



Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı

**ERGENLERİN SOSYAL KARŞILAŞTIRMA VE DUYGUSAL ÖZ- YETERLİK
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yunus SAVAŞLI

Yüksek Lisans Tezi

Van, 2019

ERGENLERİN SOSYAL KARŞILAŞTIRMA VE DUYGUSAL ÖZ- YETERLİK
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yunus SAVAŞLI

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Zöhre KAYA

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Van, 2019

KABUL VE ONAY

Yunus SAVAŞLI tarafından hazırlanan "Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı bu çalışma, 24.05.2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.



Dr. Öğr. Üyesi Gaye Zeynep ÇENESİZ (Başkan)



Dr. Öğr. Üyesi Zöhre KAYA (Danışman)



Dr. Öğr. Üyesi Nizamettin KOÇ

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Doç. Dr. Fuat TANHAN

Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kâğıt ve elektronik kopyalarının Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezimin/Raporum sadece Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi yerleşkesinden erişime açılabilir.
- Tezimin/Raporumun 6 ay süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

24.05.2019



Yunus SAVAŞLI

TEŞEKKÜR

Araştırmanın her evresinde bana destek sunan, anlayışı ve sabrı ile beni motive eden tez danışmanım saygıdeğer Dr. Öğr. Üyesi Zöhre KAYA'ya sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek lisans öğrenim sürecimde başta Doç. Dr. Fuat TANHAN, Dr. Öğr. Üyesi Murat Boysan ve Dr. Öğr. Üyesi Gaye Zeynep ÇENESİZ hocalarıma desteklerini esirgemedikleri ve kıymetli bilgilerini paylaştıkları için yürekten teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüksek lisans öğrenimim süresince bana destek sunan, bilgileri toparlamama yardımcı olan değerli arkadaşlarım Fehim GÜNGÖR, Muhlis KORKMAZ ve Mehmet Sıddık VANGÖLÜ'ne teşekkür ediyorum.

Yüksek lisans öğrenim sürecimde bana güç veren, yüreklendiren ve her anlamda yanımda olan hayat arkadaşım Ebru SAVAŞLI'ya en kalbi duygularıyla teşekkürlerimi sunuyorum. Yaşamın her evresinde yaşamıma anlam katan bana en büyük desteği sunan canım anneme, abim Mehmet Hanifi SAVAŞLI ve yeğenim Yusuf SAVAŞLI'ya ve ailemin diğer fertlerine yürekten teşekkürlerimi sunuyorum.

ÖZET

SAVAŞLI, Yunus. *Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Van, 2019.

Bu araştırmada, “Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusuna cevap aranmıştır.

Araştırmada, katılımcıların cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, anne ve baba öğrenim düzeyi, anne ve baba mesleği, ekonomik durum, okul başarısı algısı, kendine zarar verme düşüncesine sahip olma ve hayattan memnun olma durumuyla ilgili bilgileri edinmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan bir bilgi formu kullanılmıştır. Ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerini ölçmek amacıyla Gilbert ve Trent (Alan ve Gilbert 1995) tarafından geliştirilen ve Şahin, Durak ve Şahin (1997) tarafından Türkçeye uyarlanan Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Kirk, Schutte ve Hine (2008) tarafından hazırlanıp Totan, İkiz ve Karaca (2010) tarafından Türkçeye uyarlanıp güvenilirlik-geçerlik çalışması yapılan Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırmada, ölçeklerin güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları kapsamında doğrulayıcı faktör analizi ve madde analizi (madde toplam korelasyonu ve Cronbach Alpha) yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, 16 madde ve tek boyutlu yapısı ile güvenilir ve geçerli bir ölçektir. Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği, 28 madde ve 4 boyutlu yapısı ile güvenilir ve geçerli bir ölçektir.

Araştırmaya Van ili Edremit, Tuşba ve İpekyolu ilçelerinde bulunan ortaöğretim kurumlarından 570 öğrenci katılmıştır. Bu katılımcıların %52.5’i kadın, %47.5’i erkektir. Elde edilen bulgulara göre; ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği; erkek ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda duygusal öz-yeterliğin düşünciyi destekleyici olarak kullanma alt boyutunun da cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, buna göre erkeklerin ortalamaları kadınların ortalamalarından daha yüksektir. Elde edilen diğer bir bulguya göre ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin duygusal öz-yeterliği anlamlı yordadığı; sosyal karşılaştırma düzeyi ile duygusal öz-yeterlik arasındaki ilişkide

hayattan memnun olma değişkeninin anlamlı katkı sağladığı sonucuna varılmıştır. Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgular, alanyazın doğrultusunda tartışılmış ayrıca araştırmacılara, öğretmenlere ve ilgili alan uzmanlarına önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler

Sosyal Karşılaştırma, Öz-yeterlik, Duygusal Öz-yeterlik, Ergenlik.



ABSTRACT

SAVAŞLI, Yunus. *The Relationship between Social Comparison and Emotional Self-Efficacy Levels in Adolescents*. Master Thesis, Van, 2019.

In this study, an answer to the question is “Is there a significant relationship between social comparison and emotional self-efficacy levels in adolescents?”. In the study, an information form (questionnaire is more appropriate) which was formed by the researcher was used to obtain information about the participants' gender, age, number of siblings, education level of mother and father,, parents' professions, economic status, school achievement perception, self-harm idea and life satisfaction. In order to measure the social comparison levels of adolescents, Social Comparison Scale developed by Gilbert and Trent (Alan and Gilbert 1995) which was adapted to Turkish by Şahin, Durak and Şahin and Emotional Self-Efficacy Scale, which was prepared by Kirk, Schutte and Hine (2008) and adapted to Turkish by Totan, İkiz and Karaca (2010), were used.

Confirmatory factor analysis and item analysis (item total correlation and Cronbach Alpha) were used for the reliability and validity studies of the scales in the study. According to the findings, Social Comparison Scale is a reliable and valid scale with 17 items and one dimensional structure. Emotional Self-Efficacy Scale is a reliable and valid scale with 28 items and 4 dimensional structures.

In Edremit, Tuşba and İpekyolu districts of Van, 570 students from the secondary schools were participated in the study. 52.5% of these participants were female and 47.5% were male. According to the findings; There was a positive correlation between social comparison levels and emotional self-efficacy levels in adolescents. It was found that the level of social comparison was higher in among males. In addition, the average of the use of emotional self-efficacy as a supportive of thinking is higher in males. According to another finding, it was found that social comparison levels of adolescents significantly predict emotional self-efficacy; social satisfaction level and emotional self-efficacy in the relationship between the satisfaction of life satisfaction has been found to contribute significantly.

At the end of the study, the findings were discussed with the literature and suggestions were made to the researchers, teachers and psychological counselors who wanted to work in these areas.

Key words

Social Comparison, Self-Efficacy, Emotional Self-Efficiency, Puberty.



İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	vi
TABLolar LİSTESİ.....	xiv
1. BÖLÜM: GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi	3
1.3. Problem Cümlesi	4
1.4. Alt Problemler	4
1.5. Sayıtlar	5
1.6. Sınırlılıklar	5
1.7. Tanımlar.....	5
1.8. Kısaltmalar	6
2. BÖLÜM: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE.....	7
2.1.Ergenlik Dönemi.....	7
2.1.1.Ergenlik Tanımı ve Ergenlik Dönemi Özellikleri.....	7
2.1.2. Ergenlik Dönemi İle İlgili Kuramsal Görüşler	9
2.1.2.1. G. Stanley Hall' un Kuramı.....	9

2.1.2.2. Psikoanalitik Kuram.....	10
2.1.2.3. Sosyal Öğrenme Kuramı	10
2.1.2.4. Kurt Lewin'in Alan Kuramı.....	11
2.1.2.5. Jean Piaget'in Bilişsel Kuramı	11
2.1.2.6. H. S. Sullivan'in Kişilerarası Kuramı	12
2.1.2.7. E. Spranger'in Bireysel Farklılıklar Kuramı	12
2.1.2.8. Erik Erikson'un Psikososyal Kuramı	12
2.2. Sosyal Karşılaştırma	13
2.2.1. Sosyal Karşılaştırma Kuramı	13
2.3. Duygusal Öz-yeterlik.....	17
2.3.1. Duygu	17
2.3.2. Öz-yeterlik	19
2.3.3. Duygusal Öz-yeterlik ve Duygusal Zeka	20
2.4. Yapılan Çalışmalar	23
2.4.1. Sosyal Karşılaştırma ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	23
2.4.2. Öz-Yeterlik ve Duygusal Öz-yeterlik ile İlgili Yapılan Çalışmalar	26
3. BÖLÜM: YÖNTEM	29
3.1. Araştırmanın Modeli.....	29
3.2. Evren ve Çalışma Grubu	29
3.3. Veri Toplama Araçları.....	29
3.3.1. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)	29
3.3.2. Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği (DÖYÖ)	30
3.3.3. Kişisel Bilgi Formu.....	31

3.4. Verilerin Toplanması	31
3.5. Verilerin Analizi	31
3.5.1. Duygusal Öz-yeterlik Ölçeğinin DFA sonuçları.....	33
3.5.2. Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinin DFA sonuçları	35
4. BÖLÜM: BULGULAR.....	37
4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular	37
4.2. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Duygusal Öz-yeterlik Ölçeğinden Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler	39
4.3. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	39
4.3.1. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	39
4.3.2. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması	40
4.3.3. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Kardeş Sayısına Göre Karşılaştırılması.....	41
4.3.4. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Anne Öğrenim Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	42
4.3.5. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Baba Öğrenim Düzeyine Göre Karşılaştırılması.....	43
4.3.6. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Anne-Baba Meslek Durumuna Göre Karşılaştırılması	44

4.3.7. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Ailenin Sosyo-Ekonomik Durumuna Göre Karşılaştırılması	45
4.3.8. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Okul Türüne Göre Karşılaştırılması.....	46
4.4. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri ile Okul Başarısı, Kendine Zarar Verme Davranış Sıklığı ve Hayattan Memnuniyet Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları	48
4.5. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ile Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular	49
4.5.1. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma Düzeylerinin Duygusal Öz-yeterliği Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	49
5. BÖLÜM:TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	51
5.1. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği'nden Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimleyici İstatistiklerin Tartışılması	51
5.2. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	52
5.2.1. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	53
5.2.2. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	54

5.2.3. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	55
5.2.4. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	56
5.2.5.Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	57
5.2.6.Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Anne Meslek Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	57
5.2.7. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Baba Meslek Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	58
5.2.8. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Anne Baba Birliktelik Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	59
5.2.9. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Ailenin Sosyo-Ekonomik Durum Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması	60
5.2.10. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Okul Türü Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması .	61

5.3. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri ile Okul Başarısı, Kendine Zarar Verme Davranış Sıklığı ve Hayattan Memnuniyet Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması	62
5.4. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması	64
5.5. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma Düzeylerinin Duygusal Öz-yeterliği Yordamasına İlişkin Sonuçların Tartışılması.....	65
5.6. Öneriler	66
KAYNAKÇA	68
EKLER.....	82
EK-1: Kişisel Bilgi Formu	82
EK-2: Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği	84
EK-3: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği	86
EK-4: Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği DFA Diyagramı.....	87
EK-5: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği Diyagramı.....	88

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Model Uyum İndeksleri	32
Tablo 2. Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği Model Uyum İndeksleri	33
Tablo 3. Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği DFA ve Madde Analizi Sonuçları.....	34
Tablo 4. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği Model Uyum İndeksleri	35
Tablo 5. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği DFA ve Madde Analizi Sonuçları.....	36
Tablo 6. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı	37
Tablo 7. SKÖ ve DÖYÖ'den Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler	39
Tablo 8. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları	40
Tablo 9. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Yaş Gruplarına Göre ANOVA Testi Sonuçları	41
Tablo 10. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Kardeş Sayısına Göre t Testi Sonuçları	42
Tablo 11. Ölçek Puanlarının Anne Öğrenim Düzeyine Göre ANOVA Testi Sonuçları	42
Tablo 12. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Baba Öğrenim Düzeyine Göre ANOVA Testi Sonuçları	43
Tablo 13. Ölçek Puanlarının Baba Mesleğine Göre ANOVA Testi Sonuçları	45
Tablo 14. Ölçek Puanlarının Ailenin Ekonomik Durumuna Göre ANOVA Testi Sonuçları	46

Tablo 15. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Okul Türüne Göre ANOVA Testi Sonuçları	47
Tablo 16. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik düzeyleri ile Bazı Sıralı Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	48
Tablo 17. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ile Duygusal Öz-yeterlik Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	49
Tablo 18. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma Düzeylerinin Duygusal Öz-yeterliği Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	49

1.BÖLÜM

GİRİŞ

Araştırmanın bu bölümünde çalışmanın problem durumu, amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve tanımları üzerinde durulmuştur.

1.1. Problem Durumu

Ergen kelimesi Latince büyüme, olgunlaşma anlamına gelen “adolescere” sözcüğünden türemiştir (Steinberg, 2007). Ergenlik, çocukluk ve yetişkinlik arasında geçiş sağlayan kritik bir dönemdir. Bu dönemde bireyde fizyolojik, duygusal, psikolojik ve cinsel açıdan önemli değişimler görülmektedir.

Kimlik gelişimi, geleceğe hazırlanma, toplumsal hayata ve yaşanan değişimlere uyum sağlama gibi önemli gelişmelerin yaşandığı ergenlik dönemi, G. Stanley Hall tarafından “stresli ve fırtınalı” bir dönem olarak nitelendirilmektedir (Döğücü, 2004). Ergenlik bireyin ne çocuk olarak ne de yetişkin olarak tanımlanabileceği, sosyal açıdan sorumluluklarının tam bilincinde olmadığı, ancak yeni roller deneyebileceği bir dönem olarak kabul edilmektedir (Cloutier, 1994). Ergenlik döneminde birey yeni roller denerken aynı zamanda kimlik bulma çabasıdadır. Bireyin kişilik özelliklerini tanıması, kimlik bulma ve kişilik oluşumunda önemli bir noktadır.

Yaşamın her döneminde olduğu gibi ergenlik döneminde de bireyin kendini değerlendirme ve tanıma süreçlerinden birisi de sosyal karşılaştırmadır. İnsanlar yaşamın birçok alanında kendilerini diğerleriyle kıyaslamaktadır. Karşılaştırma yapılacak kişiler ile hangi noktalarda karşılaştırmanın yapılacağı çeşitlilik göstermektedir. Yetenek, fikirler, fiziksel yapı, sosyal ilişkiler, yaşam tarzı gibi birçok noktada başkalarıyla karşılaştırmalar mümkün olabilmektedir (Festinger, 1994; Locke ve Nekich, 2000; Wheeler ve Miyake, 1992). Bütün bu karşılaştırmalar bireylerin duygu durumlarını etkilemektedir (Kaşdarma, 2016).

Ergenlik gibi önemli değişimlerin olduğu bir dönemde birey akranlarına yönelmekte ve birçok açıdan karşılaştırmalara başvurabilmektedir. Bireylerin sosyal, duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını giderme arzusu davranışlarının alt yapısını oluşturmaktadır. Bireyler bu ihtiyaçları karşılarken doğal olarak başka bireylerle

kendilerini kıyaslamaktadırlar (Erözkan, 2004). Bu dönemde aynı zamanda gelişimsel ödev olarak değerlendirilen zihinsel becerilerin gelişmesi ergeni kendisi ve başkalarıyla yeni karşılaştırmalara ve soyutlamalara yöneltmektedir (Erikson, 1994). Bu süreçler ergenin kimlik gelişiminde önemli rol oynamaktadır.

Kişilik gelişimi açısından kritik dönem olarak ele alınan ergenlik döneminde, kişilik gelişimine ek olarak bireyin aile içi ilişkilerindeki ilk yeterlik yaşantıları da çok önemlidir. Nitekim deneyimlenen bu yaşantılar bireyin sosyal açıdan gelişmesine katkı sağlamakta ve ilişkilerinin yönünü belirlemektedir. Bu ilişki ağı içerisinde başlangıçta kardeşler ile yapılan sosyal karşılaştırma daha sonra yaşlıları ile yapılan sosyal karşılaştırmaya doğru bir yönelim göstermektedir. Bireyin içinde bulunduğu aile dokusu, doğum sırası ve ailede bulunduğu yer yeterliliğini değerlendirmesi açısından çeşitli sosyal karşılaştırma fırsatları sunmaktadır (Bandura, 1994). Bu yönde yapılan çalışmalar, sosyal karşılaştırmanın olumlu sonuçlarının bireyin öz-yeterliği üzerindeki etkisinin olumlu olduğunu göstermiştir (De Cremer ve Vugt, 1998;Vrugt ve Koenis, 2002; Isobe ve Ura,2006).

Ergenlik döneminde ruhsal açıdan iyi oluşun sağlanmasında duygusal öz-yeterliğin önemli olduğu ifade edilmektedir. Ergenin yaşadığı olumsuz duygulara karşı yüksek duygusal öz-yeterliğe sahip olması kendisinde güven oluşturmakta ve bu sorunlarla daha rahat baş edebileceği belirtilmektedir (Willemsse, 2008). Duygusal öz-yeterlik, duygusal zeka ve öz-yeterlik kavramlarının birleştirilmesi ile elde edilmiş bir kavramdır. Duygu ile bağlantılı olarak algılanan yetenekler ve buna bağlı olarak gelişen bir inanç olarak tanımlanmaktadır (Petrides, Sangareasu, Furnham ve Fredrickson, 2006).Duygulara yönelik uyumlu algılama, duygunun bilişi geliştirici kullanımı, duygunun doğru anlaşılması ve duygunun düzenlenmesi zihinsel ve fiziksel açıdan sağlıklı olmaya önemli katkılar sağlamaktadır (Totan, İkiz ve Karaca, 2010).

