Murdock, Hale & Weber, 2001). Akademik başarı kaybı ergende öfke, umutsuzluk ve yetersizlik duygularını uyandırabilir. Bu nedenle ergen okuldan uzaklaşmak isteyebilir veya öfkesini çevreye/kendine zarar veren davranışlar ile dışa vurabilir. Okuldan uzaklaşma, çeteleşme, kumar oynama gibi davranışlar ise maddenin kötüye kullanımı sonucunu ortaya çıkarabilir. Ergenlerin okulda geçirdikleri ve okul dersleri için ayırdıkları zaman günün büyük bir bölümünü oluşturmaktadır (Santrock, 2014; Siyez, 2013). Okullarda uygulanan önleyici

programlar düşünülürken, okuldan kopan ergenlerin okul dışında korumasız olan ortamlarda riskli alışkanlıklar edinmesi ve bu alışkanlıkların birbirini tetiklemesi söz konusu olabilir.

**5.1.6.4. Riskli davranışlar ölçeği puanlarının bağımlılık durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgular.** Çalışmadan elde edilen bulgulara göre ergenlerde riskli davranışlar bağımlılık durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Bağımlılığı olan ergenlerde riskli davranış puanları bağımlılığı olmayan ergenlerdeki riskli davranış puanlarından pozitif yönde ve anlamlı olarak yüksek olduğu elde edilmiştir. Madde bağımlılığının beraberinde diğer risk faktörlerini de getirdiğini belirten araştırmalar alan yazınca desteklenmektedir (Erdem vd., 2006; Steinberg, 2017; Winters, Latimer & Stinchfield, 2001). Bağımlılık durumu olan ergenlerin suç işleme, intihara eğilim, antisosyal davranışlara yönelme olasılığının daha fazla olduğunu belirten çalışmalar bulunmaktadır (Brook, Balka & Whiteman, 1999; Kenny, 2010; Lang, Waller & Shope, 1996). Herhangi bir bağımlılığa sahip olmanın ergenler için risk faktörü olduğu bilinmektedir (Lerner & Galambos, 1998; Steinberg, 2017; Swadi, 1999). Madde kullanımı olan ergenlerde diğer riskli davranış örüntülerinin de daha fazla sergilenebildiğini ve psikolojik sağlamlıklarının daha düşük olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur (Akdemir ve Çetin, 2008; Akın ve Berkem, 2012; Çataloğlu, 2011; Lewinsohn, Rohde & Seeley, 1998; Siyez, 2006). Madde kullanımı bulunan ergenlerin diğer risk gruplarına temas etmeden koruyucu faktörlerin ortaya konmasının sağlanması yönünde çalışmaların akademik ve sosyal alanda etkin olarak kullanılması gelişimleri açısından faydalı olabilir.

### **5.1.7. Bağımlı ve bağımsız değişkenlerin birbiri ile karşılaştırma sonuçları.**

**5.1.7.1. Bağımlı değişkenlere ilişkin bulgular.** Araştırmanın bulgularına göre ergenlerde riskli davranışları yordamada duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerinin etkisi olduğu görülmüştür. İçsel işlevsel duygu düzenleme becerileri ile madde bağımlılığı, intihar eğilimi ve beslenme alışkanlığı arasında pozitif

yönlü anlamlı ilişki elde edilmiştir. İçsel işlevsel duygu düzenleme bireyin kendisini değerlendirme ve geçmişteki deneyimlerden yol alarak geleceği işleme olarak görülebilir (Duy ve Yıldız, 2014; Thompson & Meyer, 2007). Bireylerde olumlu etki yaptığı genellikle alan yazında belirtilen içsel işlevsel duygu düzenleme becerilerinin riskli davranışlar ile pozitif ilişki içinde olması literatürden farklı bir bulgu olarak görülmektedir (Duy ve Yıldız, 2014; Ercengiz ve Şar, 2017; Yıldız, 2016). Bu farklılık araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel özelliklerinden kaynaklı olabilir.

Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ile antisosyal davranış, madde bağımlılığı, beslenme alışkanlığı ve okul terki davranışları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme bireyin, çevresindeki kişilerin yardımı ile duygularını düzenleyebilmesi olarak değerlendirilebilir (Duy ve Yıldız, 2014). Çalışmanın bu bulgusu alan yazın ile uyumluluk göstermektedir (Davis, 2001; Mocaiber vd., 2010; Türküm, 1999). Ergenin kendi duygularına yoğunlaşmaması ile dışa vurum davranışlarının oranının arttığı bu çalışmanın bulgularına göre düşünülebilir. Bu sonuç, bireyin sürekli kendi dışındaki bireylerin duygulanmalarına bağlı olarak duygularını yaşaması, kendi duygularının farkında olmaması, bastırması olarak yorumlanabilir. Ebeveynlere yönelik çalışan alan uzmanlarının aileleri, küçük yaşlardan itibaren çocuklarına duygu farkındalığı ve duygu ifadelerinin desteklenmesi üzerine eğilmeleri işlevsel olmayan duygu düzenleme örüntülerinin kullanımını azaltarak sağlıklı duygu gelişimi olan bireylerin yetişmesine katkı sunabilir.

İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme becerilerine sahip ergenlerde intihar eğilimi, beslenme alışkanlığı ve okul terki davranışlarının daha sık sergilendiği bulgusu elde edilmiştir. Ergenlerde görülen riskli davranışlar öfke içe vurumu ve öfkenin dışa vurumu olarak da değerlendirilmektedir (Çelik vd., 2011; Özmen vd., 2016; Starner & Peters 2004). Ergenlerin yaşadıkları duyguların farkında olması ancak duygu ifadelerinin gerçekleşmemesi sonucunda öfke yaşayabilecekleri bu durumun da yansıması olarak riskli davranışların görülebileceği söylenebilir. Özellikle intihar davranışı olan ergenlerde duyguların ifade edilmesi konusunda sorunların varlığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Cairns, Cairns, Neckerman, Ferguson & Gariepy, 1989; Sayar, Öztürk ve Acar, 2000).

Bireylerin duygularını ifade etmesi veya etmemesi, duygularını ifade ediş tarzları

içinde bulunulan kültürden de etkilenebilir. Türk toplumu geçmişten beri toplulukçu kültüre sahiptir, ancak son yıllarda modernleşme ile beraber bireyciliğe yönelim artmaktadır. Toplulukçu kültürlerde kişilerin duygularından çok toplumsal duygular ön planda yer almaktadır. Türkiye’de değişmeye başlayan bu paradigma duygusal kararsızlıkları doğurabilir (Kuyumcu ve Güven, 2012).

Öznel iyi oluşu artırma stratejileri ile ergenlerde riskli davranışlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler görülmüştür. İstekleri doyurma stratejisinin; intihar eğilimi, kötü beslenme alışkanlıkları ve antisosyal davranışlar üzerinde etkisinin olduğu görülmüştür. İstekleri doyurma stratejisinin bireyin haz elde etmesine yönelik etkinlikleri içerdiği bilinmektedir (Buss, 2000; Fordyce, 1983; Tkach & Lyubomirsky, 2006).

Araştırmanın bu bulgusu alan yazın tarafından desteklenmektedir (Alikashifoğlu, 2008; Telef, 2014). İstekleri doyurmak öznel iyi oluşu korumayı sağlayabilse de, bireyin doğası gereği olumsuz yönde isteklerin doyurulması ile de riskli davranışların ortaya çıktığı söylenebilir. Bu noktaya psikoanalitik açıdan bakıldığında, Freud’a göre insanın doğası kötüdür ve idin istekleri, ego tarafından yönetilmediği zamanlarda olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (İnanç ve Yerlikaya, 2017). Aynı zamanda Anna Freud ve Stanley Hall gibi kuramcılar ergenlik dönemi bir fırtına dönemi olarak adlandırmaktadır (Santrock, 2014).

Araştırmada mental kontrol yapma stratejisinin ergenlerde antisosyal davranışlar ve intihar eğilimi ile ilişkili olduğu elde edilmiştir. Literatüre bakıldığında mental kontrol ile ilgili çok az sayıda çalışmaya rastlanmaktadır ve bu bulgu alan yazındaki araştırmalar tarafından desteklenmemektedir (Eryılmaz, 2016; Thack & Lyumbomirsky, 2006). Mental kontrol bireyin öznel iyi oluşunu korumasına yardımcı ve uyum sağlama düzeyini artırıcı bir faktör olarak ele alınmaktadır (Eryılmaz, 2012). Bu çerçevede mental kontrolün ergenin riskli davranışlardan korunmasına katkı sağlayacağı düşünülebilir.