Ergenin duygusal öz-yeterliliğinin yüksek olması bireyi olumsuz yaşantılara karşı koruyarak çevreden gelen tehditlerle mücadele edebilmesini sağlamakta böylece depresyon ve anksiyeteye karşı koruyucu bir rol üstlenebilmektedir. Duygusal öz-yeterliliğin düşük olması kişinin problemlerle etkili başa çıkma becerisini zayıflatırken depresyon ve anksiyete riskini arttırmaktadır (Muris, 2002).

Ergenlik döneminde bireyler akranlarına düşüncelerini ifade etmek ve onlar tarafından onay görmek istemekte, bundan dolayı akranlarının ilgi değeri ve tutumlarını önemsemektedirler. Bununla birlikte başkalarının düşüncelerine hoşgörü ile karşılık vermeyi öğrenmektedirler. Akranları tarafından onaylanmak ve takdir edilmek ergenin güvenini geliştirmektedir (Kulaksızoğlu, 2004). Ergenlik dönemine ilişkin bu değerlendirmeler ve göstergeler bireyin akranları arasındaki konumunu ve duygusal açıdan yetkin olmasını önemli kılmaktadır.

Bu çalışmada, bireyin kendi yeteneklerini anlaması ve değerlendirmesi açısından önemli bir faktör olan sosyal karşılaştırma ve duyguların işlevselliği ile sorunlarının üstesinden gelebilme yeterliliğini geliştiren duygusal öz-yeterlilik kavramları bazı sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmada, ergenlerin sosyal karşılaştırma ile duygusal öz-yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bu özelliklerin bazı sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşma farklılaşmadığının araştırılması amaçlanmıştır.

İnsan ilişkilerinde temel iki boyut üzerinde durulmaktadır. İnsanlar bir yönüyle başkalarına benzemek için uğraşırken bir yönüyle de farklılaşmak ve üstün olmak amacındadırlar. Bu noktadan hareketle gerek benzemek için gerekse farklılaşmak için olsun bireylerin bu iki temel amacı gerçekleştirmek için başkalarını ölçüt olarak kendilerine ilişkin bir fikir oluşturmaları beklenmektedir. Bunun gerçekleştirilmesi ise sosyal karşılaştırma süreçlerine dayanmaktadır. Birey, yaşamında karşılaştığı bazı durumlar ve girilen sosyal karşılaştırmalar sonucunda kendisini başkalarından yetersiz olarak algıladığında psikolojik belirtilerin oluşması muhtemeldir (Yılmaz, 2010).

Alanyazın incelendiğinde, duygusal öz-yeterlilik kavramının son zamanlarda ortaya çıkan yeni bir terim olduğu ve bu konuya ilişkin ulusal alanyazında çok çalışmanın olmadığı görülmektedir. Duygusal öz-yeterlilik, Petrides ve Furnham (2000; 2001; 2003) tarafından öz-yeterlilik ve duygusal zeka terimlerinin birleştirilmesiyle ortaya atılan bir kavramdır. Bu çalışmada duygusal öz-yeterlilik bireysel bir nitelik olarak duygusal zekayı ifade etmektedir.

Bu araştırmada, ortaöğretim düzeyinde öğrenim gören ergenlerin sosyal karşılaştırma eğilimleri ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ulaşılabilen alanyazın incelemelerinde ergenlerde sosyal karşılaştırma ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmaması, bu araştırmanın ergenler üzerinde önemli etkisi olduğu düşünölen bu değişkenlere ilişkin önemli veriler ortaya koyacağı düşünölmektedir.

1.3. Problem Cümlesi

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.4.Alt Problemler

1. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlikleri ne düzeydedir?
2. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
4. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
6. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
7. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri anne-baba birliktelik durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
8. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
9. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri devam ettikleri okul türüne göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

10. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri ile okul başarı durumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
11. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri ile kendine zarar verme davranış sıklığı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
12. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri ile hayattan memnuniyet düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
13. Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlikleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
14. Ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri duygusal öz-yeterliği yordamakta mıdır?

1.5. Sayıtlar

Çalışmaya katılan ergenlerin, Kişisel Bilgi Formu (KBF), Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) ve Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeklerini (DÖYÖ)yönergeye uygun yanıtladıkları, duygu ve düşüncelerinde samimi olup kendilerine ait gerçek durumu yansıttıkları varsayılmaktadır.

1.6. Sınırlılıklar

- Bu araştırmadan elde edilen bulgular 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Van ili Edremit, Tuşba ve İpekyolu ilçelerinden seçilen liselerde okuyan 570 öğrenci ile sınırlıdır.
- Öğrencilerin sosyal karşılaştırma eğilimlerine ilişkin veriler, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği'nin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.
- Öğrencilerin duygusal öz-yeterlik düzeylerine ilişkin veriler, Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği'nin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Ergenlik: Çocukluk döneminin son bulmasıyla başlayan, bireyin fizyolojik, bilişsel ve sosyal açıdan hızlı bir değişim yaşadığı ve yetişkinlik ile son bulan gelişim dönemidir (Gander, 2015).

Sosyal Karşılaştırma: Bireylerin fiziksel ölçütler bulamadıklarında kendilerine ilişkin fikir edinebilmek amacıyla başkalarını ölçüt olarak kendisi ile ilgili bir yargıya varması ve kendisini değerlendirmesidir (Teközel, 2007).

Öz-Yeterlik: Bireyin karşısına çıkan sorunlara veya durumlara karşı istendik sonucu alabileceğine ilişkin kendisi ile ilgili algısıdır (Korkmaz, 2009).

Duygu: Gücü insanın yaşadığı gerilime ve derinliğe göre değişebilen genel uyarılmışlık halleridir (Erkuş, 1994).

Duygusal Zeka: Kendisinin ve başkalarının hislerini gözleyip düzenleyebilmek; hisleri, düşünce ve eyleme kılavuzluk edecek şekilde kullanabilmek olarak tanımlanmaktadır (Salovey ve Mayer, 1990).

Duygusal Öz-Yeterlik: Duyguya ilişkin, bireyin kendisiyle ilgili algılanan yetenekler ve bunlar çerçevesinde bir görüşün, yargının oluşması olarak tanımlanmaktadır (Demirdüzen, 2013).

1.8. Kısaltmalar

SKÖ: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği

DÖYÖ: Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği

DZ: Duygusal Zeka

KBF: Kişisel Bilgi Formu

UNESCO: Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü

BM: Birleşmiş Milletler

DFA: Doğrulamalı Faktör Analizi

2. BÖLÜM

KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde ergenlik dönemi, sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik ile ilgili kuramsal ve kavramsal açıklamalara yer verilmiştir.

2.1.Ergenlik Dönemi

2.1.1.Ergenlik Tanımı ve Ergenlik Dönemi Özellikleri

Latince büyüme, olgunlaşmak anlamında kullanılan “adolescere” sözcüğünden gelen ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe geçişi ifade etmektedir. Bu geçiş aşamalı olup belirgin çizgiler dahilinde gerçekleşmez. Aynı zamanda ergenlik tek boyutlu ve değişmez bir kavram değildir (Aydın, 2010). Ergenlik, bireyin davranışlarında ve bilişsel yeteneklerinde oluşan farklılaşma süreci (Papalia, Olds ve Feldman, 1998) olarak tanımlanmaktadır. Gander ve Gardiner’e (1993) göre ise ergenlik fiziksel, sosyal ve bilişsel olgunlaşma dönemidir.

Ergenlik dönemi cinsel kimliği onaylama, ebeveyninden bağımsız olabilme, sosyal hayatta kendini bulma ve bir meslek edinme uğraşlarının olduğu 8-10 yıllık bir süreçtir (Öztürk, 2004). Bireyde psikolojik, sosyal ve fiziksel olarak pek çok farklılık oluşturan bu dönem çeşitli evrelerden oluşmaktadır (Steinberg, 2007). Bu evreler; 12-14 yaşlarını kapsayan fiziksel ve davranışsal açıdan hızlı değişimlerin meydana geldiği erken ergenlik, 15-18 yaşları arasındaki süreci içeren, ergenin ailesinden ayrıştığı ve bireyleştiği orta ergenlik, 18 yaş sonrası kapsayan ergenin kendisini daha iyi tanıdığı ve kimliğiyle bütünleştiği geç ergenlik evreleridir (Derman, 2008). Ergenlik belirli bir durumdan sonra oluşan bir olgu olmaktan öte belli bir süreci kapsayan bir gelişmedir. Bu kapsamda ergenlik çocukluktan yetişkinliğe doğru bir geçiş sürecidir, önemini kendisinden önce ve sonra oluşan olaylardan almaktadır (Şemin, 1992).

Ergenlik kavramını ilk olarak kullanan G. Stanley Hall bu kavramı, ilkel birey ile çağdaş bireyin kesişme noktası olarak tanımlanmış ve ona göre ergenlik dönemi çalkantılı ve zorlu bir dönemdir (Kulaksızoğlu, 2008). Bir başka tanıma göre; ergenlik dönemi bireyin yetişkinlerin yaşamına ait öncelikleri ve bu önceliklerin kendi

yaşamlarında olmadığını kavramasıyla gelişen ve bu öncelikleri edinmeye başlamasıyla son bulan bir dönemdir (Gander ve Gardiner, 1993).

Ergenlik döneminde gelişimin çok yönlü işlemesi bu dönemin çerçevesinin açık bir biçimde belirlenmesini önlemektedir. Yaş aralığı çoğunlukla 12-21 olarak kabul görmektedir. Ancak ergenlik döneminin yaş aralığı ile ilgili farklı görüşler bulunmaktadır. UNESCO'ya (Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü) göre 12-25 yaş aralığını kapsamaktayken, Birleşmiş Milletler'e (BM) göre ise 15-25 yaşları arasındaki sürece denk gelmektedir (Kulaksızoğlu, 2004).

Ergenlik evresinde bireyin ebeveynleriyle olan ilişkisi çocukluk dönemine göre farklılık göstermektedir. Bireyin bu dönemde ebeveynleri ile ilişkilerini ele alan pek çok yaklaşım, ergenlik döneminin gelişim aşamalarından dolayı bu dönemi problemlili bir dönem olarak ifade etmektedir (Yavuzer, 2005). Bu dönemde bireylerin olaylara karşı geliştirdikleri davranışlar, arkadaşlık tercihleri, bağımsız ve sınırsız bir alan arzu etmeleri, aile ile ilişki kurmaktan ziyade arkadaşları ile özgürce vakit geçirmek noktasındaki istekleri ebeveynlerle çatışma yaşamalarına sebep olmaktadır (Steinberg, 2007). Bireyin bu evrede oluşan farklılıklara karşı sergilediği bakış açısı, kişinin benlik algısını, bireysel özelliklerini büyük bir ölçüde farklılaştırmakta ve ergende sinirlilik, kaygı, huzursuzluk gibi olumsuz durumların yaşanmasına neden olabilmektedir (Tataker, 2003).

Psiko-sosyal gelişim evreleri açısından ele alındığında; ergenlik dönemi önemli gelişmelerin yaşandığı, duygu, düşünce ve yaklaşım boyutunda en çarpıcı farklılıkların, davranış boyutunda en sarsıcı zorlanmaların olduğu bir dönemdir (Yılmaz, 2010). Bu dönem anksiyete, gerginlik ve bunalım gibi ruhsal sorunların olduğu bir süreç olabildiği gibi (Andersen ve Teicher 2008; Davey, Yücel ve Allen, 2008) bireylerin pozitif bir benlik oluşturduğu ve olumlu bir psikolojik yapı inşa ettikleri (Park, 2004) bir gelişim süreci olarak da yaşanabilmektedir. Ergenlik döneminde tutarlı ve düzenli çocuğun yerini, çabuk tepkide bulunan, endişeli ve kolay tatmin olmayan bir ergen alır. Duygular hızlı değişir ve sevinçlerini ani gelişen üzüntüler takip ederken devamında öfkeli olma durumu oluşur (Köknel, 1997).

Ergenlik dönemi aynı zamanda, kimliğin oluştuğu, bireyin sosyalleştiği ve bu evreden sonra gelen yetişkinlik de dahil bütün yaşamını etkileyecek psikolojik, fizyolojik ve sosyal gelişmelerin yaşandığı evredir (Yılmaz, 2010). Erişkin olmaya doğru ilerleyen bu dönemde bireyin kimlik kazanma uğraşısı, başkaları tarafından nasıl algılandığı ve onlarda nasıl bir etki oluşturduğu önem kazanır. Bu dönemde çevrenin etkisiyle ergende oluşan düşünceler, bireyin olumlu bir benlik şemasına sahip olmasını ve sosyalleşmesini şekillendirmektedir (Gül, 2016).Ergenlik döneminde bilişsel becerilerin gelişimi, ergenin kendisini başkalarıyla kıyaslamasına ve bu kıyaslamalar ile değerlendirme yapmasını sağlamaktadır (Erikson, 1994).

Ergenlik döneminin her evresinde bireyin güç olaylar karşısında başa çıkma yeterliğini güçlendirecek durumlar ortaya çıkmaktadır. Öz-yeterlik inancının, öz-düzenleme aracılığıyla akademik başarıyı yükselttiği, olumsuz davranışları azaltarak akran baskısına karşı koymayı sağladığı, böylece ergenlerin gelişimleri üzerinde önemli etkiler yarattığı belirtilmektedir (Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli, 1999). Bu açıdan bakıldığında öz-yeterlik inancının önleyici ve koruyucu işleve sahip olduğu görülmektedir. Çünkü ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri yüksek olduğunda, olumsuz yaşantılarla karşı karşıya kaldıklarında ya da kendilerine yönelik herhangi bir tehdit unsuru söz konusu olduğunda süreci yönetmeleri daha başarılı olmaktadır. Böylece duygusal öz-yeterliğin yüksekliği depresyon ya da kaygıya karşı koruyucu bir faktör işlevi görmektedir. Bununla birlikte düşük duygusal öz-yeterliğin etkili problem çözmeye engel olduğu ve dolayısıyla çocuk ve ergenlerde depresyon ve kaygı riskini yükselttiği (Muris,2002) üzerinde durulmaktadır.

2.1.2. Ergenlik Dönemi İle İlgili Kuramsal Görüşler

2.1.2.1. G. Stanley Hall' un Kuramı

Ergenlik kavramına ilişkin ilk görüşlerin ortaya çıkmasında önemli rolü olan Hall, Darwin'in evrim teorisinden hareketle bireyin olgunlaşma ve değişme sürecinin türlerin evrimsel geçmişiyle aynı doğrultuda olduğunu savunmuştur. Hall'a göre bebeklik, çocukluk ve erinlik dönemlerini atlatan bireyin fırtına ve stres dönemi olarak tanımladığı ve duygusal iniş çıkışların yaşandığı ergenlik dönemine girdiğini belirtmiştir. Ona göre bireyler bu dönemde bir an mutlu hemen bir sonraki an bunalımlı, içinde bulunduğu an tepkisiz sonraki gün istekli olabildiklerini belirtmiştir (Dolgin,

2014). Hall'a göre ergenlik, bireyin yaşamında ilkellikten medeniyete ilerleyişi göstermekte ve bundan dolayı çocukluk ve yetişkinlik arasında önemli bir süreci işaret etmektedir (Döğücü, 2004).

2.1.2.2. Psikoanalitik Kuram

Freud, çocukluk yaşantılarının kişiliğin oluşumu üzerinde daha önemli olduğunu düşündüğü için ergenlik ile ilgili görüşler ile çok ilgilenmemiştir. Freud, ergenliği cinsel heyecan, kaygı ve bazen de benliğin huzursuzluğu olarak tanımlamaktadır (Dolgin, 2014). Freud gelişimi cinsel temellere dayanan beş evreyle açıklamaktadır. Oral dönem zevkin ağızla ilgili eylemlerle ilişkilendirildiği çocukluk dönemini ifade etmektedir. Sonrasında gelen anal evrede dışkı ile ilgili işlevleri yerine getiren anüs haz noktası olmuştur. Fallik evresinde kendi bedenleri ve cinsel organları önemli olmaya başlar. Diğer dönemlerden daha az yoğun geçen gizil evrede ise cinsel dürtüler sönüktür. Genital dönem ise cinsel iç ve dış organların geliştiği ve cinsel stresi çözme arzusunun olduğu bir dönemdir. Genital dönem ergenlik döneminin tamamını kapsar ve ergen cinsel doyumun yetişkinlikte olduğu biçimiyle çok fazla uğraşır. Freud'a göre psikoseksüel gelişimin bu uzun döneminde fallik döneme bir gerileme yaşanır (Cloutier, 1994).

Psikoanalitik kuram ergenlikteki karışıklıkların sebebini çocukluk dönemindeki cinselliğe dayandırmaktadır. Freud, erken çocukluk dönemindeki problemlerin ergenlik döneminde ortaya çıktığını ileri sürmüştür. Ergenlik çocukluk döneminin yansıması olduğundan ergenlik dönemi ile ilgili gelişmeler çocukluk dönemine göre daha az öneme sahiptir (Kulaksızoğlu, 2004).

2.1.2.3. Sosyal Öğrenme Kuramı

Mccandless, sosyal öğrenme kuramının temel boyutlarını ergenliğe uyarlamıştır. Mccandless'e göre ergenin davranışlarını etkileyen en önemli etken dürtüleridir. Ergenler sınama-yanılma yoluyla eylemlerinin hangi dürtülerin etkisiyle oluştuğunu kavramış olur. Ergenler, bu dürtülere toplumlarında yüklenen anlamlardan dolayı kendilerini baskı altında hissetmektedirler. Ergen, toplumun beklediği davranış şekilleri ile çocukluktan edindiği davranışlar arasında çatışma yaşamaktadır. Bu durum ise

ergenlerde kaygı seviyesinin artmasına neden olmaktadır (Mccandless, 1970;Akt. Kulaksızoğlu, 2004).