Çalışmada elde edilen yas ölçeği ile riskli davranış ölçeği arasındaki ilişkisine bakıldığında, yas yaşayan ergenlerin okul terki ve madde bağımlılığı davranışlarında kayıp yaşamayanlara göre daha yüksek puanları olduğu, ancak diğer alt boyutların yas yaşantısından etkilenmediği görülmüştür. Alan yazın incelediğinde ergenlerin yas

tepkisi olarak madde bağımlılığı, kötü beslenme alışkanlıkları (yeme bozuklukları), intihar eğilimi, okul terki ve antisosyal davranışlar risklerinin hepsini veya birden fazlasını birlikte gösterdiğini bulgulayan çalışmalar mevcuttur (Brent vd., 2009; Arslan, 2012; Evans & Burton, 2013; Gould vd., 1996). Kayıp durumu yaşanmadan önce ergenleri güçlendirmek için yapılacak çalışmalar, hayatın her anında olabilen kayıp durumuna hazırlıklı bireylerin yetişmesini sağlayarak sağlıklı yas süreçlerini de beraberinde getirebilir. Öyle ki kayıp ile etkili bir şekilde baş ederek yas sürecini sağlıklı biçimde tamamlayan ergenlerin olumsuz yaşam olayları ile başa çıkma konusunda güvenleri de gelişebilir. Böyle olumlu bir katkının sağlanması için ebeveyn ve öğretmenlerin ergenlerin gelişim sürecindeki riskleri iyi analiz etmeleri faydalı olabilir, bu çalışma ebeveyn ve yas yaşayan ergenlerle temas halinde bulunan tüm yetişkinlere riskli davranışları değerlendirme de yol gösterebilir.

Araştırmada riskli davranışlardan okul terki ve madde bağımlılığı davranışının yas düzeyi ile pozitif yönde anlamlı ilişkisi bulunmuştur. Ergenlerde okul terkinin kayıplarla ilişkili olabildiğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Deschamps, 1992). Madde bağımlılığı davranışı ise alan yazında komplike yas- abartılmış yas tepkileri içinde değerlendirilmektedir (Balcı- Çelik, 2006; Bildik, 2013). Aynı zamanda madde bağımlılığının beraberinde kayıpları da getirdiği bilinmektedir (Özmen ve Kubanç, 2013). Bu çalışmada yas düzeyi ile yalnızca okul terki ve madde bağımlılığı davranışlarının ilişkili çıkmasının nedeni, çalışma grubunun genel yas düzeyi ve riskli davranış puanlarının düşük olmasından kaynaklanabilir. Yas düzeyinin artması ve yas tepkilerinin patolojik veya kronik hale gelmesi ile riskli davranışların sergilendiği bilinmektedir (Erdur- Baker ve Doğan, 2014). Ancak bu bulgular ışığında da kayıp ve yas yaşantısının ergenlerde riskli davranışların ortaya çıkmasında etkili olabildiği söylenebilir.

#### ***5.1.7.2. Bonferroni düzeltmeli ikili karşılaştırmaya ilişkin bulgular.***

Çalışmadan elde edilen bulgulara göre yas ölçeğinden yüksek puan alan ergenlerin duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerine bağlı olarak riskli davranışlarına bakıldığında okul terki ve madde bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanın yüksek olduğu görülmüştür. Madde bağımlılığı ve okul terki risk grupları

ergenin yas yaşama düzeyinden, yas yaşayan ergenin duygu düzenleme becerilerinden, öznel iyi oluşu artırma stratejilerinden etkilenmektedir. Ergenlik dönemine kadar birey pek çok akademik, kişisel, sosyal beceri geliştirebilir. Ancak ergenlik döneminde bu becerilere yenilerini ekleyerek etkili bir şekilde kullanması dönemin sağlıklı geçmesine katkı sunabilir. Duygu düzenleme becerilerini işlevsel olarak kullanan ergenlerin yas süreci gibi sancılı bir dönemi uyum sağlayarak atlattıkları daha kolay olabilir, bu durum da önceden kazandığı beceriler ile ergenlik döneminin bilişsel ilerlemeleri ile sağlanabilir. Yas sürecinde, duyguların tanınması, doğru şekilde ifade edilmesi hem kişinin iyilik halini olumlu etkileyebilir hem de alacağı sosyal destek mekanizmalarını daha kolay harekete geçirmesini sağlayabilir. Böylece kaybına uyum sağlayarak baş etmesi kolay hale gelebilir. Duyguların farkındalığı sayesinde iyi oluş düzeyinin arttığını bildiren çalışmalar alan yazında mevcuttur (Kuyumcu ve Güven, 2012; Özbay, Palancı, Kandemir ve Çakır, 2012). Duygu farkındalığı bireyin olumlu duyguları daha iyi kavramasını sağlamaktadır, olumlu duygulanmalar ile hissedilen mutluluk öznel iyi oluşa katkı sunmaktadır (Işık ve Bedel, 2015). İyi oluşu artırıcı stratejileri etkili şekilde kullanan ergenin kayıp durumlarına daha kolay uyum sağlaması beklenmektedir (Erol ve Öner, 1999). Öznel iyi oluşu yüksek olan ergenlerin olumsuz durumlarda azalan iyi oluşlarını öznel iyi oluşu artırıcı stratejiler yardımı ile yeniden uyum kurma düzeylerinin daha yüksek olacağı beklenmektedir. Öznel iyi oluşun yüksek olması okul ilgisi ve akademik başarıya olumlu dönütler sağlayabileceği gibi ergenin riskli davranışlara yönelimini de azaltabilir.

Özetle; duygu düzenleme becerileri ile öznel iyi oluşu artırma stratejileri birbirine bağlı şekilde ilerleyen süreçler olarak görülebilir. Duygu düzenleme becerilerini olumlu yönde kullanan ergenlerin duyguları tanımlama, ifade etme düzeyleri daha yüksek olacağından öznel iyi oluşa olumlu katkılar sağlayabilir. Duyguların olumlu yönetilmesi ile beraber öznel iyi oluşu artırma stratejileri de işlevsel bir şekilde gelişebilir. Ergenin yaşamındaki olası bir kayıp durumu ve sonucunda oraya çıkan evrensel yas süreci bu beceriler sayesinde travmatik veya patolojik hale gelmeden yeni duruma uyum ile sağlanabilir. Bu durum ergenin riskli davranışlara yönelimini azaltıcı koruyucu bir rol üstlenebilir.

Bu araştırmanın bulgularına göre kayıp ve yas yaşantısı olan ergenlerin riskli davranışlara yöneliminin daha fazla olduğu elde edilmiştir. Kayıp yaşayan ergenlerin

duygu d¼zenleme becerileri ve ¼znel iyi oluŖu artırma stratejilerini kullanımı riskli davranıŖların yordanmasını etkileyen bir fakt¼r olarak g¼r¼lebilir.

## 5.2. ¼neriler

AraŖtırmanın bu b¼l¼m¼nde alan uygulayıcılarına ve bu kavramlar ile ¼alıŖma yapmak isteyen araŖtırmacılara y¼nelik bazı ¼nerilere yer verilmiŖtir.

1. Ergenlik d¼nemindeki dezavantajlı gruplarla yapılacak duygu d¼zenleme becerileri ve ¼znel iyi oluŖu artırma stratejilerinin artırılmasına y¼nelik deneysel ¼alıŖmaların yapılması faydalı olabilir.
2. Bu araŖtırmanın yalnızca bir ili ve belirli sayıdaki ¼ğrenciyi kapsamaması bir sınırlılık olduğundan, bu araŖtırmaya benzer ¼alıŖmaların farklı illerde ve daha geniŖ ¼alıŖma grubu ile yapılması alan ¼alıŖanlarına yol g¼sterici olabilir.
3. Okul psikolojik danıŖmanlarının yas danıŖmanlıėı ve dezavantajlı grupların sağlamlığını artırmaya y¼nelik becerilerinin geliŖtirilmesini amaçlayan hizmetiçi eğitimler artırılabilir.
4. Ergenlik d¼nemi genel ¼zellikleri ve ergen-anne-baba iletiŖimi konusunda ailelerin bilgilendirilmesi faydalı olabilir.
5. Kayıp tepkileri ve riskli davranıŖlar arasındaki iliŖkide duygu d¼zenleme becerileri ve ¼znel iyi oluŖu artırma stratejilerinin etkisini belirgin bir Ŗekilde araŖtırılması i¼in bu ¼erçevede geliŖtirilen bir program yardımı ile deneysel bir ¼alıŖma yapılabilir.



## KAYNAKÇA

- Akan, Ş. (2014). *Obsesif kompulsif bozukluk ve depresyon tanısı alan kişilerde duygu düzenleme süreçlerinin Gross' un süreç modeline göre incelenmesi*. (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Akdemir, D. ve Çetin, F. Ç. (2008). Çocuk ve ergen psikiyatrisi bölümüne başvuran ergenlerin klinik özellikleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(1), 5-13.
- Akın, E. ve Berkem, M. (2012). İntihar girişiminde bulunan ergenlerde psikiyatrik tanıların, demografik ve klinik özelliklerin değerlendirilmesi. *Fırat Tıp Dergisi*, 17(4), 228-232.
- Aktepe, E., Kandil, S., Göker, Z., Sarp, K., Topbaş, M. ve Özkorumak, E. (2006). İntihar girişiminde bulunan çocuk ve ergenlerde sosyodemografik ve psikiyatrik özelliklerin değerlendirilmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 5(6).
- Al Nima, A., Archer, T., & Garcia, D. (2013). The happiness-increasing strategies scales and well-being in a sample of Swedish adolescents. *Int. J. Happiness and Development*, 1(2).
- Aldao, A. (2013). The future of emotion regulation research: Capturing context. *Perspectives on Psychological Science*, 8(2), 155-172.
- Alikaşifoğlu, M. (2008). Ergenlerde davranışsal sorunlar. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi: Adolesan Sağlığı II*, 63, 55-59.
- Alisinanoğlu, F. (2002). Gençlik dönemi özellikleri ve genç anne baba iletişimi. *Eğitim ve Bilim*, 27 (123), 62-63.
- Aloise-Young, P. A., Cruickshank, C., & Chavez, E. L. (2002). Cigarette smoking and perceived health in school dropouts: a comparison of Mexican American and non-Hispanic white adolescents. *Journal of Pediatric Psychology*, 27(6), 497-507.
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: a meta-analysis. *Psychological bulletin*, 110(1), 26.