Albert Bandura'nın geliştirdiği sosyal öğrenme kuramının temelini çocukların başkalarının davranışlarını model alarak öğrendiği düşüncesi oluşturmaktadır (Perry, Coursey, Brudney ve Littlepage 2008). Bandura, ergenlik döneminde bireylerin erişkinleri model alarak, onların göstermiş oldukları eylemlerin aynısını gerçekleştirdiklerini öne sürmüştür. Ergenler ebeveynlerinin yıkıcı davranışlarını örnek alırlar (Vachon, Vitaro, Wanner ve Tremblay 2004). Bandura, ergenlik döneminde yaşanan buhranların ve problemlerin ergenliğin bir parçası olarak kabul edilemeyeceğini bu durumun kaynağının ergenlikten önce ebeveynlerin çocuklarını yetersiz eğitmelerinden kaynaklandığını ifade etmiştir (Kulaksızoğlu, 2004).

2.1.2.4. Kurt Lewin'in Alan Kuramı

Lewin'e göre davranış, bireyin ve çevresinin etkileşiminin bir fonksiyonu olarak ortaya çıkar. Bireyin bütün olası eylemlerinin özeti, yaşam alanı olarak ifade edilmektedir. Bireyin yaşam alanında bireysel ve çevresel etkenler devamlı değişmektedir. Bu değişim yavaş gerçekleşirse birey bununla baş edebilmektedir. Ancak hızlı değişimlerin meydana geldiği zamanlarda birey yoğun bir kaygı yaşamaktadır ve ergenlik dönemi de böyle bir dönemdir. Ergenlik döneminde birey hızlı değişen bedensel özellikleri kabullenmeye çalışırken aynı zamanda yeni beklentilerle de karşı karşıya kalmaktadır (Leewin, 1939;Akt. Kulaksızoğlu, 2004).

Ergenin kişiliğini anlamak, bireyin kişiliğini ve çevreyi birbiriyle ilişkili etkenler olarak düşünmekle gerçekleşir. Ergenlikte yaşam alanı kısmen çocukluk kısmen de yetişkinlik grubuna ait olabilmektedir. Bu kuramı güçlü kılan hem kişiliği hem de kültürel farkları göz önünde bulundurmasıdır. Ergenlik süresi bir kültürden ötekine, toplumsal bir katmandan diğerine farklılık gösterebilmektedir (Dolgin, 2004).

2.1.2.5. Jean Piaget'in Bilişsel Kuramı

Bireyin bilişsel gelişimi ile ilgilenen Piaget' e göre bilişsel gelişimin dört boyutu söz konusudur. Bireyler duyu-hareket, işlem öncesi ve somut işlemler dönemini geçtikten sonra ergenliğe denk gelen soyut işlemler dönemine geçmektedir. Soyut işlemler döneminde ergenler somut ve gerçek yaşantılardan uzaklaşıp daha mantıksal ve

soyut düşünebilirler. Ergen düşüncesi 11 yaşından önceki düşünce tarzı ile farklılık göstermektedir. 11 yaşından önce konuşmak ve düşünmek çocuk için aynı olarak kabul edilir. Ancak ergenlik döneminde birey varsayımlar ileri sürebilir, gelecek ile ilgili öngörülerde bulunabilir ve bir konuyu farklı açıdan ele alabilir (Kulaksızoğlu, 2004).Soyut işlemler döneminde ergen soyut düşüncelerle birlikte gerçeğe ilişkin her şeyi kavrayabilir. Bu kurama göre, ergenin bilişsel durumu farklılaştığı sürece problemleri sistematik bir şekilde gidermesi, yeni süreçlere adaptasyon sağlaması o ölçüde rahat olacaktır (Adams, 1995).

2.1.2.6. H. S. Sullivan'ın Kişilerarası Kuramı

Sullivan, kişilerin gelişim süreçlerinde gereksinim duydukları en temel faktörün güven olduğunu ifade etmiştir. Sevgi ve güven doğumdan itibaren kişinin kaygısını yatıştırıcı bir işleve sahiptir (Kulaksızoğlu, 2004). Sullivan, bakıcı ile bebek arasındaki ilişkinin temelini oluşturan sevgi, güven, ilişki kurma, bireylerarası ihtiyaçların giderilmesinin önemine değinmiş ve bu gereksinimlerin karşılanması durumunda ergenlik dahil bütün gelişim dönemlerinde stres ve kaygının azalacağını öne sürmüştür (Gençtan, 1995). Sullivan'a göre bireyler başkalarıyla yakınlık sağlamaya yatkındırlar ve bunun temel gerekçesi kaygıyı gidermek ve kendilik algısını onaylamaktır(Sullivan, 1953; Akt. Koç, 2008).

2.1.2.7. E. Spranger'in Bireysel Farklılıklar Kuramı

Spranger'e göre bireysellik farklılaştığı için bireylerin tamamı için aynı süreçleri yaşayacağını söylemek imkânsızdır. Ergenler bazen stresle mücadele eder, bazen herhangi bir sorunla karşılaşmazlar ve kimi zamanlarda ise bu iki durum arasında bir ergenlik süreci geçirirler. Bundan dolayı ergenliğin nasıl devam edeceği bireyin kişiliğine bağlıdır (Orhan ve Dağcı, 2016). Bireysel farklılıklar kuramına göre ergenlik dönemi ile ilgili aktarılan ve her bireyde gerçekleşmesine ihtimal verilen kesin özellikler bizi doğru bir noktaya ulaştırmayabilir (Gallatin, 1980).

2.1.2.8. Erik Erikson'un Psikososyal Kuramı

Erikson, insan gelişimi ile ilgili sekiz evre tanımlamıştır. Erikson'a göre bu 8 evreden her birisinde üzerinde odaklanması gereken psiko-sosyal bir görev vardır. Her bir görev çözülmesi gereken bir sorun alanıdır. Bu sorunların başarılı bir şekilde

çözümlemesi halinde kişiliğe olumlu bir boyut kazandırılmış olur, eğer bu sorun yeterince çözülmez ve devam ederse benlik zedelenir (Dolgin, 2014).

Erikson'a göre ergenlik dönemi, bireyin kendisine ilişkin farkındalık yaşadığı ve görev çatışmasından uzaklaşarak kimlik edindiği bir süreçtir. Bu süreçte bireyin çabalarının olumsuz sonuçlanması ile bireyin rol karmaşası ve dahası devamlı bir yabancılaşma duygusu taşımasına neden olacaktır (Cloutier, 1994). Ergenlik dönemi süresince kişi, farklı rolleri sergiler ve böylece toplum içinde kendisini konumlandırabilir (Erikson, 1994).

2.2. Sosyal Karşılaştırma

Sosyal karşılaştırma bireyin kendisi hakkında bir yargıya varabilmesi ve bu yargıyı oluşturmaya yönelik kendisini, başkalarını ölçüt olarak değerlendirmesidir. Bu değerlendirme süreci sosyal karşılaştırma süreci olarak adlandırılmaktadır (Bilgin, 2003). Sosyal karşılaştırma, kişilerin kendilerine ilişkin bilgileri ve kendilerine yönelik oluşturdukları kanaatleri diğerleriyle kıyaslayarak bilgi sahibi oldukları bilinç dışı oluşan bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Yılmaz, 2010). Festinger (1954), sosyal karşılaştırmayı, insanın kendi fikir ve becerilerini objektif bir standart olmadığında diğer kişilerle kıyaslaması ve kendilerine ilişkin bir yargıya varması olarak açıklamaktadır. Taylor, Neter ve Wayment'e (1995) göre, sosyal hayatın bireylerin bilişsel yapıları üzerinde etkili olduğu noktalardan birisi, kişinin kendisine dair bilgi edinmesinde başkalarını ölçüt almasıdır. Sonuç olarak, bireyin kendisini okul, işyeri, aile gibi ortamlarda değerlendirmesi, geliştirmesi ve kendi hakkında bazı düşüncelere sahip olmasında sosyal karşılaştırma bir araç olarak işlev görmektedir (Bilgin, 2007).

2.2.1. Sosyal Karşılaştırma Kuramı

Sosyal Karşılaştırma kuramı, 1950'li yıllarda kişinin kendisini değerlendirme sürecini anlamlandırmaya dönük bir kuram olarak Festinger tarafından geliştirilmiştir. Bu kuram, bireyde kendi yetenek ve becerilerini değerlendirmeye yönelik bir dürtü olduğunu ileri sürmektedir (Teközel, 2007).

Festinger'e (1954) göre, sosyal karşılaştırma kavramı farklı kitleler içinde bireyin kendisine dair bir kanı oluşturma çabası ve becerilerini değerlendirme isteğiyle, kendi fikir ve becerilerini başkalarınınkiniyle kıyaslama gereksinimi içinde yöneldiği

kişilerarası bir oluşumu vurgulamaktadır. Ona göre, insanlar kendilerine ilişkin bir kaniya sahip olabilmek için objektif ölçütler aradıklarını ve bu kaniya varmada objektif ölçütlere ulaşamadıklarında ise başkalarını değerlendirme noktası olarak dikkate almaktadırlar. Günümüz iletişim ve ilişki ağı içindeki insan gelişimi göz önüne alındığında bu açıklamanın tatmin edici olmadığı görülmektedir. Çünkü birçok araştırmacının da (Goethals ve Darley, 1987; Klein, 1997; Wood ve Wilson, 2003) vurguladığı gibi, kişi nesnel standartların farkında olsa dahi, bireyin başkaları karşısındaki görelî konumunun bireyin kendini değerlendirmesi noktasında değerini sürdürdüğünü belirtmektedirler (Akt. Teközel, 2007).

Festinger (1954), batılı toplumlarda kişilerin kendilerini diğerleri ile kıyasladıklarını, kıyaslama için ise kendilerine benzer kişileri ölçüt olarak aldıkları düşüncesini öne sürmüştür. Birey karşılaştırma yaptığı durumun özelliğine göre çoğunlukla kendisine benzer özellikler taşıyanlarla kıyaslama sürecine girer. Örneğin, bir kadın kendisini kendi cinsinden birisiyle kıyaslar, 25 yaşındaki bir birey kendisini yirmili yaşlardaki kişilerle kıyaslar (Çetinkaya, 2004). Bireyler fikirlerinin gerçekliğini ve becerisinin boyutunu anlamak için sadece kıyaslamaya girdikleri nitelik bakımından benzer olanları değil aynı zamanda kıyaslamaya girdikleri diğer nitelikler açısından da benzer olanları seçtiklerini belirtmektedirler. Bu türde ortaya çıkan sosyal karşılaştırma durumu alanyazında “ilgili özellikler hipotezi” ile açıklanmaktadır (Goethals ve Darley, 1987).

Bazı araştırmacılar ise (Mettee ve Smith, 1977; Taylor ve Mettee, 1971), bireye benzerliği olmayan bireylerin daha iyi bir bilgi noktası olduklarını; çünkü benzer bireylerle kıyaslama içinde olmanın birey için duygusal bakımdan olumsuz sonuçlanabileceği, yani arzu edilmeyen bir bilginin daha çok huzursuzluk ve acı verici olacağını öne sürmüşlerdir (Akt. Wheeler, 1991). Kruglanski ve Mayselless (1987), kendini gerçekleştirme ve zaman baskısı nedeniyle bilişsel tamamlama ihtiyacının yüksek olduğu durumlarda, kişilerin benzer insanlarla kıyaslama yapma eğiliminin arttığını ifade etmişlerdir. Aynı zamanda araştırmalar kuramın bireylerin kendileriyle benzer kişiler ile sosyal karşılaştırma içine girdikleri noktasındaki teorilerin her zaman geçerli olmadığına, bazı noktalarda kıyaslama yapılan nitelik açısından kendilerinden daha kötü veya daha iyi noktada olan bireylerle sosyal karşılaştırmaya girmeyi

seçebileceklerini ortaya koymaktadır (Tolunay, 2008). Sosyal karşılaştırma kuramına göre bireylerin, yukarıya doğru karşılaştırma olarak da tanımlanan yani daha iyi durumda olanlarla kendilerini kıyasladıklarında benlik saygısında düşüş olma ihtimalinin artacağı düşünülmektedir. Çünkü, kıyaslama yaparken olumsuz nitelikler daha çok ortaya çıkacaktır. Kendilerinden daha düşük düzeyde özelliklere sahip kişiler ile kıyaslama yaptıklarında yani aşağıya doğru karşılaştırmada kendi pozitif özellikleri ön plana çıkacaktır. Bu durumda ise benlik saygısında gelişmenin gözlenme ihtimali artacaktır (Çetinkaya, 2004). Kişilerin kendilerini daha düşük nitelikteki bireylerle karşılaştırmalara girmeleri durumunda iyi oluşlarını koruyabileceklerini veya geliştirebileceklerini savunmuşlardır (Wills, 1981; Wood, Michela ve Giordino, 2000). Böyle bir çıkarıma varmada temel nedenin, bireylerin olumsuz benlik algısı taşıdıklarını düşünmelerine yönelik ortaya çıkan öz değerlendirme aslında bu özdeğerlendirmenin de karşılaştırma süreçlerine dayandığı düşüncesidir (Swallow ve Kuiper, 1988).

Aşağı doğru karşılaştırma teorisinin benlik değerini yükselttiği yönündeki kabul, bu teoriyi klasik sosyal karşılaştırma kuramından farklılaştırmaktadır. Wheeler (1991) tarafından dile getirilen bu değişim “yeni sosyal karşılaştırma kuramı” olarak açıklanmıştır. Buna göre, klasik sosyal karşılaştırma kuramı, gerçek fikri edinmek ve beceriye doğru değer biçmek ile ilgilenir. Yeni sosyal karşılaştırma kuramı ise başkalarından daha iyi olmakla ilgilenmektedir. Yeni kuramsal çerçevede, kişilerin her zaman taraflı kıyaslamalar içerisine girdikleri iddiası değil, aksine kıyaslamaların ortaya çıktığı boyuta ve ilişkiye; kıyaslama ile elde edilmesi istenen amaca yönelik farklı karşılaştırmalar yaptıkları iddiasına dayanmaktadır (Bilgin, 2003). Modern sosyal karşılaştırma çalışmalarına göre doğal bir şekilde oluşan karşılaştırma süreçleri bizim nasıl hissettiğimizi ve kendimizi diğerlerine karşı nasıl konumlandığımızı etkileyebilir (Gilbert, Giesler ve Morris 1995; Mussweiler ve Bodenhausen, 2002; Stapel ve Blanton, 2004).

Bireylerin sosyal karşılaştırma yapma nedenleri kendini değerlendirme ihtiyacı, kendini geliştirme ihtiyacı, benliğini güçlendirme veya benliğini olumlu görme ihtiyacı ile ilişki kurma ihtiyacı (Taylor, Wayment ve Carillo, 1996) olmak üzere 4 grupta ele alınmıştır:

Kendini Değerlendirme İhtiyacı: Bu süreç büyük ölçüde Festinger'in (1954) vurgulamış olduğu, kişilerin fikir ve becerilerinin değerini bilme durumunu açıklar. Buna göre bireyin kendisine ilişkin doğru değerlendirmesi, çoğunlukla kişilerin kendilerine benzer olanlar ile yaptıkları kıyaslamalara dayanır.

Kendini Geliştirme İhtiyacı: Kişinin kendini geliştirme güdüsü kendisinden daha çok başarılı diğer bireylerle yukarı yönlü karşılaştırma yapmasına sebep olabilir (Taylor, 2007). Burada tehlike arz eden nokta bu tür kıyaslamaların, bireyin cesaretinin kırılmasına, kıskançlık veya utanç duygularının oluşmasına sebep verebilecek olmasıdır (Wheeler ve Miyake, 1992). Collins (1996), buna ilişkin diyet yapan bireylerin bazen kendilerine esin kaynağı olması ve teşvik etmesi için zayıf kişilerin fotoğraflarını buzdolabının üzerine asması örneğini vermektedir.

Benliği Güçlendirme İhtiyacı: İnsanlar başarısız olduklarında, benliklerine dönük olumsuz dönüt aldıklarında ve benlik değerinin zarar görme ihtimali ortaya çıktığında, benliklerini pozitif görmeyi devam ettirebilmek amacıyla sosyal karşılaştırma bilgisinden faydalanabilirler (Teközel, 2007). Kişi kendisini diğerleriyle kıyasladığında istenmeyen sonuçlar elde ediyorsa, bu noktadan hareketle kendi pozitif özelliklerini ortaya çıkaran kıyaslamalara, yani aşağı yönlü karşılaştırmalara girişerek bu istenmeyen sonuçları azaltma düşüncesinde olabilir (Musweiler, Gabriel ve Bodenhausen, 2000).

İlişki Kurma İhtiyacı: Sosyal karşılaştırma yapma sebeplerine dönük dördüncü ve son kaynak ilişki kurma ihtiyacıdır. Taylor, Wayment ve Carillo'ya (1996) göre sosyal destek sosyal karşılaştırma sürecinde önemli bir yere sahiptir. Bireylerin kendilerine benzer yaşantılara sahip kişilerle kendilerini kıyaslayarak yalnızca kendi duygusal deneyimlerini değerlendirmezler aynı zamanda sosyal ilişki kurmak ve aynı yaşantılara sahip olmanın rahatlığını yaşama arzusu içerisindedirler .