- American Psychological Association. (2002). *A reference for professionals: Developing adolescents*. Retrieved from <https://www.apa.org/pi/families/resources>
- Annak, B. B. (2005). *Sosyal destek, sosyal ağ, yaşam kalitesi ve yaşam doyumu: Duygu-durum ve anksiyete bozukluğu tanısı alan kişiler ve düzenli hemodiyaliz tedavisi gören hastalar açısından bir karşılaştırma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Archer, S. L. (1989). Adolescent identity: An appraisal of health and intervention. *Journal of adolescence*, 12(4), 341.
- Arslan, D. T. ve Akbulut, Y. (2017). Sağlık bakanlığının uyuşturucuya yönelik politikalarının analizi. *Addicta: The Turkish journal on addictions*, 4(2), 151–180.
- Arslan, G. (2012). *Ortaöğretimde öğrenim gören ergenlerde görülen problem davranışların aile sorunları, aile yapısı açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Arthaud-Day, M. L., Rode, J. C., Mooney, C. H., Near, J.P. & Baldwin, T. T. (2005). The subjective well-being construct: A test of its convergent, discriminant, criterion, and factorial validity. *Social Indicators Research*, 74, 445–476.
- Attepe, A. G. S. (2010). Anne baba kaybının çocuklar üzerindeki etkileri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 23(23), 23-28.
- Ayaz, A. B., İmren, S. G. ve Ayaz, M. (2012). Ergenlerde arkadaş ölümü sonrası travma belirtileri ve ilişkili etmenler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15(4), 199-207.
- Aydın, A. ve Akgün, S. (2014). Ergenlikte reaktif-proaktif saldırganlık, öfke ve narsisizm Birliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 29(73), 44-56.
- Balcı-Çelik, S. (2006). Yas ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 25, 105-111.
- Balcı-Çelik, S. (2011). Ergenlerin yasa karşı tutumlarının cinsiyet ve depresyon düzeyleri açısından karşılaştırılması. *İlköğretim Online*, 10(2), 735-742.

- Balk, D. (1983). Adolescents' grief reactions and self-concept perceptions following sibling death: A study of 33 teenagers. *Journal of Youth and Adolescence*, 12(2), 137-161.
- Balseven, A., Özdemir, Ç., Tuğ, A., Hancı, G. H. ve Doğan, Y. (2002). Madde kullanımı, bağımlılıktan korunma ve medya. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 11(3), 91-93.
- Bandura, A. (1969). Social-learning theory of identificatory processes. *Handbook of socialization theory and research*, Chapter III, 213-262.
- Bayraktar-Özgeldi, E. (2018). *Belirsiz kayıp: aile bireyleri üzerindeki etkileri ve belirsiz kayıpla başa çıkmada etkili değişkenler*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Baytemir, K. (2016). Ergenlikte ebeveyn ve akrana bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide kişilerarası yeterliğin aracılığı. *Eğitim ve Bilim*, 41(186), 69-91.
- Berker, A. (2017). Zorunlu göçün yol açtığı refah kaybının incelenmesi: Yaşam memnuniyeti yaklaşımı. *METU Studies in Development*, 43(3), 675-706.
- Berndt, T. J. (1982). The features and effects of friendship in early adolescence. *Child development*, 5(6), 1447-1460.
- Betancourt, T. S., Newnham, E. A., Layne, C. M., Kim, S., Steinberg, A. M., Ellis, H.,.....Birman, D. (2012). Trauma history and psychopathology in war-affected refugee children referred for trauma-related mental health services in the United States. *Journal of Traumatic Stress*, 25(6), 682-690.
- Beyazyürek, M. ve Şatır, T. T. (2000). Madde kullanım bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 4(2), 50-56.
- Bildik, T. (2013). Ölüm, kayıp, yas ve patolojik yas. *Ege Tıp Dergisi*, 52(4), 223-229.
- Bilim, G. (2012). *Çocukluk çağı örselenme yaşantıları: duygu düzenleme, kişiler arası tarz ve genel psikolojik sağlık açısından bir inceleme*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Blankfield, A. (1982). Grief and alcohol. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 9(4), 435-446.
- Bonino, S., Cattelino, E., Ciairano, S., Mc Donald, L., & Jessor, R. (2005). *Adolescents and risk: Behavior, functions, and protective factors* (pp. 117-29). New York: Springer.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss v. 3 (Vol. 1). Random House. Furman, W., and Buhrmester, D.(2009). Methods and measures: The network of relationships inventory: Behavioral systems version. *International Journal of Behavioral Development*, 33, 470-478.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Brendgen, M., Lamarche, V., Wanner, B., & Vitaro, F. (2010). Links between friendship relations and early adolescents' trajectories of depressed mood. *Developmental psychology*, 46(2), 491.
- Brent, D., Melhem, N., Donohoe, M.B., & Walker, M. (2009). The incidence and course of depression in bereaved youth 21 months after the loss of a parent to suicide, accident, or sudden natural death. *Am J Psychiatry*, 166 (7), 786-794.
- Breuer, J. (1955). Theoretical from Studies on hysteria. In *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume II, Studies on Hysteria*, 183-251.
- Brook, J. S., Balka, E. B., & Whiteman, M. (1999). The risks for late adolescence of early adolescent marijuana use. *American Journal of Public Health*, 89(10), 1549-1554.
- Brown, S. L., & Ireland, C. A. (2006). Coping style and distress in newly incarcerated male adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 38(6), 656-661.
- Bulik, C. M. (1987). Eating disorders in immigrants: Two case reports. *International Journal of Eating Disorders*, 6(1), 133-141.
- Burgess, A. W., Hartman, C. R., & Clements, P. T. (1995). Biology of memory and childhood trauma. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 33(3), 16-26.

- Buss, D. M.(2000). The Evolution of Happiness. *American Psychologist*, 55, 15-23.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Deneyisel desenler: öntest-sontest kontrol grubu, desen ve veri analizi*. Ankara: Pegem Akademi Yayınevi.
- Cairns, R., Cairns, B., Neckerman, H., Ferguson, L., & Garipey, J. (1989). Growth and aggression: 1. Childhood to early adolescence. *Development Psychology*, 25(2), 320-330.
- Canbay, H. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Cavanaugh, J. C., & Blanchard-Fields, F. (2006). *Adult development and aging*. Wadsworth: Thomson Learning, Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/2006-02914-000>.
- Chassin, L., Pillow, D. R., Curran, P. J., Molina, B. S., & Barrera Jr, M. (1993). Relation of parental alcoholism to early adolescent substance use: A test of three mediating mechanisms. *Journal Of Abnormal Psychology*, 102(1), 3.
- Cicchetti, D. E., & Toth, S. L. (1997). *Developmental perspectives on trauma: Theory, research, and intervention*. New York: University of Rochester Press. Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/1997-36663-000>.
- Cicognani, E. (2011). Coping strategies with minor stressors in adolescence: Relationships with social support, self-efficacy, and psychological well-being. *Journal of Applied Social Psychology*, 41(3), 559-578.
- Clark, D. B., Vanyukov, M., & Cornelius, J. (2002). Childhood antisocial behavior and adolescent alcohol use disorders. *Alcohol Research And Health*, 26(2), 109-115.
- Cleary, S. D. (2000). Adolescent victimization and associated suicidal and violent behaviours. *Adolescence*, 35(140), 671-692.
- Cloutier, R. (1994). Ergenlik psikolojisinde kuramlar (Çev. B. Onur). *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 27(2), 1301-3718.

- Cohen, P., Brook, J. S., Cohen, J., Velez, C. N., & Garcia, M. (1990). 13 Common and uncommon pathways to adolescent psychopathology and problem behavior. *Straight and Devious Pathways From Childhood to Adulthood*, 242.
- Costa, F. M., Jessor, R., & Turbin, M. S. (1999). Transition into adolescent problem drinking: the role of psychosocial risk and protective factors. *Journal of Studies on Alcohol*, 60(4), 480-490.
- Çakaloz, B., Ünlü, G., Terzioğlu, M. A., Kapubağlı, N. ve Tekkanat, Ç. (2016). Çocuklarda suç davranışı ile sosyodemografik özelliklerin ve zekanın ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(5), 411-418.
- Çataloğlu, B. (2011). *Madde kullanan ve kullanmayan ergenlerin psikolojik sağlık ve aile işlevleri açısından karşılaştırılması*.(Doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Çavuş, F. Ö., Görpelioğlu, S. ve Çavuş, U. Y. (2017). Ankara ilindeki ergenlerde riskli davranışların sıklığı, dağılımı. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 21(1), 2-16.
- Çeçen-Eroğul, A. R. ve Dingiltepe, T. (2012). Parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyumu düzeyleri ile yaşam kalite düzeylerinin karşılaştırılması. *İlköğretim Online*, 11(4), 1077-1086.
- Çelik, G., Yıldırım, V., Metin, Ö., Tahiroğlu, A., Toros, F., Avcı, A., .....Karayazı, İ. (2011). Özkıyım girişimi olan ergenlerde ruhsal bozukluklar, benlik ve aile işlevselliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(4), 280- 286.
- Çevik, N. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordayan bazı değişkenler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Davies, B. (1991). Long-term outcomes of adolescent sibling bereavement. *Journal of Adolescent Research*, 6(1), 83-96.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Derin, S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş*.(Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II, Sempozyum Dizisi*, (63), 19-21.
- Deschamps, A. B. (1992). *An integrative review of research on characteristics of dropouts*. (Unpublished Doctoral Dissertation) The George Washington University, USA.
- Deykin, E. Y., Levy, J. C., & Wells, V. (1987). Adolescent depression, alcohol and drug abuse. *American Journal of Public Health*, 77(2), 178-182.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542- 575.
- Diener, E. (1995). A value based index for measuring national quality of life. *Social Indicators Research*, 36(2), 107-127.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34- 43.
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Applied Research In Quality of Life*, 1(2), 151-157.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403-425.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Diñçel, E. (2006). *Ergenlik dönemi gelişimsel ödevleri ve psikolojik problemler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Dishion, T. J. (2000). Cross-setting consistency in early adolescent psychopathology: Deviant friendships and problem behavior sequelae. *Journal of Personality*, 68(6), 1109-1126.
- Dizer, D. (2008). *Sakarya ilindeki liseli ergenlerin 1999 marmara depremi sonrası travmayı algılama, sosyal destek sistemleri ve umutsuzluk belirtilerinin*

*incelenmesi.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Doğan, D. G. ve Ulukol, B. (2010). Ergenlerin sigara içmesini etkileyen faktörler ve sigara karşıtı iki eğitim modelinin etkinliği. *Turgut Özal Tıp Merkezi Dergisi*, 17(3), 179- 185.

Doğan, M., Öztürk, S., Esen, F., Demirci, E. ve Öztürk, M. A. (2018). İntihar girişiminde bulunan çocuk ve ergenlerin değerlendirilmesi. *Bozok Medical Journal*, 8(3), 30.

Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2013). Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107-117.

Doherty, W. J., & Needle, R. H. (1991). Psychological adjustment and substance use among adolescents before and after a parental divorce. *Child Development*, 62(2), 328-337.

Dursun, A. (2015). *Anne babası boşanmış ergenlerin öznel iyi oluşunu artırma programının etkinliğinin incelenmesi.* (Yüksek lisans tezi). Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir.

Duy, B. ve Yıldız, M. A. (2014). Ergenler için duygu düzenleme ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(41), 23-35.

Duy, B. ve Yıldız, M. A. (2014). Farklı zorbalık statüsüne sahip erinlerde okula bağlanma ve yalnızlık. *Eğitim ve Bilim*, 39 (174), 173- 188.

Dülger, H. E., Tokdemir, M., Tezcan, E. A., Kuloğlu, M. ve Doğan, I. (1997). Elazığ islahesindeki çocuk ve ergen hükümlülerde kendini yaralama davranışı. *Düşünen Adam*, 10(4), 18-21.

Dyregrov, A., Kristoffersen, J. I., Matthiesen, S. B., & Mitchell, J. T.(1994) Gender differences in adolescents' reactions to the murder of their teacher, *Journal of Adolescent Research*, 9(3), 363- 383.

Dyregrov, A., & Güvenç, G. (2000). *Çocuk, kayıplar ve yas: Yetişkinler için el kitabı.* Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.



- Eğrilmez, A. ve Kültür, S. (1988). Suisid girişiminde bulunan ergenlerde yatıklaştırıcı etkenler ve aile yapısı. *24. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi*. Ankara: UDK Yayınevi.
- Ekşi, A. (1990). *Çocuk, genç, ana babalar*. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Else-Quest, N. M., Hyde, J. S., Goldsmith, H. H., & Van Hulle, C. A. (2006). Gender differences in temperament: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *132*, 33-72.
- Ercengiz, M. ve Şar, A. H. (2017). Ergenlerde internet bağımlılığının yordayıcı olarak duygu düzenlemedeki rolü. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Dergisi*, *7* (1), 183-194.
- Erdem, G., Eke, C. Y., Ögel, K. ve Taner, S. (2006). Lise öğrencilerinde arkadaş özellikleri ve madde kullanımı. *Bağımlılık Dergisi*, *7*(3), 111-116.
- Erden, G. ve Gürdil, G. (2009). Savaş yaşantılarının ardından çocuk ve ergenlerde gözlenen travma tepkileri ve psiko-sosyal yardım önerileri. *Türk Psikoloji Yazıları*, *12*(24), 1-13.
- Erdoğan, A. ve Karaman, M. G. (2008). Kronik ve ölümcül hastalığı olan çocuk ve ergenlerde ruhsal sorunların tanınması ve yönetilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *9*(4), 244.
- Erdur- Baker, Ö. ve Doğan, T. (2014). *Afetler, krizler, travmalar ve psikolojik yardım*. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları.
- Ergin, A. (2002). Liseli adolesanlarda intihara yönelik riskli davranışların sıklığı. V. *Ulusal Aile Hekimliği Kongre Programı ve Kitabı*, 27-30.
- Ergül, Ş. ve Kalkım, A. (2011). Önemli bir kronik hastalık: çocukluk ve ergenlik döneminde obezite. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, *10*(2), 223-230.
- Erikson, E. H. (1958). The nature of clinical evidence. *Daedalus*, *87*(4), 65-87.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle: Selected papers*. Oxford: International Universities Press, Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/1959-15012-000>.
- Erikson, E. H. (1994). *Identity: Youth and crisis (No. 7)*. New York: WW Norton & Company, Retrieved from [www.books.google.com](http://www.books.google.com).

- Erol, N. ve Öner, Ö. (1999). Travmaya psikolojik tepkiler ve bunlara yaklaşım. *Türk Psikoloji Bülteni*, 5(14), 40-49.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik döneminde stres ve başa çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 20-37.
- Eryılmaz, A. (2010). Ergenler için öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(33), 81-88.
- Eryılmaz, A. (2010). Ergenlerde öznel iyi oluşu artırma stratejilerini kullanma ile akademik motivasyon arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri*, 13(2), 77-84.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2010). Öznel iyi oluş ile algılanan kontrol arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 9(3), 952-959.
- Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte öznel iyi oluş ve beş faktörlü kişilik modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 189-203.
- Eryılmaz, A. ve Aypay, A. (2011). Ergenlerin derse katılmaya motive olmaları ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1220-1233.
- Eryılmaz, A. (2012). Mental kontrol: Ergenler öznel iyi oluşlarını nasıl korurlar. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25(1), 27-34.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2016). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 139- 151.
- Esbensen, F. A., & Osgood, D. W. (1999). Gang resistance education and training (GREAT): Results from the national evaluation. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 36(2), 194-225.
- Evans, C. B., & Burton, D. L. (2013). Fi, types of child maltreatment and subsequent delinquency: Physical neglect as the most significant predictor. *Journal of Child Adolescent Trauma*, 6(4), 231-245.
- Evans, E., Hawton, K., & Rodham, K. (2005). Suicidal phenomena and abuse in adolescents: a review of epidemiological studies. *Child abuse & neglect*, 29(1), 45-58.

- Fanos, J. H., & Nickerson, B. G. (1991). Long-term effects of sibling death during adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 6(1), 70-82.
- Farrington, D. P. (1987). Early precursors of frequent offending. In *Families, schools, and delinquency prevention*, 27-50.
- Farrington, D. P. (2005). Childhood origins of antisocial behavior. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 12(3), 177-190.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.
- Fordyce, M.W. (1977). Development of a program to increase happiness. *J Couns Psychol*, 24, 511-521.
- Fordyce, M. W. (1983). A program to increase happiness: Further studies. *Journal of counseling psychology*, 30(4), 483.
- Forgatch, M. S., & Patterson, G. R. (2010). Parent Management Training—Oregon Model: An intervention for antisocial behavior in children and adolescents. In J. R. Weisz & A. E. Kazdin (Eds.), *Evidence-based psychotherapies for children and adolescents* (pp. 159-177). New York: The Guilford Press, Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/2010-09488-011>.
- Frankel, J., & Dullaert, J. (1977). Is adolescent rebellion universal?. *Adolescence*, 12(46), 227.
- Freud, A. (1946). The psychoanalytic study of infantile feeding disturbances. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 2(1), 119-132.
- Garzouzie, G. (2011). *The psychological experiences of grieving for adolescents recently bereaved of a parent* (Doctoral dissertation). University of Stellenbosch, Stellenbosch.
- Gençtanırım, D. ve Ergene, T. (2014). Riskli davranışlar ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *International Journal of Social Science*, 25(1), 125-138.
- Gizir, C. A. (2016). Psikolojik Sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.