Araştırmacılar (Gilbert, Giesler ve Morris 1995; Ouwekerk ve Ellemes, 2002), sonuç olarak hem kişiler arası hem de gruplar arası karşılaştırmaya yönelik niteliklerin, insanların sosyal karşılaştırmadaki duygusal reflekslerinde önemli bir yere sahip olduğunu belirtmişlerdir. Weary, Marsh, Gleicher ve Edwards(1993), disforik insanların belirsizlik duygularından dolayı yaptıkları sosyal karşılaştırmaların geribildirimlerine çok duyarlı olduklarını öne sürmektedirler. Aynı şekilde Swallow ve Kuiper'de (1988) disforinin, bireyin sosyal karşılaştırma sonucundaki geribildirimlere duyarlılığını

arttırdığını ileri sürmektedirler. Bu görüşe göre üst karşılaştırmalar, disforik insanlarda, disforik olmayanlara oranla daha moral bozucu ve alt karşılaştırmalar daha moral verici bir içeriğe sahiptir. Bu açıdan bakıldığında, disforik insanların sosyal karşılaştırmalara karşı, disforik olmayanlara göre daha duyarlı oldukları söylenebilir. Maynard (1998) ise, bir beden imgesi taramasında kadınlara, çok zayıf kişiler izlettikten sonra kendilerine nasıl hissettikleri sorusunu yöneltmiş ve kadınlar bu modellerin kendilerine ilişkin güvensizlik hissetmelerine neden olduğunu vurgulamışlardır.

Taylor'a (2007) göre, sosyal karşılaştırma kendimize ilişkin değerlendirmelerimizi, duygu durumumuzu ve başkalarına tepkilerimizi etkiler. Kendimize güvenimizi pekiştirebilir, güdülenme düzeyimizi artırabilir. Bazen de tam tersine kendimizi oldukça yetersiz ve başarısız hissetmemize yol açabilir. Gordhjin ve Stapel'e (2006) göre, yukarı doğru karşılaştırma durumlarında, bireylerin kendilerinden daha iyi yapan bireylerle karşılaştırma yapmaları ilham verici olabilir, fakat aynı zamanda yıldırıcı ve engelleyici de olabilir. Aşağı ve yukarı doğru karşılaştırmaların kişilerin iyi olma hali üzerinde daha çok olumlu mu yoksa olumsuz etkiler mi yarattığı alanyazında çok tartışılmış bir konudur. Genel olarak bakıldığında hem aşağı doğru karşılaştırmaların hem de yukarı doğru karşılaştırmaların olumlu etkilerini savunan görüşler olmakla birlikte olumsuz etkilerinin de savunulduğu görülmektedir. Her iki karşılaştırma durumunda da birey üzerindeki etkisinin spesifik ele alınmasının önemli olduğu görülmektedir.

2.3. Duygusal Öz-yeterlik

Duygusal öz yeterlik kavramının tam olarak anlaşılabilmesi için onu oluşturan kavramların incelenmesi gerekmektedir. Duygusal öz-yeterlik kavramı duygu ve öz-yeterlik kavramlarının birleşiminden oluşmaktadır.

2.3.1. Duygu

Duygu kavramı, bedensel hareketler, farkına varma ve bilinçli farkındalık boyutlarını kapsayan bir çok psikolojik alt düzenceleri birlikte harekete geçiren içsel durumlardır (Mayer, Salovey ve Caruso, 2000). Duygular, insanların harekete geçmesini sağlayan dürtüler olarak tanımlanmaktadır (Adsız, 2016). Bir başka tanıma göre duygu, bir his ve bu hisse özgü belirli düşünceler, psikolojik ve biyolojik haller ve bir dizi

hareket eğilimidir (Goleman 1996). Duygular bireylerin eylemde bulunmasını sağlayan güdülenmeler olarak ifade edilmektedir (Adsız, 2016). Bir başka tanıma göre duygu, bireyin genel uyarılma hallerine karşı öncelikli olarak içsel boyutta oluşan, sonra tepkileri şekillendiren hisler olarak ifade edilebilir (Özdemir, 2017).

Duygu kavramının psikolojik, davranışsal ve düşsel boyutu mevcuttur. Duygular, bedenin başlangıçtaki cevaplarının ve değerlendirmelerinin belirtileridir. İlk olarak insanın bedenine ve anlamaya yöneliktir (Harre ve Parrott, 2000). Duygular hayatı anlamlı ve kıymetli bir boyuta taşımakta, bir olaya ilişkin yargıda bulunma ve devamında bu yargıyı uygulama noktasında kılavuzluk etmede işlevsel bir pozisyonda bulunmaktadırlar (Özdemir, 2017). Duygu kavramı irdelendiğinde, duygular içerisinde eylemi içermekte ve bireyleri eyleme yönlendirmektedir. Bireyleri umulmadık anlarda uyararak, harekete geçirir ve organize olmaları için fırsat sunar (Goleman, 2011).

Psikolojik alt sistemleri içerisinde barındıran duygular, kişilerin içinde meydana gelen, onlara ilişkin enformasyon içeren ve bireylere karşı sergiledikleri davranışları kontrol eden bir işleve sahiptirler (Çelenk, 2015). Yaşamımızda karşılaştığımız durumlara karşı sergilediğimiz davranışlar belleğimizde anlamlandırılmakta, bedensel uyarılmalar oluşmakta ve devamında duygu oluşmaktadır. Scherer, duyguların işlevlerini üç kategoride toplamaktadır; bireyi eylemde bulunmaya alıştırmak, oluşacak tutumları biçimlendirmek ve sosyal bağların düzenlemesini sağlamaktır (Morris ve Feldman, 1996).

Duygular dışsal durumlarla, bireylerin bu durumlara karşı buldukları eylemler arasında aracılık görevini üstlenirler. Duygular, farklı olaylarda uygun tepkilerde bulunmamızı sağlayan bir işleve sahiptir (Ramey ve Ramey, 1999; Sroufe, 1997). Bununla birlikte bireyin yaşadığı duyguyu aktarma biçimi ya da başkalarının hissettikleri duyguları tanıma becerisi duyguların işlevselliğinin temel bir boyutudur (Ramey ve Ramey, 1999).

Duygular, sadece yaşantılarımıza odaklanmaz hem kendimizi hem de dünyayı anlamamıza katkı sağlarlar. Erişkinliğe doğru ilerledikçe her aşamada daha karmaşık hale gelen duyguları tanımak ve anlamlandırmak gelişim görevleri ortaya çıktıkça daha önemli bir boyut kazanır (Denham, 1998; Akt. Dağlı, 2006).

Duygu, motivasyon, bilinç ve biliş zihinsel işlemlerin dört boyutu olarak kabul edilmektedir. Duygular, dış dünya ile birey arasındaki etkileşimlerdeki farklılıkların bir göstergesiyken aynı zamanda bu farklılıklara karşı bir tepkidir. Motivasyon memnun olmayı başarma ve yaratıcı olma ihtiyacı gibi davranışları şekillendirir. Biliş, sorunlarla başa çıkmayı ve kişinin çevreden öğrenme ihtiyacını gidermesini sağlar, bununla birlikte algılama, bellek ve problem çözmeyi kapsar. Duygu ve bilişin birleşiminde duygusal zeka oluşmaktadır denilebilir (Mayer, Salovey ve Caruso, 2000). Duygusal zeka kişisel bir özellik noktasında duygusal öz-yeterlik olarak kavramsallaştırılmaktadır.

2.3.2. Öz-yeterlik

Bandura tarafından geliştirilen Sosyal Öğrenme Kuramı'na ilişkin öne sürülen öz-yeterlik kavramı (Hamurcu, 2006; Özçelik ve Kurt, 2007) kişilerin olası durumlarla başa çıkmak için ihtiyaç duyulan davranışları ne ölçüde başarabileceklerine yönelik kişisel inançlarıyla ilgilidir (Bandura, 1982). Bireyin belli bir görevi yerine getirmede ihtiyaç duyulan eylemleri planlama ve arzu edildiği şekilde yapma becerisine yönelik duyduğu inanç öz-yeterlik olarak tanımlanmaktadır (Bandura,1997). Öz-yeterlik kavramı kişilerin yeteneklerinin bir fonksiyonu değil, yeteneklerini ortaya koyarak başarabildiklerine yönelik kanılarının bir sonucudur (Gürcan, 2005). Öz-yeterlik kişinin farklı olaylarda yeterlilik göstermesi, belli bir eylemi gerçekleştirme becerisine, yeteneklerine yönelik kişisel kavrayışı ve inancı olarak ifade edilmektedir (Senemoğlu, 1998). Aynı zamanda, öz-yeterlilik kişinin stres altında ya da gerçekleştirilmesi güç hedeflerle baş etme noktasındaki becerilerine ilişkin yargısı olarak tanımlanmaktadır (Luszczynka, Scholz ve Schwarzer, 2005).

Öz-yeterlik algısı; bireylerin duygularını, düşünme biçimlerini, nasıl motive olmayı sağladıklarını ve nasıl eylemde bulduklarını belirler (Bandura, 1994). Öz-yeterlilik algısı, eylemleri ya da amaçları yordamaz, kişinin gerçekleştireceklerine odaklanmaz ancak neyi gerçekleştirebileceğine yönelik inancı ile ilgilenir (Maddux, 2009). Öz-yeterlik dinamik bir kavram olup, her hangi bir anlamda belirginleşmiş veya durağan değildir (Baron ve Byrne, 2000). Yeterlik algısı bireyin inancına göre şekillenmektedir; bireylerin davranışları aracılığıyla istenilen sonuçları elde edebileceklerine inanmadıkça, güçlülere karşı sabır göstermek veya eylemde bulunmak için çok düşük

bir motivasyona sahip oldukları ifade edilmektedir (Bandura, 1999; Kumar ve Lal, 2006).

Öz-yeterlik, sosyal bilişsel kuramcılar tarafından davranış farklılığı oluşturan en önemli etken olarak ifade edilmektedir (Hofstetter, Zuniga ve Dozier, 2001). Öz-yeterlik, eylemde bulunmaya ilişkin ilk yargıyı, sarf edilecek eforu ve zorluklara karşı sergilenecek azmi şekillendirmektedir (Vardarlı, 2005).

Öz-yeterlik algısı yüksek olan bireylerin yaşamlarında çeşitli problemlerle karşılaştıklarında problemlere yönelik çözüm seçenekleri oluşturarak sorunlarını daha iyi bir şekilde çözebildikleri ileri sürülmektedir. Öz-yeterliğe sahip olmayan bireylerin olayları gördüğünden daha güç olarak algıladıkları ve olaylara daha dar bir bakış açısı sergiledikleri ve sorunları çözemedikleri ifade edilmektedir (Sakarya, 2013). Düşük öz-yeterlik bireyde umutsuzluğa yol açmakta, bireyin performansını olumsuz etkileyerek düşük performans ve daha fazla ümitsizliğe yol açmaktadır (Marat, 2003). Bireyin öz-yeterlik inancı olmadığına şans verilen birçok durumda bile, kendini yetersiz olarak algılayacaklardır (Özcan, 2016).

Yeterlik inancının yüksek oluşu, bireyin etkinlik göstereceği durumlarda istenilen sonuçlara ulaşmasına ve öznel iyi oluşuna birçok noktada katkı sunar. Beceri ve kapasitelerine önemli ölçüde inanan bireyler, güç durumları “baş edilebilir” olarak anlamlandırırken, becerilerine inanmayanlar bu durumları “tehlikeli ve tehdit edici” olarak anlamlandırır ve yüzleşememe yolunu seçerler (Bandura, 1994). Bireyde öz-yeterlilik düşükse, birey yapabileceklerine ilişkin bir fikre sahip olsa dahi bunu eyleme dönüştüremez (Alcı, 2007). Yetersiz öz-yeterlik inancı, bireylerde depresyon, kaygı ve çaresizlik gelişmesine neden olmakta ve bu bireyler çoğunlukla karamsardırlar. Yüksek öz-yeterlik düzeyine sahip kişilerin büyük hedeflere sahip oldukları, kompleks ve tehlike arz eden görevleri üstlenmekte daha atılgan davrandıkları ve kararlılıkla çalıştıkları belirtilmiştir (Keskin ve Orgun, 2006).

2.3.3. Duygusal Öz-yeterlik ve Duygusal Zeka

Duygusal zeka (Emotional Intelligence) kavramı psikolog Peter Salovey ve John Mayer tarafından 1990 yılında ortaya atılmış; “kendisinin ve başkalarının hislerini gözleyip düzenleyebilmek; hisleri, düşünce ve eyleme kılavuzluk edecek şekilde

kullanabilmek” olarak ifade edilmiştir. Duygularını iyi bir biçimde aktarabilme becerisine sahip kişilerin, daha olumlu ve işlevsel bir iletişim kurdukları belirtilmiştir (Salovey ve Mayer, 1990).

Duygusal zeka kişilerin düşüncelerinden yola çıkarak duygularını kavrama, anlamlandırabilme, değerlendirebilme ve bu yönde düzenleyebilme becerisi olarak ifade edilmektedir (Nettelbeck ve Wilson, 2005). Goleman (2004) duygusal zekayı; bireyin kendini eylemde bulunabilmeye, sorunlara rağmen ilerleyebilme, dürtüleri kontrol altında tutarak doyumunu geciktirebilme, içinde bulunduğu durumu organize edebilme ve empati yapabilme olarak tanımlamaktadır. Duygusal zeka bireyin kendisinin ve diğerlerinin duygularını bilme ve anlamlandırmanın yanı sıra duygularla bağlantılı durumları yaşamına ve çalışmalarına etkili bir şekilde aktararak onlara orantılı eylemlerde bulunmasını sağlar (Yeşilyaprak, 2001). Bir başka tanıma göre duygusal zeka bireyin içinde bulunduğu ortamdan gelen istek ve baskılarla karşı çıkabilme yeteneğini etkileyen kognitif olmayan beceriler olarak tanımlanmaktadır (Robbins, 2001).

Duygusal zeka modeli hisleri ve duygu durumlarını kapsayan 4 boyuttan oluşmaktadır:

1. *Duygusal kavrama, algılama*: Duygusal zeka duyguların kavranıp dile getirilmesiyle başlar.

2. *Düşüncenin duygusal açıdan düzenlenmesi*: Duygular bilişsel yaşamın zihinsel, bedensel kompleks sistemleridir. Duygular bilişsel yapıyı değiştirir. Birey iyi hissederken bilişsel yapı olumlu, kötü hissederken olumsuz olur.

3. *Duygusal sezgi ve yapılandırma*: Duygular bilinip adlandırıldığında duygusal sezgi tamamlanmaktadır.

4. *Duyguların yönetimi*: Kişinin kendisini ve diğerlerinin duygularını yönetebilmesi. Bu durum diğer bireyler ile ilişkisindeki duygusal gelişimi sağlar (Mayer, Salovey ve Caruso, 2000).

Bar-on’a göre duygusal zeka; kişinin kendisini ve başkalarını algılamasını, bireylerle temas halinde olmasını, uyum sağlamasını ve o esnada ortaya çıkabilecek

sorunlara karşı koyabilmesini sağlayan becerilerden oluşur ve böylece çevresel adaptasyonu geliştirerek başarının gelişmesini sağlamaktadır (Carney, 1999).

Duygusal zeka modelleri incelendiğinde, yetenek modeli ve karma model olmak üzere iki temel açıdan değerlendirildiği görülmektedir. Cobb ve Mayer'in (2000) yetenek modeli duygusal zekayı yetenekler grubu olarak açıklamaktadır ve duygulardan hareketle mantık yürütmenin potansiyel kullanımlarını öne çıkarmaktadır. Karma model ise daha çok öne çıkan bir yaklaşımdır ve duygusal zeka yeteneğini kişisel bir özellik olmaktan çok sosyal beceriler, özellikler ve davranışlar ile birleştirerek anlamlandırmaktadır (Akt. Çakar ve Arbak, 2004).

İnsanlar duygusal zekaları sayesinde diğer kişilerle anlayış ve merhamet çerçevesinde ilişki içerisinde olabilmekte, sosyal yeteneklerini ortaya çıkarabilmekte, eylem ve tepkilerini oluşturmak amacıyla duygusal durumlarını kullanabilmektedirler (Yelkikalan, 2006). Güney (2000), duygusal zekaya temel oluşturan duygusal özellikleri şöyle sıralamıştır:

- Empatik olma ve empatik ilişki kurabilme becerisi,
- Duyguları ifade edebilme ve anlama yeteneği,
- Kendini kontrol edebilme yeteneği,
- Bağımsız bir şekilde kararlar alabilme yeteneği,
- Bulunduğu ortama adapte olabilme yeteneği,
- Onaylanma kaygısı taşıma,
- Problem çözebilme yeteneği,
- Sabırlı olma,
- Sempatik olma,
- Saygı gösterme

Duygusal zeka ile ilişkili yetenekler, bilişsel becerilerin zıttı olmamakla beraber onların tamamlayıcısıdır (Güney, 2000). Duygusal zeka düzeyi yüksek olan bir birey "bir şeyi yapabilme inancını" oluşturabilir ve duygularını yönetebilme becerisini kullanarak negatif duygularını dönüştürerek yaşam kalitesini yükseltebilir (Dutoğlu ve Tuncel, 2008).