- Goldschmidt, P., & Wang, J. (1999). When can school affect dropout behavior? A longitudinal multilevel analysis. *American Educational Research Journal*, 36(4), 715-738.
- Gould, M. S., Fisher, P., Parides, M., Flory, M., & Shaffer, D. (1996). Psychosocial risk factors of child and adolescent completed suicide. *Archives of General Psychiatry*, 53(12), 1155–1162.
- Gould, M. S., & Kramer, R. A. (2001). Youth suicide prevention. *Suicide and life-threatening behavior*, 31(1), 6-31.
- Görker, I., Korkmazlar, Ü., Durukan, M. ve Aydoğdu, A. (2004). Çocuk ve ergen psikiyatri kliniğine başvuran ergenlerde belirti ve tanı dağılımı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(2), 103-10.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54.
- Gray, J. A. (1987). The neuropsychology of emotion and personality. In S. M. Stahl, S. D. Iversen, and E. C. Goodman (Eds.), *Cognitive Neurochemistry*, 171- 190.
- Greenberg, L. S. (2004). Emotion-focused therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 11(1), 3-16.
- Grinder, R. E. (1969). The concept of adolescence in the genetic psychology of G. Stanley Hall. *Child Development*, 40(2), 355-369.
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1993). Emotional suppression: physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 970.
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2(2), 151-164.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion*, 13(5), 551-573.
- Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214-219.

- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. *Emotion Regulation in Couples and Families: Pathways to Dysfunction and Health*, 13-35.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Eds.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York, US: The Guilford Press.
- Gruber, E., DiClemente, R. J., Anderson, M. M., & Lodico, M. (1996). Early drinking onset and its association with alcohol use and problem behavior in late adolescence. *Preventive Medicine*, 25(3), 293-300.
- Gutman, L. M., Eccles, J. S., Peck, S., & Malanchuk, O. (2011). The influence of family relations on trajectories of cigarette and alcohol use from early to late adolescence. *Journal of Adolescence*, 34(1), 119-128.
- Günay, G. ve Bener, Ö. (2011). Kadınların toplumsal cinsiyet rolleri çerçevesinde aile içi yaşamı algılama biçimleri. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 153(153), 157- 171.
- Gürdal, C., Sevi Tok, E.S. ve Sorias, O. (2018). Erken kayıplar, bağlanma, mizaç-karakter özellikleri ve duygu düzenlemenin psikopatoloji gelişimi üzerine etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 29 (3), 180-192.
- Hagan, J., Simpson, J., & A.R. Gills (1987). Class in the households: A power control theory of gender and delinquency. *American Journal of Sociology*, 92(4), 788-816.
- Hair, E. C., Park, M. J., Ling T. J., & Moore, K. A. (2009). Risky behaviors in late adolescence: co-occurrence, predictors, and consequences. *Journal of Adolescent Health*, 45, 253–261.
- Hall, G. S. (1891). The moral and religious training of children and adolescents. *The Pedagogical Seminary*, 1(2), 196-210.

- Hamama, L., & Arazi, Y. (2012). Aggressive behaviour in at-risk children: contribution of subjective well-being and family cohesion. *Child & Family Social Work, 17*(3), 284-295.
- Hamdan, S., Mazariegos, D., Melhem, N. M., Porta, G., Payne, M. W., & Brent, D. A. (2012). Effect of parental bereavement on health risk behaviors in youth: a 3-year follow-up. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 166*(3), 216-223.
- Hampel, P., & Petermann, F. (2006). Perceived stress, coping, and adjustment in adolescents. *Journal of Adolescent Health, 38*, 409-415.
- Hansen, N. B., Cavanaugh, C. E., Vaughan, E. L., & Sikkema, K. J. (2009). The influence of personality disorder indication, social support, and grief on alcohol and cocaine use among HIV-positive adults coping with AIDS-related bereavement. *AIDS Behaviour, 13*, 375-384.
- Harrison, L., & Harrington, R. (2001). Adolescents' bereavement experiences. Prevalence, association with depressive symptoms, and use of services. *Journal of adolescence, 24*(2), 159-169.
- Haskan- Avcı, Ö. ve Yıldırım, İ. (2015). Ergenlerde şiddet eğiliminin görülme sıklığı. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi, 8*(1), 106-124.
- Henry, K. L., Stanley, L. R., Edwards, R. W., Harkabus, L. C., & Chapin, L. A. (2009). Individual and contextual effects of school adjustment on adolescent alcohol use. *Prevention Science, 10*(3), 236-247.
- Hill, L. G., & Werner, N. E. (2006). Affiliative motivation, school attachment, and aggression in school. *Psychology in the Schools, 43*(2), 231-246.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and individual differences, 48*(5), 658-663.
- Hoffman, C. J., Ersser, S. J., Hopkinson, J. B., Nicholls, P. G., & Harrington, J. E. (2012). Effectiveness of mindfulness-based stress reduction in mood, breast- and endocrine-related quality-of-life, and wellbeing in Stage 0 to III breast cancer: A randomized, controlled trial. *Journal of Clinical Oncology, 35*, 231-241.

- Hogan, N. S. (1988). The effects of time on the adolescent sibling bereavement process. *Pediatric nursing*, 14(4), 333.
- Hogan, N. S., & Greenfield, D. B. (1991). Adolescent sibling bereavement symptomatology in a large community sample. *Journal of Adolescent Research*, 6(1), 97-112.
- Holmbeck, G. N., & Hill, J. P. (1988). Storm and stress beliefs about adolescence: Prevalence, self-reported antecedents, and effects of an undergraduate course. *Journal of Youth and Adolescence*, 17(4), 285-306.
- Horowitz, MJ., Siegel B., Holen A., Bonanno GA., Milbrath C., & Stinson CH. (1997). Diagnostic criteria for complicated grief disorder. *Am J Psychiatry*, 154, 904-910.
- Howarth, R. (2011). Concepts and controversies in grief and loss. *Journal of Mental Health Counseling*, 33(1), 4-10.
- Howe, D. (2005). *Child abuse and neglect: Attachment, development and intervention*. London: Macmillan International Higher Education, Retrieved from [www.books.google.com](http://www.books.google.com).
- Humara, M. J., & Sherman, M. F. (1999). Brief report situational determinants of alcohol abuse among caucasian and african-american college students. *Addictive Behaviors*, 24(1), 135-138.
- Humphrey, M. K. (2017). *Kayıp ve yas için danışmanlık becerileri* (F. Tanhan, Çev). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Işık, E. ve Bedel, A. (2015). Ergenlerde başa çıkma stratejileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (34), 53-60.
- İlhan, T. (2005). *Öznel iyi oluşa dayalı mizah tarzları modeli*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- İnanç, B. Y. ve Yerlikaya, E. E. (2018). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi Yayınevi.
- Jamison, J., & Myers, L. B. (2008). Peer-group and price influence students drinking along with planned behaviour. *Alcohol & Alcoholism*, 43(4), 492-497.

- Jessor, R. (1987). Problem-behavior theory, psychosocial development, and adolescent problem drinking. *British Journal of Addiction*, 82(4), 331-342.
- Jessor, R. (1991). Risk behavior in adolescence: A psychosocial framework for understanding and action, *Journal Of Adolescent Health*, 12(8), 597-605.
- Jessor, R., Van Den Bos J., Vanderryn, J., Costa, F.M., & Turbin, M. (1995). Protective factors in adolescent problem behavior: moderator effects and developmental change. *Developmental Psychology*, 31(6), 923-933.
- Jessor, R. (Ed.). (1998). *New perspectives on adolescent risk behavior*. Cambridge: Cambridge University Press, Retrieved from [www.books.google.com](http://www.books.google.com).
- Jessor, R., Turbin, M. S., Costa, F. M., Dong, Q., Zhang, H., & Wang, C. (2003). Adolescent problem behavior in China and the United States: A cross-national study of psychosocial protective factors. *Journal of Research on Adolescence*, 13(3), 329-360.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72(6), 1301-1334.
- Johnson, N. L., Carini, L., Schenk, M. E., Stewart, M., & Byrnes, E. M. (2011). Adolescent opiate exposure in the female rat induces subtle alterations in maternal care and transgenerational effects on play behavior. *Frontiers in Psychiatry*, 2, 29.
- Kandel, D. B., & Wu, P. (1995). The contributions of mothers and fathers to the intergenerational transmission of cigarette smoking in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 5(2), 225-252.
- Karababa, A. ve Dilmaç, B. (2015). Ergenlerde insani değerlerin sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerini yordamadaki rolü. *İlköğretim Online*, 14(3), 1149- 1158.
- Karagöz, B. (2010). *Alkol veya madde bağımlısı bir grupta kendini yaralama davranışının incelenmesi: Çocukluk dönemi istismarı ve ihmali ile duygu düzenleme güçlüğü faktörleri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.



- Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Gençoğlu, C. ve Yılan, G. (2010). Lise öğrencilerinde trafik, madde kullanımı ve toplumsal konuyla ilgili risk alma davranışı. *Eğitim ve Bilim*, 32(142), 72- 79.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kenny, D. T. (2010). The role of negative emotions in performance anxiety. *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*, 425-451.
- Ketterlinus, R. D., & Lamb, M. E. (1994). Adolescent problem behaviors: Issues and research, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/1994-98181-000>.
- Kılıç, R. (2007). *Okullarda şiddetin önlenmesi ve azaltılması. Okullarda şiddetin önlenmesi: Mevcut uygulamalar ve sonuçları*. Ankara: Türk Yayınları.
- Kılıç, E. Z. (2012). Ergenlerde şiddet kullanımı: Bireysel ve ailesel etkenler. *Nöro-Psikiyatri Arşivi*, 49(4), 260.
- Kimm, S. Y., Barton, B. A., Obarzanek, E., McMahon, R. P., Kronsberg, S. S., Waclawiw, M. A.,..... Daniels, S. R. (2002). Obesity development during adolescence in a biracial cohort: the NHLBI Growth and Health Study. *Pediatrics*, 110(5), e54-e54.
- King, L. A., Richards, J. H., & Stemmerich, E. (1998). Daily goals, life goals, and worst fears: Means, ends, and subjective well-being. *Journal of Personality*, 66(5), 713-744.
- Kirwin, K. M., & Hamrin, V. (2005). Decreasing the risk of complicated bereavement and future psychiatric disorders in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 18(2), 62-78.
- Klein, M. (1940). Yas tutmak ve manik depresif durumlarla ilişkisi. B. Habip (Ed.), *Sevgi, Suçluluk ve Onarım*(s. 259-278). İstanbul: Kanat Yayıncılık.
- Kolay-Akfert, S., Çakıcı, E. ve Çakıcı, M. (2009). Üniversite öğrencilerinde sigara-alkol kullanımı ve aile sorunları ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(40), 40-47.

- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*.(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Körük, S. (2017). The effect of self-esteem on student achievement. E. Karadağ (Ed.), *The factors effecting student achievement* (pp. 247-257). Berlin: Springer.
- Krisberg, B., Schwartz, I. M., Litsky, P., & Austin, J. (1986). The watershed of juvenile justice reform. *Crime & Delinquency*, 32(1), 5-38.
- Kuğu, N., Akyüz, G., Erşan, E. ve Doğan, O. (2000). Sanayi bölgesinde çalışan çıraklarda madde kullanımı ve etkileyen etkenlerin araştırılması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(1), 19-25.
- Kuyumcu, B., ve Güven, M. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin duygularını fark etmeleri ve ifade etmeleri ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(3), 589- 607.
- Lader, D., Singleton, N., & Meltzer, H. (2000). Psychiatric morbidity among young offenders in England and Wales. *International Review of Psychiatry*, 15(1-2), 144-147.
- Lane, R. D., Jacobs, S. c., Mason, J. W., Wahby, V S., Kasl S. V., & Ostfeld, A. M., (1987). Sex differences in prolactin change during mourning. *Journal of Psychosomatic Research*, 31(3), 375-383.
- Lang, S. W., Waller, P. F., & Shope, J. T. (1996). Adolescent driving: Characteristics associated with single-vehicle and injury crashes. *Journal of Safety Research*, 27(4), 241-257.
- Lapsley, D. K. (2003). The two faces of adolescent invulnerability. In *Reducing Adolescent Risk: Toward an Integrated Approach* (pp. 25-31). California: Sage Thousand Oaks.
- Larsen, R. J., & Prizmic, Z. (2008). Regulation of emotional well-being. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *The Science of Subjective Well-being* (pp.258-89). New York: The Guilford Press, Retrieved from [www.books.google.com](http://www.books.google.com).

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Coping and adaptation. *The Handbook of Behavioral Medicine*, 282-325.
- Lazarus, R. S. (1991). Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist*, 46(8), 819.
- Lerner, R. M., & Galambos, N. L. (1998). Adolescent development: Challenges and opportunities for research, programs, and policies. *Annual Review of Psychology*, 49(1), 413-446.
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Eye, A., Bowers, E. P., & Lewin-Bizan, S. (2011). Individual and contextual bases of thriving in adolescence: A view of the issues. *Journal of Adolescence*, 34(6), 1107-1114.
- Lewinsohn, P. M., Rohde, P., & Seeley, J. R. (1996). Adolescent suicidal ideation and attempts: Prevalence, risk factors, and clinical implications. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 3(1), 25-46.
- Lewinsohn, P. M., Rohde, P., & Seeley, J. R. (1998). Major depressive disorder in older adolescents: prevalence, risk factors, and clinical implications. *Clinical Psychology Review*, 18(7), 765-794.
- Lewinsohn, P. M., Joiner Jr, T. E., & Rohde, P. (2001). Evaluation of cognitive diathesis-stress models in predicting major depressive disorder in adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 110(2), 203.
- Lewis, M. S., Gottesman, D. & Gutstein, S. (1979). The course and duration of crisis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(1), 128-134.
- Lindemann, E. (1944). Symptomatology and management of acute grief. *American Journal of Psychiatry*, 101, 141- 148
- Livaditis, M., Fotiadou, M., Kouloubardou, F., Samakouri, M., Tripsianis, G., & Gizari, F. (2000). Greek adolescents in custody: Psychological morbidity, family characteristics and minority groups. *The Journal of Forensic Psychiatry*, 11(3), 597-607.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7(3), 186-189.

- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology, 9*(2), 111-131.
- Marcia, J. E. (2002). Identity and psychosocial development in adulthood. *Identity: An International Journal of Theory and Research, 2*(1), 7-28.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity: Challenges and prospects. In *Educational resilience in inner city America: Challenges and prospects* (pp. 3-25). New Jersey: Lawrence, Retrieved from [experts.umn.edu](http://experts.umn.edu).
- McCord, J. (1982). A longitudinal view of the relationship between paternal absence and crime. *Abnormal Offenders, Delinquency, and the Criminal Justice System, 113-128*.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 81-90.
- Metha, A., Chen, E., Mulvenon, S., & Dode, I. (1998). A theoretical model of adolescent suicide risk. *Archives of Suicide Research, 4*(2), 115-133.
- Mocaiber, I., Pereira, M. G., Erthal, F. S., Machado-Pinheiro, W., David, I. A., Cagy, M., ..... de Oliveira, L. (2010). Fact or fiction? An event-related potential study of implicit emotion regulation. *Neuroscience Letters, 476*(2), 84-88.
- Moffitt, T. E., & Caspi, A. (2001). Childhood predictors differentiate life-course persistent and adolescence-limited antisocial pathways among males and females. *Development and Psychopathology, 13*(2), 355-375.
- Murdock, T. B., Hale, N. M., & Weber, M. J. (2001). Predictors of cheating among early adolescents: Academic and social motivations. *Contemporary Educational Psychology, 26*(1), 96-115.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological Science, 6*(1), 10-19.

- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 100*(4), 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science, 3*, 400-424.
- Nolen-Hoeksema, S., & Aldao, A. (2011). Gender and age differences in emotion regulation strategies and their relationship to depressive symptoms. *Personality and Individual Differences, 51*(6), 704-708.
- Noppe, I.C., & Noppe, L. D. (1997). Evolving meanings of death during early, middle, and later adolescence. *Death Studies, 21*(3), 253-275.
- Obasohan, A. N., & Kortering, L. (1999). Dropping Out of School: Comparing the Perceptions of Teachers and Dropouts. *Journal of At-Risk Issues, 5*(2), 19-26.
- Oktan, V. ve Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 7*(2), 543-556.
- Oltjenbruns, K. A. (1991). Positive outcomes of adolescents' experience with grief. *Journal of Adolescent Research, 6*(1), 43-53.
- Osterweis, M., Solomon, F., & Green, M. (1984). Bereavement during childhood and adolescence. In *Bereavement: Reactions, Consequences, and Care*, Washington: National Academies Press (US), Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK217849/>.
- Özbay, M. H., Örsel, S., Akdemir, A. ve Cinemre, B. (2002). Ergenlerde kendilik algısı ile psikopatoloji arasında bağıntı var mı. *Türk Psikiyatri Dergisi, 13*(3), 179-186.
- Özbay, Y., Palancı, M., Kandemir, M. ve Çakır, O. (2012). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal düzenleme, mizah, sosyal öz-yeterlik ve başa çıkma davranışları ile yordanması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 10*(2), 325-345.
- Özçetin, A. (2000). Diyarbakır bölgesinde yas ve din ilişkisi. *Düşünen Adam, 13* (1), 12-18.
- Özdal, F. ve Aral, N. (2005). Baba yoksunu olan ve annesi-babası ile yaşayan çocukların kaygı. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 6*(2), 255-267.

- Özen, Y. ve Gül, A. (2007). Sosyal ve eğitim bilimleri araştırmalarında evren-örneklem sorunu. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (15), 394-422.
- Özgen, L., Kınacı, B. ve Arlı, M., (2012). Ergenlerin yeme tutum ve davranışları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 45(1), 229-248.
- Özmen, D., Çetinkaya, A. Ç., Ergin, D., Şen, N. ve Erbay, P. D. (2007). Lise öğrencilerinin yeme alışkanlıkları ve beden ağırlığını denetleme davranışları. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(2), 98-105.
- Özmen, F. ve Kubanç, Y. (2013). Liselerde madde bağımlılığı- mevcut durum ve önerilere ilişkin okul müdürleri ve öğretmenlerin bakış açıları. *Electronic Turkish Studies*, 8(3), 357- 382.
- Özmen, D., Özmen, E., Çetinkaya, A. ve Akil, I. Ö. (2016). Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 65- 73.
- Pakpreo, P., Ryan, S., Auinger, P., & Aten, M. (2004). The association between parental lifestyle behaviors and adolescent knowledge, attitudes, intentions, and nutritional and physical activity behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 34(2), 129-130.
- Park, N. S., Lee, B. S., Bolland, J. M., Vazsonyi, A. T., & Sun, F. (2008). Early adolescent pathways of antisocial behaviors in poor, inner-city neighborhoods. *The Journal of Early Adolescence*, 28(2), 185-205.
- Parkes, C. M. (1965). Bereavement and mental illness. A clinical study of the grief of bereaved psychiatric patients. *British Journal of Psychology*, 38, 1-36.
- Phillips, K. F. V., & Power, M. J. (2007). A new self-report measure of emotion regulation in adolescents: The Regulation of Emotions Questionnaire. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 14(2), 145-156.
- Poehlmann, J. (2005). Representations of attachment relationships in children of incarcerated mothers. *Child Development*, 76, 679–696.