Petrides ve Furnham'ın yaptıkları çok sayıda çalışmada (2000; 2001; 2003), yukarıda tanımlanan duygusal zeka ve öz-yeterlik kavramlarını birleştirerek duygusal öz-yeterlik kavramını kullanmışlardır. Duygusal zekanın iki temel boyutunun olduğu; bunlardan ilkinin kişisel nitelik olarak ikincisinin ise bilgiyi işleme süreci olarak tanımlanan duygusal zeka olduğu ifade edilmiştir. Kişisel özellik olarak tanımlanan duygusal zeka, duygusal öz-yeterlik olarak adlandırılmaktadır. Bilgiyi işleme süreci olarak tanımlanan duygusal zeka ise duyguların düşünce gelişimini desteklemesinde kullanıldığından, bilişsel-duygusal bir yetenek olarak tanımlanmaktadır.

Bütünüyle bireyin kendi algısına ilişkin olarak ortaya çıkan (Pool ve Qualter, 2012) duygusal öz-yeterlik kavramı; duyguyla bağlantılı kişinin kendisine dönük kavranan beceriler, bu becerilerin değerlendirilmesi ve bununla ilişkili bir düşüncenin oluşması olarak kavramsallaştırılmaktadır (Petrides ve Furnham, 2006). Petrides ve Furnham (2000), duygusal öz-yeterliği kişinin kendini duygusal fonksiyonelliğine ilişkin ne ölçüde yeterli bulduğuna yönelik benlik algısı olarak ifade etmişlerdir.

Duygusal öz-yeterlik çevresel kaynaklı olmaktan çok içten oluşan hisleri yönetmeye ilişkindir. Çocukların duygularını agresif davranarak, memnuniyetsizliklerini bağırarak ortaya koydukları, duygusal öz-yeterliği yüksek ergenlerin ise bir sorun ile karşılaştıklarında problem çözme becerilerini kullanarak kendilerini kontrol edebildikleri ifade edilmektedir (Kirk, Schutte ve Hine, 2008).

Duygusal öz-yeterlik kavramı bireyin negatif duygularla baş edebilme becerisine sahip olabilme ve oluşan yeni süreçlere adapte olabilmek için duygularını etkili bir şekilde ortaya koyabilme becerisine sahip olduğuna dönük yargıları kapsamaktadır (Southam-Gerow, 2014; Willemse, 2008). Duygusal öz-yeterliğin gelişimiyle birlikte, kişi kendini yatıştırma veya daha pozitif bir bakış açısı oluşturarak mevcut duygusal durumunun üzerinde kontrolü sağlayabilmektedir (Hessler ve Fainsilber-Katz, 2010).

2.4. Yapılan Çalışmalar

Bu bölümde sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlilik ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılmış olan çalışmalara yer verilmiştir.

2.4.1. Sosyal Karşılaştırma ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Öğrencilerin sosyal karşılaştırma ve depresyon düzeylerinin demografik değişkenler açısından incelendiği çalışmada (Erözkan, 2004), sosyal karşılaştırma düzeylerinin sınıf ve sosyo-ekonomik açıdan anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Sosyal karşılaştırma ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken depresyon ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

Hemodiyaliz hastaları üzerinde yapılan bir çalışmada (Pınarlıgil, 2008), hastaların sosyal karşılaştırma süreç ve eğilimleri incelenmiştir. Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre, hastaların kendi durumlarını değerlendirmek amacıyla aşağı yönlü, hastalıkla mücadele edebilmek için ise yukarı yönlü karşılaştırma yaptıkları görülmüştür. Bu sonuçlardan yola çıkarak, diyaliz hastalarının hastalık şiddeti boyutu açısından kendilerinden daha iyi durumda olanlar ile karşılaştırma içerisine girerek hastalığı daha iyi yönetmeye çalıştıkları sonucuna varılmıştır.

Sosyal fobi tanısı konulan kişiler üzerinde yapılan çalışmada (Antony, Rowa, Liss, Swallow ve Swinson, 2005) 59 kişiye sosyal karşılaştırma ile ilgili ölçekler uygulanmıştır. Yaklaşık iki hafta süren bu çalışma sonucunda sosyal fobi tanısı alan kişilerde yoğun bir şekilde yukarı yönlü sosyal karşılaştırmaların yapıldığı ve bu karşılaştırmaların da giderek anksiyete ve depresyon düzeylerinin artmasına neden olduğu saptanmıştır.

Ortaokul öğrencilerinin akademik başarılarıyla ilişkili sosyal karşılaştırma süreçlerinin incelediği çalışmada, öğrencilerin daha çok yukarı yönlü sosyal karşılaştırmalar yaparak ileride sınav puanı yüksek olan arkadaşlarına benzer puanlar almayı bekledikleri tespit edilmiştir. Cinsiyet açısından ise, kız öğrencilerin daha çok empatik cevaplar verdikleri; erkek öğrencilerin ise egosantrik cevaplar verdikleri saptanmıştır (Buunk, Kuyper ve Zee, 2005).

Sanatsal çalışmalarda bulunan öğrencilerin kendilerini kabul düzeyleri ile sosyal karşılaştırma düzeylerinin incelediği çalışmada (Burlison, Leach ve Harrington, 2005), 6 haftalık programdan sonra olumsuz karşılaştırmalar yapan kişilerde aşağılık duygusu, olumlu karşılaştırmalar yapan kişilerde ise güvenin ve motivasyonun arttığı ortaya konmuştur.

Ortaöğretim öğrencilerinde sosyal karşılaştırma ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada (Yılmaz, 2010), sosyal karşılaştırma düzeyi yüksek olan kişilerde psikolojik belirtilere rastlanmazken, sosyal karşılaştırma düzeyi orta ve düşük olan kişilerde psikolojik belirtiler gözlenmiştir.

İntihar etme davranışının nedenlerinin araştırıldığı bir çalışmada (Smalley, Scourfield ve Greenland, 2005), iş ortamı, sosyal uyum, zihinsel rahatsızlıklar, aile ilişkileri, cinsel oryantasyon ve yardım arama ihtiyaçlarına ek olarak sosyal karşılaştırmanın da intihar nedenleri arasında olduğu sonucuna varılmıştır.

Dalış sporuna devam eden öğrencilerle öğretmenleri arasındaki ruhsal durum farklılıklarının incelendiği bir çalışmada (Berkem, 2001), 39 öğrenci ve 23 öğretmen katılımcı olarak alınmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, öğretmenlerin sosyal karşılaştırma puanlarının öğrencilerin puanlarından yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, öğretmenlerin kendilerini toplum içinde diğerleriyle kıyaslayarak daha iyi hissetmeleriyle ilişkili olarak açıklanmıştır.

Beden imgesi, beden organlarından memnuniyet, benlik saygısı, yaşam doyumu ve sosyal karşılaştırma düzeyinin demografik değişkenlere göre incelendiği çalışmaya (Çetinkaya, 2004), Mersin ve Adana illerinden 17-61 yaş aralığında 531 kişi katılmıştır. Bu çalışmada sosyal karşılaştırma düzeyleri eğitim durumlarına göre farklılaşmaktayken cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır.

White, Langer, Yariv ve Welch (2006) tarafından yapılan çalışmada, çoğunlukla sosyal karşılaştırma yapan kişilerin daha çok yıkıcı duygu ve davranışlar sergilediği ve yaptıkları işlerde yetersizlik inancına sahip oldukları sonucuna varılmıştır. Öte yandan katılımcıların benlik saygısı ve sosyal karşılaştırma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin sosyal karşılaştırma düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesini amaçlayan çalışmada (Bilbek ve Yılmaz, 2014), sosyal karşılaştırma düzeylerinin cinsiyet açısından farklılık gösterdiği, kadınların ortalamalarının erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca bu çalışmada akademik başarı düzeyi yüksek olan öğrencilerin, akademik başarı

düzeyi düşük olan öğrencilere oranla sosyal karşılaştırma açısından kendilerini daha olumlu değerlendirdikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin stresle başa çıkma tarzları, eğitim öğretim yaşantılarında stresle başa çıkma ve sosyal karşılaştırma düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelendiği çalışmada (Saral, 2013), cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yetiştirme yurdunda kalan erkek ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri kadın ergenlerin ortalamalarından daha yüksek olduğu, buradan hareketle erkeklerin daha olumlu benlik algısına sahip oldukları sonucuna varılmıştır. Elde edilen diğer bir bulguya göre ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile ders çalışma, sınava hazırlanma ve sorumluluk arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu bulgudan yola çıkarak ders çalışma ve sınava hazırlanma ile sorumluluk görev yönelimli olan öğrencilerin benlik algılarının da olumlu yönde değiştiği belirtilmiştir.

2.4.2. Öz-Yeterlik ve Duygusal Öz-yeterlik ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Ergenlerin benlik saygısı ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin incelendiği çalışmada (Ceylan, 2013) İzmir ilinden 300 öğrenciye Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği, Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri, Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Katılımcıların duygusal öz-yeterlilik düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ortaya konmuştur. Buna göre kız öğrencilerin duygusal öz-yeterlilikleri, duyuları anlama ve algılama, duyguları kullanma öz-yeterlik düzeyleri erkek öğrencilerden önemli ölçüde yüksek bulunmuştur. Ayrıca bu çalışmada benlik saygısı yüksek olan öğrencilerin duygusal öz-yeterlilikleri de yüksek bulunmuştur.

Ergenlerde bilişsel esneklik ile öz-yeterlik arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmaya (Özcan, 2016), 1035 öğrenci katılımcı olarak katılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre bilişsel esneklik ile öz-yeterlik arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre bilişsel esneklik düzeyleri yüksek olan ergenlerin öz-yeterlik düzeyleri de yüksek bulunmuştur. Aynı zamanda, bilişsel esneklik düzeyi yüksek ergenlerin duygusal öz-yeterliliklerinin de yüksek olduğu görülmüştür.

Ergenlik döneminde benlik imajı ve öz- yeterlilik değişkenlerinin incelendiği bir çalışmada (Bacchini ve Magliulave, 2003) cinsiyet açısından anlamlı bir farkın olduğu saptanmıştır. Kadınların akademik ve öz-düzenleme yeterliliklerinin erkeklerden daha yüksek olduğu, duygusal öz-yeterliliklerinin ise erkeklerden daha düşük olduğu bulunmuştur.

Ortaöğretim öğrencilerinden oluşan 650 kişi ile yapılan çalışmada (Pedrides, Frederickson ve Furnham, 2004), normal dışı davranışlar ve akademik başarı üzerinde duygusal zekânın etkisi incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, duygusal zekânın zihinsel beceri ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi dengelediği sonucuna varılmıştır. Ayrıca duygusal zekâ düzeyleri yüksek olan öğrencilerin özürsüz devamsızlık ve okuldan uzaklaştırılma oranlarının daha düşük olduğu ortaya konmuştur.

Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal öz-yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkinin demografik özelliklere göre incelendiği çalışmada (Sakarya, 2013), ergenlerin duygusal öz-yeterlilikleri ile ruhsal belirtiler arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Öte yandan ergenlerin duygusal öz-yeterlilik düzeyi yükseldikçe depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı düzeylerinin düşüş gösterdiği bulunmuştur.

Rehber öğretmenlerin psikolojik danışma ve rehberliğe ilişkin öz-yeterlilik algılarının bazı değişkenlere göre incelendiği çalışmada (Kola, 2012), rehber öğretmenlerin öz-yeterlilik algılarının özel okullarda çalışanların lehine farklılaştığı aynı zamanda fen-edebiyat fakültesi mezunlarının öz-yeterlilik düzeylerinin eğitim fakültesi mezunlarına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Ergenlerin öz-yeterlilik ve benlik saygısı üzerinde ailenin etkisi ve bu etkinin okula uyumla ilişkisinin incelendiği çalışmada (Smith, 2007), otoriter ebeveynlere sahip ergenlerin diğer ergenlere göre daha düşük benlik saygısına ve öz-yeterliliğe sahip oldukları bulunmuştur. Genel öz-yeterlilik ve benlik saygısının bireyin okula adaptasyonunu şekillendirdiği; buna göre, yüksek düzeyde duygusal öz-yeterliliğe sahip bireylerin, öz-yeterliliği düşük bireylere göre daha az sorun yaşadıkları ve okula daha iyi uyum sağladıkları saptanmıştır.

Duygusal öz-yeterlilik ve affetmenin üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyini yordayıcı rolünün incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada (Asıcı ve Uygur,

2017), algılanan stres düzeyi ile duygusal öz-yeterlik ve affetme arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin duygusal öz-yeterlik düzeyleri arttıkça algıladıkları stres düzeyi azalmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik inancı ve beden imajlarının psikolojik sağlamlık düzeylerini yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan çalışmada (Kılıç, Mammadov, Koçhan ve Aypay, 2018), genel öz yeterlik inancı ve beden imajının, öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeylerini anlamlı olarak yordadığı sonucuna varılmıştır. Aynı zamanda cinsiyet açısından da değişkenler arasında anlamlı farklılıklar olduğu; buna göre, erkeklerin öz yeterlik inancı, beden imajı ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

3. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, katılımcıları, veri toplama araçlarının psikometrik özellikleri ile araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel analizinde kullanılan tekniklere ilişkin bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlayan bu çalışma, ilişkisel (korelasyonel) tarama türünde bir araştırmadır. İlişkisel (korelasyonel) araştırma, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden-sonuç ile ilgili ipuçları elde etmek amacıyla yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2017).

3.2. Evren ve Çalışma Grubu

Bu araştırmanın evrenini, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Van ili merkez ilçelerinde (Edremit, İpekyolu, Tuşba) öğrenim gören ortaöğretim öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma grubunu ise merkez Edremit, İpekyolu ve Tuşba ilçesi sınırları içerisinde bulunan 5 farklı ortaöğretim kurumunda öğrenim gören 9., 10., 11 ve 12. sınıflarına devam eden öğrenciler arasından ulaşılabilen toplam 570 öğrenci oluşturmuştur. Katılımcıların 299'u (% 52.5) kadın, 271'i (% 47.5) erkektir. Öğrencilerin % 40.5'i Anadolu lisesinde, % 19.1'i fen lisesi, % 19.6'sı meslek lisesi ve % 20.7'si imam hatip lisesinde öğrenim görmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak; Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ), Duygusal-Öz-Yeterlik Ölçeği ve araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu (KBF) kullanılmıştır.

3.3.1. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)

Gilbert ve Trent tarafından 5 maddeyle biçimlendirilen (Allan ve Gilbert, 1995), Şahin ve arkadaşları tarafından da madde sayısı önce 6'ya (Şahin ve Sahin, 1992) daha

sonra 18'e çıkarılarak geliştirilen (Şahin, Durak ve Şahin, 1991) SKÖ, kişinin kendisine yönelik olumsuz değerlendirmelerinin düzeyini belirlemek amacını taşımaktadır (Savaşır ve Şahin, 1997). SKÖ, grup olarak ergen ve yetişkinlere uygulanabilen zaman sınırlaması olmayan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. İki kutuplu 18 özellikten oluşmuştur. Bireyin kendi kendine yanıtlayabileceği, uygulaması kolay bir ölçektir. Formun başında nasıl yanıtlanacağına ilişkin yönergesi bulunmaktadır. Ölçeğin çift kutuplu 18 maddesi olmakla birlikte, anlaşılabilirliği sağlamak için işaretleme 1-6 arasında Likert tarzında yapılmaktadır. İki kutuplu maddeler, 6 noktalı bir boyut üzerinden alınan puanlara göre değerlendirilmektedir. Yüksek puanlar, olumlu benlik şemasına, düşük puanlar olumsuz benlik şemasına işaret etmektedir. Ölçek standart çeviri kurallarına uyularak çevrilmiştir. Ancak, Türkçe form oluşturulurken orijinal ölçekte bulunmayan yeni maddelere yer verilmiştir. Ölçeğin orijinali, ruhsal sorun belirtileri yüksek olan kişilerin, kendilerini başka insanlarla karşılaştırırken önemli kişilik boyutlarında olumsuz değerlendirmeler yaptıkları hipotezi ile hazırlanmıştır. Ölçeğin asıl formu iki kutuplu 5 özellikten oluşmaktadır. Türkçe formuna bir çalışmada (Şahin ve Şahin, 1992), altıncı bir özellik (başarısız-başarılı) eklenmiştir. Kişinin kendi kendini değerlendirmesi bağlamında geçerliği ve güvenilirliği yüksek olan bir ölçektir. Güvenirlik açısından incelendiğinde ölçeğin Cronbach alfadeğeri .87 olarak bulunmuştur.

3.3.2. Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği (DÖYÖ)

Kirk, Schutte ve Hine (2008) tarafından geliştirilen ve Totan, İkiz ve Karaca (2010) tarafından Türkçeye uyarlanıp güvenilirlik-geçerlik çalışmaları yapılan Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği; duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılama şeklinde isimlendirilen dört boyutta, toplam 32 maddeden oluşan, beşli Likert tipinde [Hiç emin değilim, çok az eminim, biraz eminim, çoğunlukla eminim, kesinlikle eminim] bir ölçme aracıdır. Ölçek toplam ve alt boyutlarından alınan yüksek puan duygusal öz yeterliğin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Özgün formunu geliştiren Kirk, Schutte ve Hine (2008) betimleyici faktör analizi sonucunda ölçeğin toplam varyansın % 44'ünü açıklamada yeterlik gösterdiğini ve Cronbach alfa değerinin .96 olduğunu belirlemiştir. Uyarlama çalışmaları sırasında Totan, İkiz ve Karaca (2010) ise ölçeğin özgün formunda yer alan dört faktörlü yapısını, Türkçe formunda da koruduğunu ($\chi^2= 1556$, $sd= 460$, $\chi^2/sd= 3.39$, $CFI= .94$, $RMSEA=$

.07) ve iç tutarlık düzeylerinin .70 ile .83 arasında olduğunu rapor etmişlerdir. Başka bir çalışmada (Totan, 2014) ölçeğin iç tutarlığı .92 olarak rapor edilmiştir.