- Price, J., & Stuart, A. D. (2002). A phenomenological investigation of the experience of siblings of traumatic head injury survivors. *Social Work Practitioner-Research, 14*(1), 80-95.
- Raphael, B., Cubis, J., Dunne, M., Lewin, T., & Kelly, B. (1990). The impact of parental loss on adolescents' psychosocial characteristics. *Adolescence, 25*(99), 689.
- Raphael, B., & Martinek, N. (1997). Assessing traumatic bereavement and posttraumatic stress disorder. In J. P. Wilson & T. M. Keane (Eds.), *Assessing psychological trauma and PTSD* (pp. 373-395). New York, Guilford Press, Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/1997-97162-012>.
- Rask, K., Åstedt-Kurki, P., & Laippala, P. (2002). Adolescent subjective well-being and realized values. *Journal of Advanced Nursing, 38*(3), 254-263.
- Renk, K., & Creasey, G. L. (2003). The relationship of gender, gender identity, and coping strategies in late adolescents. *Journal of Adolescence, 26* (2), 159-168.
- Rivers, S. E., Brackett, M. A., Katulak, N. A., & Salovey, P. (2007). Regulating anger and sadness: An exploration of discrete emotions in emotion regulation. *Journal of Happiness Studies, 8*, 393-427.
- Rosen, H. (1991). Child and adolescent bereavement. *Child and Adolescent Social Work Journal, 8*(1), 5-16.
- Rosenblum, G. D., & Lewis, M. (1999). The relations among body image, physical attractiveness, and body mass in adolescence. *Child Development, 70*(1), 50-64.
- Rosenfield, R. L., Bachrach, L. K., Chernausek, S. D., Gertner, J. M., Gottschalk, M., Hardin, D. S., ..... Saenger, P. (2000). Current age of onset of puberty. *Pediatrics, 106*(3), 622-623.
- Rosenthal, B. S. (1998). Non-school correlates of dropout: An integrative review of the literature. *Children and Youth Services Review, 20*(5), 413-433.
- Rothaupt, J. W., & Becker, K. (2007). A literature review of Western bereavement theory: From deathtaking to continuing bonds. *The Family Journal, 15*(1), 6-15.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C. D., & Heidrich, S. M. (1997). Experience and well-being: Explorations on domains of life and how they matter. *International Journal of Behavioral Development*, 20(2), 193-206.
- Sabuncuoğlu, O., Çevikaslan, A. ve Berkem, M. (2003). Marmara depreminden etkilenen iki ayrı bölgede ergenlerde depresyon, kaygı ve davranış. *Klinik Psikiyatri*, 6, 189-197.
- Sağlam, A. ve İkiz, F. E. (2017). Ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimleri ile okula bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 16(3).
- Santrock, J.W. (2014). *Yaşam Boyu Gelişim: Gelişim Psikolojisi*. Galip Yüksel (Çev.). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Santrock, J. W. (2017). *Ergenlik*. Diğdem Müge Siyez (Çev.). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Sarı, T. ve Owen-Korkut, F. (2015). The development of irrational romantic relationship beliefs inventory. *Journal of Human Sciences*, 12(1), 255-273.
- Savi, F. (2011). School attachment scale for children and adolescents: The study of validity and reliability. *Elementary Education Online*, 10(1), 80-90.
- Savi-Çakar, F. ve Karataş, Z. (2017). Ergenlerin okula bağlanmalarının yordayıcıları olarak benlik saygısı, okul öfkesi ve yaşam doyumu. *Eğitim ve Bilim*, 42(189), 121-136.
- Sayar, K., Öztürk, M. ve Acar, B. (2000). Aşırı dozda ilaç alımıyla intihar girişiminde bulunan ergenlerde psikolojik etkenler. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 10(3), 133-138.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. (Doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Scheeringa, M. S., Peebles, C. D., Cook, C. A., & Zeanah, C. H. (2001). Toward establishing procedural, criterion, and discriminant validity for PTSD in early



- childhood. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 40(1), 52-60.
- Schwarz, E. D., & Perry, B. D. (1994). The post-traumatic response in children and adolescents. *Psychiatric Clinics of North America*, 17(2), 311-326.
- Sedney, M. A. (2002). Maintaining connections in children's grief narratives in popular film. *American Journal of Orthopsychiatry*, 72(2), 279-288.
- Sen, B. (2010). The relationship between frequency of family dinner and adolescent problem behaviors after adjusting for other family characteristics. *Journal of Adolescence*, 33(1), 187-196.
- Servaty-Seib, H. L., & Burlison, B. R. (2007). Bereaved adolescents' evaluations of the helpfulness of support-intended statements: Associations with person centeredness and demographic, personality, and contextual factors. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(2), 207-223.
- Set, T., Dağdeviren, N., ve Aktürk, Z. (2006). Ergenlerde cinsellik. *Genel Tıp Dergisi*, 16(3), 137-141.
- Seven, S., ve Yoldaş, C. (2007). Sınıf öğretmeni adaylarının sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1).
- Shah, R., & Waller, G. (2000). Parental style and vulnerability to depression: The role of core beliefs. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 188(1), 19-25.
- Shear, K., & Shair, H. (2005). Attachment, loss, and complicated grief. *Developmental Psychobiology*, 47(3), 253-267.
- Shedler, J., & Block, J. (1990). Adolescent drug use and psychological health: A longitudinal inquiry. *American psychologist*, 45(5), 612.
- Shuchter, S. R., & Zisook, S. (1993). The course of normal grief. In M. S. Stroebe, W. Stroebe, & R. O. Hansson (Eds.), *Handbook of bereavement: Theory, research, and intervention* (pp. 23-43). New York: Cambridge University Press, Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/1993-97671-001>.
- Siener, S., & Kerns, K. A. (2012). Emotion regulation and depressive symptoms in preadolescence. *Child Psychiatry Human Development*, 43(4), 414-430.

- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development, 74*(6), 1869-1880.
- Siyez, D. M. (2006). *15-17 yaş arası ergenlerde görülen problem davranışların koruyucu ve risk faktörleri açısından incelenmesi*. (Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Siyez, D.M. (2009). *Ergenlerde problem davranışlar okul temelli önleme çalışmaları ile ilgili uygulama örnekleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayınevi.
- Siyez, M.D. (2013). *Ergenlerde problem davranışlar: Okul temelli önleme çalışmaları ile ilgili uygulama örnekleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayınevi.
- Slaughter, V. (2005). Young children's understanding of death. *Australian Psychologist, 40*(3), 179-186.
- Slaughter, V., & Griffiths, M. (2007). Death understanding and fear of death in young children. *Clinical Child Psychology and Psychiatry, 12*(4), 525-535.
- Smith, C. A., & Lazarus, R. S. (1990). Emotion and adaptation. *Handbook of personality: Theory and Research, 609-637*.
- Smith, T. B., McCullough, M. E., & Poll, J. (2003). Religiousness and depression: Evidence for a main effect and the moderating influence of stressful life events. *Psychological Bulletin, 129*, 614-636.
- Sobolewski, J. M., & Amato, P. R. (2007). Parents' discord and divorce, parent-child relationships and subjective well-being in early adulthood: Is feeling close to two parents always better than feeling close to one?. *Social Forces, 85*(3), 1105-1124.
- Spruijt-Metz, D. (2011). Etiology, treatment, and prevention of obesity in childhood and adolescence: A decade in review. *Journal of Research on Adolescence, 21*(1), 129-152.
- Spunt, B. J., Goldstein, P. J., Bellucci, P. A., & Miller, T. (1990). Race/ethnicity and gender differences in the drugs-violence relationship. *Journal of Psychoactive Drugs, 22*(3), 293-303.