3.3.3. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan ergenlerin farklı değişkenler açısından dağılımını belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiş bir bilgi formudur. Bu form, ergenlerin cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, okul türü, anne ve baba öğrenim düzeyi, anne ve baba mesleği, anne-baba birliktelik durumu, ailenin ekonomik durumu, okul başarısı, kendisine zarar verecek davranışlarda bulunma ve genel olarak hayattan memnuniyet durumunu belirlemek amacıyla düzenlenmiş olan sorulardan oluşturulmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri 2017-2018 eğitim-öğretim yılı Nisan ayında Van ili merkez ilçelerinde bulunan ortaöğretim okullarından elde edilmiştir. Verileri toplamak için Van İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne başvurulmuş ve gerekli izinler alınmıştır. Araştırma merkez İpekyolu, Edremit ve Tuşba ilçelerinde bulunan Vali Haydar Bey Anadolu Lisesi, Türkiye Yardımsenverler Derneği Anadolu Lisesi, Mizancı Murat Anadolu İmam Hatip Lisesi, Mehmet Erdemoğlu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve İpekyolu İMKB Fen Lisesi'nde okuyan 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrencileri ile yürütülmüştür. Araştırmanın verileri, Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanarak elde edilmiştir. Ölçekler, okullarda çalışan okul psikolojik danışmanları ve öğretmenler aracılığıyla sınıf ortamında bir ders saati içerisinde yönergelere uygun olarak uygulanmış ve doldurmaları için öğrencilere yeterli oranda süre verilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Ölçeklerin güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları kapsamında doğrulayıcı faktör analizi ve madde analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ve yol analizi için AMOS 22.0; madde analizi, karşılaştırma ve ilişki testleri için SPSS paket programlarından yararlanılmıştır.

Yapısal eşitlik modellerinde model uyumunun değerlendirilmesinde “Ki-kare istatistiğinin serbestlik derecesine oranı” (X^2/sd), “bireysel parametre tahminlerinin istatistiksel anlamlılığı” (t değeri), “kalıntılara dayanan uyum indeksleri” (SRMR, GFI),

“bağımsız modele dayanan uyum indeksleri” (NFI, NNFI, CFI) ve “yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA)” olarak sınıflandırılan uyum indeksleri kullanılmıştır. Model uyum indeksleri için beklenen katsayılar Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo1. *Model Uyum İndeksleri*

Uyum İndeksleri	Kabul Edilebilir	Referans
χ^2/sd	< 5	Tabachnick & Fidell, 2001.
RMSEA	$\leq .10$	Kelloway, 1989; Tabachnick & Fidell, 2001.
SRMR	$\leq .08$	Hu & Bentler, 1999; Brown, 2006.
GFI	$\geq .90$	Kelloway, 1989; Schumacker & Lomax, 1996; Sümer, 2000; Hooper, Coughlan & Mullen, 2008.
NFI	$\geq .90$	Kelloway, 1989; Schumacker & Lomax, 1996; Sümer, 2000; Tabachnick & Fidell, 2001; Thompson, 2004.
NNFI	$\geq .90$	
CFI	$\geq .90$	Hu & Bentler, 1999; Sümer, 2000; Thompson, 2004.
Standart hata (min-max)	.05 – .45	Bollen, 1989
Faktörler arası korelasyon	.30 – .85	Tabachnick & Fidell, 2001

Güvenirlilik çalışması kapsamında madde-toplam korelasyonu ve Cronbach Alpha testleri uygulanmıştır. Cronbach alpha testin iç tutarlığını; madde toplam korelasyonu test maddelerinden alınan puanlar ile testin toplam puanı arasındaki ilişkiyi açıklar. Her iki test, test maddelerinin ayırt ediciliğini göstermektedir. Madde-toplam korelasyonunun pozitif ve yüksek olması, maddelerin benzer davranışları örneklediğini gösterir ve testin iç tutarlığının yüksek olduğunu gösterir. Genel olarak madde-toplam korelasyonu .30 ve daha yüksek olan maddelerin bireyleri iyi derecede ayırt ettiği, .20-.30 arasında kalan maddelerin gerektiğinde teste alınabileceği söylenebilir. Cronbach alpha, iç tutarlığı göstermekte olup genellikle .70’in üzerinde olması beklenir (Büyüköztürk, 2011).

Ölçek ve alt boyut puanlarının normallik sınavında Çarpıklık (Skewness) katsayısı kullanılmıştır. Sürekli bir değişkenden elde edilen puanların normal dağılım özelliğinde kullanılan çarpıklık katsayısının (Skewness) ± 1 sınırları içinde kalması puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanabilir. Puanların karekök, logaritmik veya ters döndürme yöntemleriyle normal dağılımları sağlanarak parametrik testler kullanılabilir (Büyüköztürk, 2011). Ölçek ve alt boyut puanları normalden önemli bir sapma göstermediğinden demografik değişkenlere göre karşılaştırmalarda bağımsız iki örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi

(ANOVA)testinden yararlanılmıştır. ANOVA testinde anlamlı farklılık görüldüğünde farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD post hoc testinden yararlanılmıştır. Ölçek puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson korelasyonu;sosyal karşılaştırma eğiliminin duygusal öz-yeterlik üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla regresyon analizinden yararlanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir.

3.5.1. Duygusal Öz-yeterlik Ölçeğinin DFA sonuçları

Duygusal öz-yeterlik ölçeğinin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeks değerleri Tablo 2’de gösterilmiştir. İlk doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre model uyum indekslerinin uygun olmadığı ve faktör yüklerinin .40’ın altında olduğu tespit edildiğinden (Tablo 2) öncelikle faktör yükü uygun olmayan maddeler aşamalı olarak ölçekten çıkarılarak faktör analizi tekrarlanmış ve ölçekte 28 madde kaldığı tespit edilmiştir.

Tablo 2.*Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği Model Uyum İndeksleri*

Model Uyum İndeksleri	32 madde 4 boyut	28 madde 4 boyut*
X ² /sd	3.01	2.58
RMSEA	.06	.05
SRMR	.06	.05
GFI	.84	.90
NFI	.71	.79
NNFI	.76	.84
CFI	.78	.86
Faktör yükü (min-max)	.30-.61	.40-.61
Standart hata (min-max)	.10 – .26	.10 – .19

*Kovaryans bağlantılarıyla

Faktör yükü düşük maddelerin ölçekten çıkarılması ve uygun kovaryans bağlantıları sonucunda duygusal öz-yeterlik ölçeğinin 4 boyut ve kalan 28 maddeden oluşan yapısının uygun olduğu tespit edilmiştir. DFA sonuçlarına göre model uyum indeksleri genel olarak iyi, hata varyansları düşük (.10 ile .19 aralığında, Tablo 2); faktör yükleri .40 ile .61 aralığında ve t değerleri .01 düzeyinde anlamlıdır (Tablo 3).

Tablo 3. *Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği DFA ve Madde Analizi Sonuçları*

Faktör ve Maddeler	Std. β	t	R^2	r	α (0,89)
Düzenleme					
M2	.40		.16	.34	.70
M8	.45	7.32**	.21	.40	
M12	.57	7.08**	.32	.47	
M16	.54	7.77**	.29	.41	
M24	.54	7.64**	.29	.40	
M28	.58	7.63**	.33	.41	
M32	.46	7.85**	.21	.47	
Destekleme					
M6	.49		.24	.39	.70
M10	.42	7.52**	.17	.43	
M14	.49	8.35**	.24	.40	
M18	.58	9.12**	.33	.41	
M22	.47	8.12**	.22	.46	
M26	.47	8.07**	.22	.50	
M30	.54	8.79**	.29	.50	
Anlama					
M4	.44		.19	.49	.73
M7	.42	7.30**	.18	.52	
M11	.49	9.02**	.24	.47	
M15	.53	8.28**	.28	.40	
M19	.53	8.28**	.28	.44	
M23	.61	8.89**	.37	.47	
M27	.52	8.27**	.27	.48	
Algılama					
M5	.51		.26	.42	.71
M9	.53	9.27**	.28	.52	
M13	.44	8.20**	.19	.46	
M17	.54	9.41**	.29	.47	
M21	.45	8.34**	.20	.49	
M25	.55	9.57**	.31	.50	
M29	.54	9.39**	.29	.47	

r: Madde Toplam Korelasyonu ** $p < .01$

Madde analizi sonuçlarına göre ölçeğin Cronbach alpha katsayısı .89; alt boyutların alpha katsayıları sırasıyla .70 – .70 – .73 ve .71 olarak tespit edilmiştir. Ölçekteki tüm maddeler için madde-toplam korelasyonu .30'dan yüksek (.34 ile .50 aralığında) olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3). Elde edilen bulgulara göre Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği 28 madde ve 4 boyutlu yapısı ile güvenilir ve geçerli bir ölçektir.

3.5.2. Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinin DFA sonuçları

Sosyal Karşılaştırma ölçeğinin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeks değerleri Tablo 4'te gösterilmiştir. İlk doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre model uyum indekslerinin uygun olmadığı ve faktör yüklerinin .40'ın altında olduğu tespit edildiğinden (Tablo 4) öncelikle faktör yükü uygun olmayan maddeler çıkarılarak faktör analizi tekrarlanmış ve ölçekte 16 madde kaldığı tespit edilmiştir.

Tablo 4. *Sosyal Karşılaştırma Ölçeği Model Uyum İndeksleri*

Model Uyum İndeksleri	18 madde tek boyut	16 madde tek boyut*
X^2/sd	7.92	3.99
RMSEA	.11	.07
SRMR	.08	.05
GFI	.80	.93
NFI	.71	.90
NNFI	.70	.89
CFI	.74	.92
Faktör yükü (min-max)	.24-.67	.40-.61
Standart hata (min-max)	.10 – .13	.10 – .19

*Kovaryans bağlantılarıyla

Faktör yükü düşük maddelerin ölçekten çıkarılması ve uygun kovaryans bağlantıları sonucunda sosyal karşılaştırma ölçeğinin tek boyut ve kalan 16 maddeden oluşan yapısının uygun olduğu tespit edildi. DFA sonuçlarına göre model uyum indeksleri genel olarak iyi, hata varyansları düşük (.10 ile .19 aralığında) (Tablo 4); faktör yükleri .40 ile .61 aralığında ve t değerleri .01 düzeyinde anlamlıdır (Tablo 5).

Tablo 5. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği DFA ve Madde Analizi Sonuçları

Maddeler	Std. β	t	R ²	r	α
M1	.51		.26	.50	
M2	.55	11.92**	.30	.56	
M3	.55	11.61**	.31	.56	
M4	.66	10.64**	.43	.62	
M5	.51	9.12**	.26	.49	
M6	.56	9.69**	.31	.54	
M7	.59	10.00**	.35	.59	
M9	.47	8.74**	.22	.42	
M10	.40	7.75**	.16	.38	.88
M11	.56	9.75**	.32	.56	
M12	.66	10.72**	.44	.64	
M13	.54	9.49**	.29	.55	
M15	.66	10.68**	.43	.60	
M16	.62	10.26**	.38	.55	
M17	.62	9.59**	.38	.54	
M18	.64	10.48**	.40	.57	

r: Madde Toplam Korelasyonu

** $p < .01$

Madde analizi sonuçlarına göre ölçeğin Cronbach alpha katsayısı .88 olarak tespit edilmiştir. Ölçekteki tüm maddeler için madde-toplam korelasyonu .30'dan yüksek (.38 ile .64 aralığında) olduğu tespit edilmiştir (Tablo 5). Elde edilen bulgulara göre Sosyal Karşılaştırma Ölçeği 16 madde ve tek boyutlu yapısı ile güvenilir ve geçerli bir ölçektir.

4. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde çalışmaya katılan ergenlerden, ölçekler aracılığıyla elde edilen analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan ergenlerin demografik özelliklerine bakıldığında; 570 katılımcının % 52.5'i kadın, % 47.5'i erkektir. Katılımcıların % 31.4'ü 14-15 yaş, % 49.1'i 16-17 yaş ve % 19.5'i 18-19 yaş grubundadır. Katılımcıların %48.6'sı kendisi dahil 4 ve daha az kardeş, %51.4'ü 5 ve daha fazla kardeştir. Katılımcıların %34.2'sinin annesi okur-yazar değilken, %9.3'ünün annesi okur-yazar, %30.9'unun annesi ilkokul, %12.5'i ortaokul, %13.2'si lise ve üniversite mezunudur. Katılımcıların % 8.8'inin babası okur-yazar değil % 8.4'ünün babası okur-yazar, % 27.2'sinin babası ilkokul, % 18.8'inin ortaokul, % 20.5'inin lise, % 16.3'ünün üniversite mezunudur. Katılımcıların % 95.8'inin annesi çalışmıyor veya ev hanımıyken, % 4.2'sinin annesi herhangi bir işte çalışmaktadır. Katılımcıların %14.6'sının babası çalışmıyor/emekli, %22.3'ünün babası memur, %17.9'unun babası işçi/çiftçi, %45.3'ünün babası serbest meslek sahibidir. Araştırmaya katılan ergenlerin % 92.5'inin anne babası birlikte yaşamaktadır. Katılımcıların % 17.4'ü ailesinin ekonomik durumunu düşük, % 71.9'u orta, % 10.7'si yüksek olarak algılamaktadır. Katılımcıların % 18.9'u akademik olarak kendisini başarısız görmekte, % 54.9'u orta, % 26.1'i başarılı görmektedir. Katılımcıların % 56'sı hiçbir zaman kendine zarar verecek tarzda davranışlarda bulunmadığını, % 35.1'i bazen, % 4'ü oldukça sık, % 4.9'u her zaman kendine zarar verecek davranışlarda bulunduğunu belirtmiştir. Katılımcıların % 10.5'i hiçbir zaman hayatından memnun olmadığını, % 52.5'i bazen, % 19.8'i oldukça sık, % 17.2'si her zaman hayatından memnun olduğunu belirtmiştir (Tablo 6).

Tablo 6. *Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı*

Demografik Değişken	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	299	52.5
	Erkek	271	47.5
Yaş	14-15 yaş	179	31.4
	16-17 yaş	280	49.1
	18 yaş ve üzeri	111	19.5
Kardeş sayısı	4 kardeş ve daha az	277	48.6
	5 kardeş ve üstü	293	51.4
Anne öğrenim düzeyi	Okur yazar değil	195	34.2
	Okur-yazar	53	9.3
	İlkokul	176	30.9
	Ortaokul	71	12.5
Baba öğrenim düzeyi	Lise/Üniversite	75	13.2
	Okur yazar değil	50	8.8
	Okur-yazar	48	8.4
	İlkokul	155	27.2
	Ortaokul	107	18.8
Anne mesleği	Lise	117	20.5
	Üniversite	93	16.3
	Ev hanımı	546	95.8
	Çalışan	24	4.2
Baba mesleği	Çalışmıyor/emekli	83	14.6
	Memur	127	22.3
	İşçi/Çiftçi	102	17.9
	Serbest meslek	258	45.3
Anne-baba birliktelik durumu	Birlikte	527	92.5
	Ayrı/vefat	43	7.5
Aile ekonomik durumu	Düşük	99	17.4
	Orta	410	71.9
	Yüksek	61	10.7
Dönem ders başarı algısı	Başarısız	108	18.9
	Orta	313	54.9
	Başarılı	149	26.1
Okul türü	Anadolu lisesi	231	40.5
	Fen lisesi	109	19.1
	Meslek lisesi	112	19.6
	İmam hatip lisesi	118	20.7
Bugüne kadar kendine zarar verecek davranışlar	Hiçbir zaman	319	56.0
	Bazen	200	35.1
	Oldukça sık	23	4.0
	Her zaman	28	4.9
Genel olarak hayattan memnuniyet	Hiçbir zaman	60	10.5
	Bazen	299	52.5
	Oldukça sık	113	19.8
	Her zaman	98	17.2

4.2. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Duygusal Öz-yeterlik Ölçeğinden Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler

Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Duygusal Öz-yeterlik Ölçeğinden aldıkları puanlara ilişkin betimsel istatistikler Tablo 7’de verilmektedir.

Tablo 7. *SKÖ ve DÖYÖ’den Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler*

Ölçek ve Alt Boyutlar	Madde Sayısı	n	\bar{X}	SD	Skewness
Sosyal Karşılaştırma	16	570	4.41	.91	-.65
Duygusal Öz-yeterlik	28	570	3.46	.61	-.20
Duyguları düzenleme	7	570	3.43	.74	-.25
Duyguları düşüncüyü destekleyici olarak kullanma	7	570	3.41	.74	-.25
Duyguları anlama	7	570	3.49	.73	-.23
Duyguları algılama	7	570	3.53	.72	-.33

Tablo 7’de görüldüğü gibi, sosyal karşılaştırma ölçek puanı ($4.41 \pm .91$) incelendiğinde araştırmaya katılan ergenlerin olumlu benlik şemasına sahip olduğu söylenebilir ($6-1=5/3=1.67$; $1-2.67$: olumsuz; $2.67-4.33$: kısmen olumlu/kısmen olumsuz; $4.34-6.00$: olumlu benlik). Duygusal öz-yeterlik ölçeği toplam ($3.46 \pm .61$) ve alt boyut puanları ise “çoğunlukla eminim” düzeyinde tespit edilmiştir ($5-1=4/5=.80$; $1-1.80$: hiç emin değilim; $1.81-2.60$: çok az eminim; $2.61-3.40$: biraz eminim; $3.41-4.20$: çoğunlukla eminim; $4.21-5.00$: kesinlikle eminim).

4.3. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

4.3.1. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem için t-testi sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	\bar{X}	SS	t	p
Sosyal Karşılaştırma	Kadın	299	4.30	.95	-3.16	.002
	Erkek	271	4.54	.83		
Duygusal Öz-yeterlik	Kadın	299	3.44	.61	-.81	.420
	Erkek	271	3.48	.62		
Duyguları düzenleme	Kadın	299	3.40	.74	-1.05	.296
	Erkek	271	3.46	.75		
Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma	Kadın	299	3.33	.77	-2.26	.024
	Erkek	271	3.47	.70		
Duyguları anlama	Kadın	299	3.51	.73	.49	.627
	Erkek	271	3.48	.73		
Duyguları algılama	Kadın	299	3.54	.74	.16	.877
	Erkek	271	3.53	.71		

Tablo 8 incelendiğinde, ergenlerin sosyal karşılaştırma puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği ($t_{(568)} = -3.16$; $p < .05$); erkeklerin sosyal karşılaştırma puanının ($\bar{X} = 4.54$), kadınların puanından ($\bar{X} = 4.30$) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Duygusal öz-yeterlik açısından bakıldığında, sadece duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu ($t_{(568)} = -2.26$; $p < .05$); buna göre erkeklerin puanı ($\bar{X} = 3.47$), kadınların puanından ($\bar{X} = 3.33$) anlamlı düzeyde daha yüksektir. Duygusal öz-yeterlik toplam puan ($t_{(568)} = -.81$; $p > .05$), duyguları düzenleme ($t_{(568)} = -1.05$; $p > .05$), duyguları anlama ($t_{(568)} = .49$; $p > .05$), ve duyguları algılama ($t_{(568)} = .16$; $p > .05$) alt boyut puanlarının ise cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

4.3.2. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla yapılan ANOVA Testi sonuçlarına Tablo 9'da yer verilmiştir.

Tablo 9. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Yaş Gruplarına Göre ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutlar	Yaş Grupları	n	\bar{X}	SS	F	p
Sosyal Karşılaştırma	14-15 yaş	179	4.45	.83	.27	.763
	16-17 yaş	280	4.38	.93		
	18 yaş ve üstü	111	4.43	.96		
Duygusal Öz-yeterlik	14-15 yaş	179	3.45	.61	.13	.878
	16-17 yaş	280	3.48	.58		
	18 yaş ve üstü	111	3.44	.69		
Duyguları düzenleme	14-15 yaş	179	3.38	.76	.61	.546
	16-17 yaş	280	3.44	.71		
	18 yaş ve üstü	111	3.47	.81		
Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma	14-15 yaş	179	3.41	.77	.53	.587
	16-17 yaş	280	3.41	.71		
	18 yaş ve üstü	111	3.33	.78		
Duyguları anlama	14-15 yaş	179	3.48	.73	.40	.668
	16-17 yaş	280	3.52	.70		
	18 yaş ve üstü	111	3.45	.79		
Duyguları algılama	14-15 yaş	179	3.54	.69	.03	.968
	16-17 yaş	280	3.53	.70		
	18 yaş ve üstü	111	3.53	.81		

Tablo 9'da görüleceği üzere, ergenlerin sosyal karşılaştırma [$F_{(2-569)} = .27$; $p > .05$], duygusal öz-yeterlik toplam puan [$F_{(2-569)} = .13$; $p > .05$], duyguları düzenleme [$F_{(2-569)} = .61$; $p > .05$], duyguları anlama [$F_{(2-569)} = .40$; $p > .05$] ve duyguları algılama [$F_{(2-569)} = .27$; $p > .05$] alt boyutlarından aldıkları puanların yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

4.3.3. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Kardeş Sayısına Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik puanları arasında kardeş sayısına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını saptamak amacıyla yapılan t testi sonuçları Tablo 10'da yer almaktadır.

Tablo 10. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Kardeş Sayısına Göre t Testi Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutlar	Kardeş Sayısı	n	\bar{X}	SS	t	p
Sosyal Karşılaştırma	4 ve daha az	277	4.44	.87	.77	.439
	5 ve üstü	293	4.38	.94		
Duygusal Öz-yeterlik	4 ve daha az	277	3.47	.59	.48	.630
	5 ve üstü	293	3.45	.63		
Duyguları düzenleme	4 ve daha az	277	3.41	.71	-.48	.630
	5 ve üstü	293	3.44	.77		
Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma	4 ve daha az	277	3.41	.70	.55	.583
	5 ve üstü	293	3.38	.79		
Duyguları anlama	4 ve daha az	277	3.53	.71	1.14	.254
	5 ve üstü	293	3.46	.75		
Duyguları algılama	4 ve daha az	277	3.55	.72	.42	.675
	5 ve üstü	293	3.52	.72		

Tablo 10'da görüleceği üzere, ergenlerin sosyal karşılaştırma ($t_{(568)} = -77$; $p > .05$), duygusal öz-yeterlik toplam puan ($t_{(568)} = .48$; $p > .05$), duyguları düzenleme ($t_{(568)} = -.48$; $p > .05$), duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma ($t_{(568)} = .55$; $p > .05$), duyguları anlama ($t_{(568)} = 1.14$; $p > .05$) ve duyguları algılama ($t_{(568)} = .42$; $p > .05$) alt boyutlarından aldıkları puanların kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

4.3.4. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Anne Öğrenim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik puanlarının anne öğrenim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan ANOVA testi sonuçları Tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Anne Öğrenim Düzeyine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutlar	Anne Öğrenim Düzeyi	n	\bar{X}	SS	F	p
Sosyal Karşılaştırma	Okur-yazar değil	195	4.35	.89	1.90	.109
	Okur-yazar	53	4.57	.79		
	İlkokul	176	4.51	.90		
	Ortaokul	71	4.40	.96		
	Lise/üniversite	75	4.24	.96		
Duygusal Öz-yeterlik	Okur-yazar değil	195	3.41	.59	.53	.711
	Okur-yazar	53	3.48	.54		
	İlkokul	176	3.49	.60		
	Ortaokul	71	3.51	.70		
	Lise/üniversite	75	3.47	.68		
Duyguları düzenleme	Okur-yazar değil	195	3.44	.73	.69	.600

	Okur-yazar	53	3.47	.72		
	İlkokul	176	3.47	.67		
	Ortaokul	71	3.42	.88		
	Lise/üniversite	75	3.30	.82		
	Okur-yazar değil	195	3.34	.76		
Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma	Okur-yazar	53	3.39	.61	.54	.704
	İlkokul	176	3.44	.72		
	Ortaokul	71	3.44	.79		
	Lise/üniversite	75	3.40	.81		
	Okur-yazar değil	195	3.40	.71		
Duyguları anlama	Okur-yazar	53	3.58	.65	1.68	.154
	İlkokul	176	3.49	.74		
	Ortaokul	71	3.57	.81		
	Lise/üniversite	75	3.61	.72		
	Okur-yazar değil	195	3.48	.70		
Duyguları algılama	Okur-yazar	53	3.48	.74	.72	.579
	İlkokul	176	3.56	.72		
	Ortaokul	71	3.63	.76		
	Lise/üniversite	75	3.55	.74		

Tablo 11 incelendiğinde, ergenlerin sosyal karşılaştırma [$F_{(4-569)} = 1.90$; $p > .05$], duygusal öz-yeterlik toplam puan [$F_{(4-569)} = .53$; $p > .05$], duyguları düzenleme [$F_{(4-569)} = .69$; $p > .05$], duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma [$F_{(4-569)} = .54$; $p > .05$], duyguları anlama [$F_{(4-569)} = 1.68$; $p > .05$] ve duyguları algılama [$F_{(4-569)} = .72$; $p > .05$] alt boyutlarından aldıkları puanların anne öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

4.3.5. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Baba Öğrenim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik puanlarının baba öğrenim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan ANOVA Testi sonuçlarına Tablo 12’de yer verilmiştir.

Tablo 12. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ’den Aldıkları Puanların Baba Öğrenim Düzeyine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutlar	Baba Öğrenim Düzeyi	n	\bar{X}	SS	F	p
Sosyal Karşılaştırma	Okur-yazar değil	50	4.27	.92	1.04	.394
	Okur-yazar	48	4.36	.74		
	İlkokul	155	4.46	.85		
	Ortaokul	107	4.45	1.05		
	Lise	117	4.50	.93		
Duygusal Öz-yeterlik	Üniversite	93	4.28	.84	.34	.891
	Okur-yazar değil	50	3.37	.60		
	Okur-yazar	48	3.44	.57		
	İlkokul	155	3.49	.62		

	Ortaokul	107	3.47	.63		
	Lise	117	3.47	.64		
	Üniversite	93	3.45	.60		
Duyguları düzenleme	Okur-yazar değil	50	3.44	.87		
	Okur-yazar	48	3.47	.81		
	İlkokul	155	3.47	.70	.72	.610
	Ortaokul	107	3.48	.71		
	Lise	117	3.40	.75		
	Üniversite	93	3.31	.75		
Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma	Okur-yazar değil	50	3.28	.80		
	Okur-yazar	48	3.36	.59		
	İlkokul	155	3.40	.77	.35	.883
	Ortaokul	107	3.39	.73		
	Lise	117	3.42	.80		
	Üniversite	93	3.43	.68		
Duyguları anlama	Okur-yazar değil	50	3.30	.72		
	Okur-yazar	48	3.51	.63		
	İlkokul	155	3.55	.75	.92	.465
	Ortaokul	107	3.47	.77		
	Lise	117	3.52	.71		
	Üniversite	93	3.49	.72		
Duyguları algılama	Okur-yazar değil	50	3.45	.67		
	Okur-yazar	48	3.42	.83		
	İlkokul	155	3.55	.70	.44	.822
	Ortaokul	107	3.54	.75		
	Lise	117	3.55	.71		
	Üniversite	93	3.56	.70		

Tablo 12'ye bakıldığında, ergenlerin sosyal karşılaştırma [$F_{(5-569)} = 1.04$; $p > .05$], duygusal öz-yeterlik toplam [$F_{(5-569)} = .34$; $p > .05$], duyguları düzenleme [$F_{(5-569)} = .72$; $p > .05$], duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma [$F_{(5-569)} = .35$; $p > .05$], duyguları anlama [$F_{(5-569)} = .92$; $p > .05$] ve duyguları algılama [$F_{(5-569)} = .44$; $p > .05$] alt boyutlarından aldıkları puanların baba öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır.

4.3.6. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Anne-Baba Meslek Durumuna Göre Karşılaştırılması

Bu çalışmada ergenlerin sosyal karşılaştırma eğilimlerinin ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin anne meslek durumuna göre anlamlı bir farklılık yaratıp yaratmadığı incelenmek istenmiş, ancak gruplar arasındaki önemli sayı farkı (ev hanımı/çalışmıyor: 546; çalışan: 24) nedeniyle karşılaştırma yapılamamıştır.

Ergenlerin sosyal karşılaştırma eğilimlerinin ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin baba meslek durumu açısından incelenmesi amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 13'de yer almaktadır.

Tablo 13. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Baba Mesleğine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Baba Mesleği	n	\bar{X}	SS	F	p
SOSYAL KARŞILAŞTIRMA	Çalışmıyor/emekli	83	4.44	.82	2,05	.105
	Memur	127	4.24	.93		
	İşçi	102	4.43	.90		
	Serbest meslek	258	4.48	.91		
DUYGUSAL ÖZYETERLİK	Çalışmıyor/emekli	83	3.39	.62	1,16	.325
	Memur	127	3.43	.60		
	İşçi	102	3.55	.54		
	Serbest meslek	258	3.47	.64		
Duyguları Düzenleme	Çalışmıyor/emekli	83	3.41	.70	1,76	.153
	Memur	127	3.33	.73		
	İşçi	102	3.56	.65		
	Serbest meslek	258	3.42	.79		
Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma	Çalışmıyor/emekli	83	3.30	.75	1.37	.250
	Memur	127	3.33	.75		
	İşçi	102	3.48	.67		
	Serbest meslek	258	3.42	.76		
Duyguları Anlama	Çalışmıyor/emekli	83	3.44	.72	.70	.553
	Memur	127	3.49	.70		
	İşçi	102	3.58	.72		
	Serbest meslek	258	3.48	.75		
Duyguları Algılama	Çalışmıyor/emekli	83	3.42	.77	.94	.423
	Memur	127	3.57	.71		
	İşçi	102	3.57	.66		
	Serbest meslek	258	3.53	.73		

Tablo 13'e bakıldığında, ergenlerin sosyal karşılaştırma [$F_{(4-569)} = 2.05$; $p > .05$], duygusal öz-yeterlik toplam [$F_{(4-569)} = 1,16$; $p > .05$], duyguları düzenleme [$F_{(4-569)} = 1,76$; $p > .05$], duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma [$F_{(4-569)} = 1.37$; $p > .05$], duyguları anlama [$F_{(4-569)} = .70$; $p > .05$] ve duyguları algılama [$F_{(-569)} = .94$; $p > .05$] alt boyutlarından aldıkları puanların baba meslek durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır.

4.3.7. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Ailenin Sosyo-Ekonomik Durumuna Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin ailenin sosyo-ekonomik durumuna göre incelenmesi amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları Tablo 14'de yer almaktadır.

Tablo 14. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Ailenin Ekonomik Durumuna Göre ANOVA Testi Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutlar	Ailenin Ekonomik Durumu	n	\bar{X}	SS	F	p	Anlamlı Fark
SOSYAL KARŞILAŞTIRMA	Düşük	99	4.27	.97	3.50	.031	B>A,C
	Orta	410	4.47	.88			
	Yüksek	61	4.23	.91			
DUYGUSAL ÖZYETERLİK	Düşük	99	3.35	.68	1.90	.151	
	Orta	410	3.48	.60			
	Yüksek	61	3.50	.61			
Duyguları Düzenleme	Düşük	99	3.34	.79	1.11	.330	
	Orta	410	3.46	.74			
	Yüksek	61	3.39	.70			
Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma	Düşük	99	3.26	.83	1.89	.151	
	Orta	410	3.42	.73			
	Yüksek	61	3.42	.70			
Duyguları Anlama	Düşük	99	3.35	.82	2.30	.101	
	Orta	410	3.52	.69			
	Yüksek	61	3.57	.79			
Duyguları Algılama	A-Düşük	99	3.46	.79	.98	.378	
	B-Orta	410	3.54	.71			
	C-Yüksek	61	3.62	.66			

Tablo 14'de görüleceği üzere, ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeylerinin ailenin sosyo-ekonomik durumuna göre farklılaşmadığı [$F_{(2-569)} = 1.90$; $p > .05$]; ancak sosyal karşılaştırma puanlarının ailenin ekonomik durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{(2-569)} = 3.50$; $p < .05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre ailesinin ekonomik durumunu orta düzeyde algılayan ergenlerin sosyal karşılaştırma puanı ($\bar{X} = 4.47$), ailesinin ekonomik durumunu düşük ($\bar{X} = 4.27$), ve yüksek olarak algılayan ergenlerin puanından ($\bar{X} = 4.23$), anlamlı düzeyde daha yüksektir.

4.3.8. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Puanlarının Okul Türüne Göre Karşılaştırılması

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin okul türüne göre anlamlı farklılık yaratıp yaratmadığının incelenmesi amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Bu analize ilişkin sonuçlar Tablo 15'de verilmiştir.

Tablo 15. Ergenlerin SKÖ ve DÖYÖ'den Aldıkları Puanların Okul Türüne Göre ANOVA Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Okul Türü	n	\bar{X}	SS	F	p	Anlamlı Fark
Sosyal Karşılaştırma	A-Anadolu Lisesi	231	4.43	.83	9.13	.000	A,C,D>B
	B-Fen Lisesi	109	4.04	.97			
	C-Meslek Lisesi	112	4.64	.89			
	D-İmam Hatip Lisesi	118	4.51	.91			
Duygusal Öz-yeterlik	Anadolu Lisesi	231	3.52	.58	1.75	.157	
	Fen Lisesi	109	3.36	.59			
	Meslek Lisesi	112	3.48	.64			
	İmam Hatip Lisesi	118	3.43	.66			
Duyguları düzenleme	Anadolu Lisesi	231	3.48	.69	5.17	.002	A,C,D>B
	Fen Lisesi	109	3.18	.74			
	Meslek Lisesi	112	3.53	.76			
	İmam Hatip Lisesi	118	3.47	.78			
Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma	Anadolu Lisesi	231	3.41	.75	.78	.507	
	Fen Lisesi	109	3.30	.74			
	Meslek Lisesi	112	3.45	.72			
	İmam Hatip Lisesi	118	3.41	.74			
Duyguları anlama	Anadolu Lisesi	231	3.56	.73	1.75	.157	
	Fen Lisesi	109	3.52	.67			
	Meslek Lisesi	112	3.43	.77			
	İmam Hatip Lisesi	118	3.39	.74			
Duyguları algılama	A-Anadolu Lisesi	231	3.63	.69	2.40	.067	
	B-Fen Lisesi	109	3.45	.67			
	C-Meslek Lisesi	112	3.51	.76			
	D-İmam Hatip Lisesi	118	3.44	.78			

Tablo 15’de görüleceği üzere; ergenlerin devam ettikleri okul türü açısından duygusal öz-yeterlikleri incelendiğinde, sadece duyguları düzenleme alt boyutunda anlamlı farklılık gösterdikleri saptanmıştır ($F_{(3-569)} = 5,17$; $p < .05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre Anadolu ($\bar{X} = 3.48$), meslek ($\bar{X} = 3.53$) ve imam hatip ($\bar{X} = 3.47$) lisesinde öğrenim gören ergenlerin duyguları düzenleme puanı, fen lisesinde öğrenim gören ergenlerin puanından ($\bar{X} = 3.18$) anlamlı düzeyde daha yüksektir. Ergenlerin duygusal öz-yeterlik toplam puanı ($F_{(3-569)} = 1.75$; $p > .05$), duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma ($F_{(3-569)} = .78$; $p > .05$), duyguları anlama ($F_{(3-569)} = 1.75$; $p > .05$) ve duyguları algılama ($F_{(3-569)} = 2.40$; $p > .05$) alt boyut puanlarının devam edilen okul türüne göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür.