- Starner, T.M., & Peters, R.M. (2004). Anger expression and blood pressure in adolescents. *The Journal of School Nursing, 20* (6), 335-342.
- Stearns, E., & Glennie, E. J. (2006). When and why dropouts leave high school. *Youth & Society, 38*(1), 29-57.
- Steinberg, L., (2017). *Ergenlik*. Figen Çok (Çev). Ankara: İmge Yayınevi.
- Stroebe, W., & Stroebe, M. S. (1987). *Bereavement and health: The psychological and physical consequences of partner loss*. Cambridge University Press.
- Stubenbort, K., Donnelly, G. R., & Cohen, J. A. (2001). Cognitive-behavioral group therapy for bereaved adults and children following an air disaster. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 5*(4), 261-276.
- Suldo, S. M., Friedrich, A. A., White, T., Farmer, J., Minch, D., & Michalowski, J. (2009). Teacher support and adolescents' subjective well-being: A mixed-methods investigation. *School Psychology Review, 38*(1), 67-86.
- Sürücü, A., Yıldırım, A. ve Ünal, A. (2018). Okul güvenliği ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi, 47* (217), 179-192.
- Svaldi, J., Dorn, C., Matthies, S., & Philipsen, A. (2012). Effects of suppression and acceptance of sadness on the urge for non-suicidal self-injury and self punishment. *Psychiatry Research, 200*, 404-416.
- Swadi, H. (1999). Individual risk factors for adolescent substance use. *Drug and Alcohol Dependence, 55*(3), 209-224.
- Şahin, G. N. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. (Doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Şaşmaz, T., Buğdaycı, R., Toros, F., Kurt, A. Ö., Tezcan, H., Öner, S. ve Çamdeviren, H. (2006). Ergenlerde alkol içme prevalansı ve olası risk faktörleri: okul tabanlı, kesitsel bir çalışma. *TAF Preventive Medicine Bulletin, 5*(2).
- Şatıroğlu, H. (2008). Ergenlikte Cinsellik. *İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, 63*, 41-46.

- Şentürk, Ü. (2012). Parçalanmış aile çocuklarının eğitimdeki başarı/başarısızlık durumu (Malatya örneği 2006). *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(29), 105-126.
- Şirin, H., Özdemir, S. ve Sezgin, F. (2009). Okulu terk eden çocukların ve velilerin okul terkine ilişkin görüşleri: nitel bir inceleme. *XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, 1-3.
- Telef, B. B., ve Ergün, E. (2013). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının yordayıcısı olarak öz-yeterlik. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 6(3), 423-433.
- Telef, B. B. (2014). Ergenlerde olumlu ve olumsuz duygular ile riskli davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 22(2), 591-604.
- Terr, L. C. (1983). Time sense following psychic trauma: A clinical study of ten adults and twenty children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 53(2), 244.
- Tharp-Taylor, S., Haviland, A., & D'Amico, E. J. (2009). Victimization from mental and physical bullying and substance use in early adolescence. *Addictive behaviors*, 34(6-7), 561-567.
- Thayer, R. E., Newman, J. R., & McClain, T. M. (1994). Self-regulation of mood: Strategies for changing a bad mood, raising energy, and reducing tension. *Journal of personality and social psychology*, 67(5), 910.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52.
- Thompson, C. (2002) The disposables: our treatment of violent adolescents. *Am J Psychoanal*, 62, 273-284.
- Thompson, R. A., & Meyer, S. (2007). Socialization of emotion regulation in the family. *Handbook of Emotion Regulation*, 249, 249-268.
- Tix, A. P., Johnson, M. E., Dik, B. J., & Steger, M. F. (2013). Religious commitment and subjective well-being across Christian Traditions. *Journal of Psychology & Christianity*, 32(1), 20.

- Tkach, C., & Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness?: Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 7(2), 183-225.
- Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Hamlin, C., Foa, E. B., & Synodi, D. S. (2002). Attributions for thought suppression failure in obsessive-compulsive disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 26(4), 505-517.
- Topolski, T. D., Patrick, D. L., Edwards, T. C., Huebner, C. E., Connell, F. A., & Mount, K. K. (2001). Quality of life and health-risk behaviors among adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 29(6), 426-435.
- Topuz, İ. (2016). Yaşamın anlamı ve din: Gençler üzerinde bir araştırma. *İslam Medeniyeti Araştırmaları Dergisi*, 1(4), 540-560.
- Turgut, Ö. ve Eraslan Çapan, B. (2017). Ergen Psikolojik Sağlık Düzeyinin Yordayıcıları: Algılanan Sosyal Destek ve Okul Bağlılığı. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0 (44), 162-183.
- Turhan, E., İnandı, T., Özer, C. ve Akoğlu, S. (2011). Üniversite öğrencilerinde madde kullanımı, şiddet ve bazı psikolojik özellikler. *Turkish Journal of Public Health*, 9(1), 33-44.
- Tuzgöl- Dost, M. (2005). Ruh sağlığı ve öznel iyi oluş. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, 20, 223-231.
- Türk Dil Kurumu. (2017). *Güncel Türkçe sözlük*. Ankara: TDK.
- Türküm, S. (1999). *Bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışmanın bilişsel çarpıtmalar ve iletişim becerileri üzerindeki etkisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Ulusoy, M. D., Demir, N. Ö. ve Baran, A. G. (2005). Ebeveynin çocuk yetiştirme biçimi ve ergen problemleri: Ankara ili örneği. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(3), 367-386.
- Vardar, E. ve Erzenin, M. (2011). Ergenlerde yeme bozukluklarının yaygınlığı ve psikiyatrik eş tanıları iki aşamalı toplum merkezli bir çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(4), 205-212.

- Vermeiren, R., Schwab-Stone, M., Deboutte, D., Leckman, P. E., & Ruchkin, V. (2003). Violence exposure and substance use in adolescents: findings from three countries. *Pediatrics, 111*(3), 535-540.
- Volkan, V. (1970). Typical findings in pathological grief. *The Psychiatric Quarterly, 44*(1-4), 231-250.
- Walker, P., & Shaffer, M. (2007). Reducing depression among adolescents dealing with grief and loss: A program evaluation report. *Health & Social Work, 32*(1), 67-68.
- Walters, E., & Kendler, K. S. (1994). Anorexia nervosa and anorexia-like symptoms in a population based twin sample. *American Journal of Psychiatry, 152*, 62-71.
- Werner, K., & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 13-37). New York: The Guilford Press, Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/2009-21674-001>.
- Wheeler, S. R. & Austin, J. (2000). The loss response list: A tool for measuring adolescent grief responses. *Death Studies, 24*(1), 21-34.
- Williams, S., & McGee, R. (1991). Adolescents' self-perceptions of their strengths. *Journal of Youth and Adolescence, 20*(3), 325-337.
- Wilson, M., & Daly, M. (1985). Competitiveness, risk taking, and violence: The young male syndrome. *Ethology and Sociobiology, 6*, 59- 73.
- Windle, M., Shope, J. T., & Bukstein, O. (1996). Alcohol use. In *Handbook of adolescent health risk behavior* (pp. 115-159). Boston: Springer, Retrieved from [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4899-0203-0\\_6](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4899-0203-0_6).
- Winters, K. C., Latimer, W. W., & Stinchfield, R. (2001). Assessing adolescent substance use. *Innovations in Adolescent Substance Abuse Interventions, 1*-29.
- Worden, J. W. (2003). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. (3rd ed.). New York: Brunner-Routledge, Retrieved from [www.books.google.com](http://www.books.google.com).

- Wortman, C. M., & Silver, R. (1989). The myth of coping with loss. *Journal of Consulting Clinical Psychology, 57*, 349-359.
- Yalçın, İ. (2015). İyi oluş ve sosyal destek arasındaki ilişkiler: Türkiye’de yapılmış çalışmaların meta analizi. *Türk Psikiyatri Dergisi, 26*(1), 21-32.
- Yavuzer, H. (2003). *Çocuğu tanımak ve anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldırım, İ. (2000). Akademik başarını yordayıcısı olarak yalnızlık sınav kaygısı ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18*(18), 167-176.
- Yıldırım, İ. ve Ergene, T. (2003). Lise son sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının yordayıcısı olarak sınav kaygısı, boyun eğici davranışlar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 25*, 224- 234.
- Yıldız, M. A. (2016). Ergenlerde Yalnızlık ile Pozitiflik Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Yöntemlerinin Çoklu Aracılığı. *Eğitim ve Bilim, 41*(186), 217-231.
- Yorğun, A. (2014). *Lise Öğrencilerinde Okul Terki Riskinin İncelenmesi*. (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yorulmaz, A. ve Eryılmaz, A. (2006). Ergen öznel iyi oluşunun özsaygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Ulusal, 14*, 56-57.
- Young-Ho, K. (2001). Korean adolescents’ health risk behaviors and their relationships with the selected psychological constructs. *Journal of Adolescent Health, 29*, 298–306
- Zara, A. (2011). Krizler ve travmalar. *Yaşadıkça Psikolojik Sorunlar ve Başa Çıkma Yolları, 91-119*.
- Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Stegall, S. (2006). Emotion regulation in children and adolescents. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics, 27*(2), 155-168.

## ÖZGEÇMİŞ

### **Kişisel Bilgiler**

**Adı Soyadı :** Gökce Aysu AKYÜZ UÇAR

**Doğum Yeri ve Tarihi :** 01/01/1995 ISPARTA

### **Eğitim Durumu**

**Lisans Öğrenimi :** ESKİŞEHİR ANADOLU ÜNİVERSİTESİ/EĞİTİM FAKÜLTESİ/REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI

**Yüksek Lisans Öğrenimi :** MEHMET AKİF ERSOY ÜNİVERSİTESİ/EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ/REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**Bildiği Yabancı Diller :** İNGİLİZCE

### **İş Deneyimi**

**Çalıştığı Kurumlar :** MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI

### **İletişim**

**E-Posta Adresi :** aysu.akyuz@hotmail.com

**Tarih :** 27/09/2019