Tablo 15’de ergenlerin sosyal karşılaştırma puanları incelendiğinde, okul türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{(3-569)} = 9,13$; $p < .05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına

göre Anadolu ($\bar{X}=4.43$), meslek ($\bar{X}=4.64$) ve imam hatip ($\bar{X}=4.51$) lisesinde öğrenim gören ergenlerin sosyal karşılaştırma puanı, fen lisesinde öğrenim gören ergenlerin puanından ($\bar{X}=4.04$) anlamlı düzeyde daha yüksektir.

4.4. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri ile Okul Başarısı, Kendine Zarar Verme Davranış Sıklığı ve Hayattan Memnuniyet Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri ile okul başarısı, kendine zarar verme davranış sıklığı ve hayattan memnuniyet düzeyi arasındaki ilişkiye ait Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 16'da verilmektedir.

Tablo 16. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik düzeyleri ile Bazı Sıralı Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçek ve Alt Boyutlar	1	2	3
Sosyal Karşılaştırma	.22**	-.12	.22**
Duygusal Öz-yeterlik	.15**	-.07	.18**
Duyguları Düzenleme	.14**	-.07	.18**
Duyguları düşünceyi destek. olarak kul.	.14**	-.04	.14**
Duyguları Anlama	.11*	-.05	.14**
Duyguları Algılama	.10*	-.06	.15**

1: Okul başarısı 2: Kendine zarar verme davranış sıklığı 3: Hayattan memnuniyet düzeyi
* $p < .05$ ** $p < .01$

Tablo 16 incelendiğinde, ergenlerin okul başarısı ile sosyal karşılaştırma ($r=.22$; $p < .05$), duygusal öz-yeterlik toplam puan ($r=.15$; $p < .05$), duyguları düzenleme ($r=.14$; $p < .05$), duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma ($r=.14$; $p < .05$), duyguları anlama ($r=.11$; $p < .05$) ve duyguları algılama ($r=.10$; $p < .05$) düzeyleri arasında pozitif yönde, anlamlı ancak düşük bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre ders başarısı yüksek olan ergenlerin hem duygusal öz-yeterlik algılarının hem de olumlu benlik şemalarının yüksek olduğu söylenebilir.

Ergenlerin kendine zarar verme davranış sıklığı ile sosyal karşılaştırma puanları ($r=-.12$; $p > .05$), duygusal öz-yeterlik toplam puan ($r=-.07$; $p > .05$), duyguları düzenleme ($r=-.07$; $p > .05$), duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma ($r=-.04$; $p > .05$), duyguları anlama ($r=-.05$; $p > .05$) ve duyguları algılama ($r=-.06$; $p > .05$) düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır.

Ergenlerin genel olarak hayattan memnuniyet düzeyleri ile sosyal karşılaştırma ($r=.22$; $p<.05$), duygusal öz-yeterlik toplam puan ($r=.18$; $p<.05$), duyguları düzenleme ($r=.18$; $p<.05$), duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma ($r=0,14$; $p<.05$), duyguları anlama ($r=.14$; $p<.05$) ve duyguları algılama ($r=.15$; $p<.05$) düzeyleri arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir (Tablo 16). Buna göre, hayattan memnuniyet düzeyi yüksek olan ergenlerin duygusal öz-yeterlik algıları ve olumlu benlik şeması da yüksektir.

4.5. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ile Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik yapılan korelasyon analizleri sonuçları Tablo 17’de verilmektedir.

Tablo 17. *Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ile Duygusal Öz-yeterlik Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları*

Değişkenler	2	3	4	5	6
1-Sosyal Karşılaştırma	.30**	.31**	.15**	.24**	.30**
2- Duyguları Düzenleme	1	.64**	.53**	.58**	.82**
3-Duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma		1	.58**	.59**	.84**
4- Duyguları Anlama			1	.67**	.83**
5- Duyguları Algılama				1	.85**
6-Duygusal Öz-yeterlik Toplam Puan					1

Ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile duyguları düzenleme ($r=.30$; $p<.01$), duyguları destekleme ($r=.31$; $p<.01$), duyguları anlama ($r=.15$; $p<.01$), duyguları algılama ($r=.24$; $p<.01$) ve duygusal öz-yeterlik toplam puanları ($r=.30$; $p<.01$) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Tablo 17’de görüleceği üzere olumlu benlik şeması yüksek olan ergenlerin duygusal öz-yeterlik algıları da yüksek düzeydedir.

4.5.1. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma Düzeylerinin Duygusal Öz-yeterliği Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin duygusal öz-yeterliği yordayıp yordamadığına ilişkin yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 18’de verilmiştir.

Tablo 18. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma Düzeylerinin Duygusal Öz-yeterliği Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Bağımsız değişkenler	B	SH _B	β	t	p
1	Sabit	2.56	.12		20.90	.000
	SOSYAL KARŞILAŞTIRMA	.21	.03	.30	7.55	.000
	R=.302 R ² =.091 ΔR ² =.090					
	F _(1; 568) =57.034 p=.000					
2	Sabit	2.27	.18		12.60	.000
	SOSYAL KARŞILAŞTIRMA	.18	.03	.26	6.35	.000
	Okul başarısı	.06	.04	.07	1.69	.092
	Kendine Zarar Verme Davranışı	.01	.03	.01	.34	.737
	Hayattan Memnuniyet	.08	.03	.11	2.64	.008
R=.330 R ² =.109 ΔR ² =.103						
F _(4; 565) =17.300 p=.000 ΔR ² Değişim=.018 FDeğişim= 3.78; p=.011						

Ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile duygusal öz-yeterlikleri arasındaki ilişkiyi gösteren birinci modelin uygun olduğu görülmektedir ($F_{(1;568)}=57.03$; $p<.01$). Sosyal karşılaştırma düzeyi, duygusal öz-yeterlikteki değişimin yaklaşık %9'unu açıklamaktadır ($\Delta R^2=.090$) (Tablo 18). Regresyon katsayısı ve anlamlılığına ilişkin sonuçlara göre sosyal karşılaştırma düzeyi, duygusal öz-yeterlik üzerinde anlamlı ve önemli etkiye sahiptir ($\beta=.30$; $t=7.55$; $p<.01$). Regresyon analizi sonuçlarına göre ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin duygusal öz-yeterliği yordamasına ilişkin matematiksel model aşağıdaki gibidir:

$$\text{Duygusal öz-yeterlik} = 2,56 + 0,30 * \text{Sosyal karşılaştırma eğilimi}$$

Ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile duygusal öz-yeterlikleri arasındaki ilişkide okul başarısı, kendine zarar verme davranışı ve hayattan memnuniyet değişkenlerinin aracılık etkisini gösteren ikinci modelin uygun olduğu görülmektedir ($F_{(4;565)}=17.30$; $p<.01$). İkinci modeldeki regresyon katsayıları ve anlamlılığına ilişkin sonuçlara göre hayattan memnuniyetin duygusal öz-yeterlik üzerinde anlamlı ve önemli etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta=.11$; $t=2.64$; $p<.01$). Değişkenlerin aracılık etkisi ile F istatistiğindeki farkın 3.77 düzeyinde; duygusal öz-yeterlikteki varyans değişiminin %2 düzeyinde olduğu (ΔR^2 Değişim=.018) ve bu değişimin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir (F Değişim $p<.005$). Elde edilen bulgulara göre sosyal karşılaştırma ile duygusal öz-yeterlik arasındaki ilişkide okul başarısı, kendine zarar verme davranışı ve hayattan memnuniyetin aracılık etkisi bulunmakta olup değişkenlerden yalnızca hayattan memnuniyetin aracılık etkisi anlamlıdır.

5.BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmanın bu bölümünde, ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi sonucu elde edilen bulgulara ilişkin tartışmalar yer almaktadır.

5.1. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ve Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği'nden Elde

Edilen Puanlara İlişkin Betimleyici İstatistiklerin Tartışılması

Araştırmaya katılan ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerine ilişkin elde edilen puanlara bakıldığında, genel olarak olumlu benlik şemasına sahip oldukları görülmüştür. Ergenlik döneminde bireyin kendisine ilişkin olumlu algısı ve kendisini diğerleriyle karşılaştırdığında pozitif bir benlik şemasına sahip olmasında birçok faktör etkili olabilmektedir. Ergenlik döneminde bireyler bedensel, sosyal ve duygusal boyutlarda önemli değişimler yaşamaktadırlar. Ergenler çevresinde etkileşimde buldukları insanlardan aldıkları dönütler ve sosyal karşılaştırma süreçlerine başvurarak kimlik inşa ederler ve benlik saygılarını oluştururlar (Whitehead ve Corbin, 1997). Ergenlerin içinde bulunduğu aile yapısı ve ergenlikle birlikte daha fazla önem kazanan akran grubunun kişiye ilişkin olumlu geri bildirimleri ve fırsat sunulan sosyal karşılaştırma süreçleri olumlu benlik şemasına sahip olmalarına katkı sağladığı düşünülmektedir. Bireyin başvurduğu karşılaştırma süreçleri de bireylerin olumlu ya da olumsuz benlik şeması oluşturmasında önemli olabilmektedir. Aşağı doğru karşılaştırma süreçlerinden sonra bireyde cesaret, umutlanma, gururlanma, hırslanma ve sevinme gibi duygular oluşabilmektedir. Bu durumun bireyin olumlu bir benlik şeması oluşturmasını sağladığı düşünülebilir. Bu çalışmada ergenlerin % 81'i okul başarısını orta ve yüksek olarak belirtmişlerdir. Akademik başarısı yüksek olan bireylerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin de yüksek olması toplumda önem verilen akademik başarının olumlu benlik şemasına sahip olunmasında önemli bir etkisi olabileceği düşünülmektedir. Aydınli (2014) ve Güven (2008) tarafından yapılan çalışmalarda ergenlerde sosyal

karşılaştırma düzeyinin orta seviye de olduğu bulunmuştur. Yılmaz (2010) yaptığı çalışmada sosyal karşılaştırma düzeyi yükseldikçe psikolojik belirtilerin azaldığını belirtmiştir.

Ergenlerin duygusal öz-yeterlik toplam ve alt boyut ortalamaları incelendiğinde, duygusal öz-yeterliklerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Hayatından memnun olma durumunun yüksek olması duygusal öz-yeterlik düzeylerini olumlu etkilediği düşünülebilir. Ergenlerde duygusal öz-yeterliğin yüksek olması bireyin olumsuz duygularla baş edebilmesini ve böylece kendisine güven duymasını sağlayabilmektedir (Willemse, 2008). Türkiye'nin doğusunda yapılmış olan bu çalışmada geniş ailenin olması, etkileşimin daha iyi olması ve bu noktada algılanan sosyal destek duygusal öz-yeterlik düzeylerini olumlu bir yönde etkilemiş olabilir. Ergenlerde özyeterliğin yüksek olması bireylerde sosyalleşmeyi ve ilişkilerde doyumunu arttırmaktadır (Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli, 1999). Araştırmada kendine zarar verme düşüncesine sahip bireylerin oranının düşük olması bireylerin daha sağlıklı duygulara sahip olduklarını göstermektedir. Bu durumun duygusal öz-yeterlik düzeyini olumlu yönde etkilemiş olabileceği varsayılmaktadır. Telef (2011) yaptığı çalışmada duygusal öz-yeterlik düzeyi yükseldikçe depresyon, anksiyete ve olumsuz benlik algısında düşüş olduğunu ifade etmiştir.

5.2. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Ergenlerde sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin bazı demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, anne meslek durumu, baba meslek durumu, anne baba birliktelik durumu, ailenin sosyo-ekonomik durumu, okul türü, okul başarısı, kendine zarar verme düşüncesi, hayattan memnun olma durumu) göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Araştırmada anne meslek durumu değişkeninin etkisinin ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeyleri üzerinde etkisinin olup olmadığı incelenmiştir. Ancak elde edilen veriler karşılaştırma yapabilmek için yeterli bulunmamıştır. Araştırmada anne çalışma durumu %4.2 olarak saptanmıştır.

Çalışmayan anne oranı ise %95.8 olarak bulunmuştur. Türkiye'nin doğusunda eğitime yönelik eğilimin daha önceki dönemlerde az olması bu sonucu doğurmuş olabilir. Erken evlilikler, kadınların eğitimine ilişkin güdülenme eksikliği ve ataerkil değer yargıları kadınların eğitimini aksatmaktadır. Bu durumun kadınların çalışma hayatında daha az yer bulmasında etkisinin olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca kadınların iş kurabilmek için erkeklere oranla sermaye bulma zorluğu da çalışma durumunun az olmasına neden olabilmektedir.

Yapılan çalışmada ergenlerin anne baba birliktelik durumunu belirlemeye yönelik soru sorulmuş ancak elde edilen verilerin karşılaştırma yapabilmek için yeterli olmadığı fark edilmiştir. Araştırmada ebeveynlerin %92.5'inin birlikte yaşadığı saptanmıştır. Kadının çalışma hayatında yer bulamaması ve ekonomik açıdan özgür olamaması, kültürel ve dini değerler çalışmadan elde edilen verilerinin bu yönde ortaya çıkmasını sağlamış olabilir.

5.2.1. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği; erkeklerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin kadınlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Alanyazın incelendiğinde, elde edilen bu bulgunun desteklendiği çalışmalar olmakla birlikte bazı çalışma sonuçlarıyla örtüşmediği görülmektedir. Bu çalışmadan elde edilen bulguya benzer olarak Özgüroğlu (1991) tarafından yapılan çalışmada da, erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla daha olumlu bir benlik algısına sahip olduğu bulunmuştur. Erkeklerin kadınlara oranla daha olumlu bir benlik algısına sahip olması, araştırmacı tarafından toplumsal ve kültürel yapıyla ilişkilendirilmiş ve erkeğin toplum içinde daha fazla ön planda olmasının bu sonuç üzerinde etkili olabileceği belirtmiştir.

Yapılan bazı çalışmalarda (Gülbahçe, 2007; Teközel, 2000), bu çalışmadan elde edilen bulgunun tersine kadınların sosyal karşılaştırma düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Erözkan (2004) tarafından lise öğrencilerinin sosyal karşılaştırma ve depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelendiği çalışmada ise, ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür.

Sosyal karşılaştırma puanlarının erkek ergenlerin lehine yüksek olmasının nedeni toplum tarafından erkeklerin çocukluktan itibaren toplumda çokça desteklenmeleridir (Gülbahçe, 2007). Son yıllarda sosyal hayatın birçok alanında cinsiyet açısından bazı farklılıkların ortadan kalktığı gözlenmiş olsa da, özellikle geleneksel aile ve toplum yapısının devam ettiği kültürlerde halen erkeklere farklı roller yüklenmektedir. Bu da erkeklerin daha çok kabul gördüğü, desteklendiği ve dolayısıyla kendilerine ilişkin değerlendirmelerini olumlu etkilemesini sağlamaktadır. Böylece son zamanlarda kadınlar, toplumda önemli bir konuma sahip olsalar da bu durum halen etkisini sürdürmektedir. Kadının ikinci plana atıldığı, erkeklerin sürekli ön plana çıkartıldığı bir toplumda erkeklerin daha olumlu bir benlik algısına sahip olması kaçınılmaz olarak karşımıza çıkmaktadır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre duygusal öz-yeterlik ölçeğinden alınan puanlar incelendiğinde cinsiyete göre, duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma alt boyutunda anlamlı farklılaşma görüldüğü saptanmıştır. Buna göre duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma alt boyutunda erkeklerin kadınlardan daha yüksek puan aldıkları ancak duyguları anlama, duyguları algılama ve duyguları düzenleme alt boyutlarında ise anlamlı farklılaşmanın olmadığı saptanmıştır. Bu çalışmadan elde edilen bulguya benzer olarak, Umstattd, Zullig ve Paxton (2008),Telef (2011), Muris (2002) ve Willemse (2008) yapmış oldukları çalışmalarda erkeklerde duygusal öz-yeterliğin kadınlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak, Ergin (2000), Petrides ve Furnham (2000), Totan, İkiz ve Karaca (2010) ve Ceylan (2013) tarafından yapılan çalışmalarda ise kadınların duygusal öz-yeterlik düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Duyguların düşünceyi destekleyici bir şekilde kullanılması olarak kavramsallaştırılan bu alt boyutta erkeklerin daha yüksek puan almış olmaları erkeklerin duygularını aktarmada ve bunları savunmada arkadaşları ve ailesi tarafından daha çok teşvik edilmiş olmaları etkili olmuş olabilir.

5.2.2. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre,ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Ergenlik döneminde benzer süreçlerden geçen bireylerin benzer yaşantılara sahip olması ve

dönemin oluşturduğu ortak algılar yaş değişkeninin sosyal karşılaştırma sürecinde etkili bir değişken olmadığını açıklayabilir. Alanyazın incelendiğinde benzer olarak, Yılmaz (2010) ve Gül'de (2016) ergenlerle yapmış oldukları çalışmalarda, ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Ancak, Aydın (2014) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin yaş değişkenine göre farklılaştığı saptanmıştır. Erözkan (2004) ise, yaşla bağlantılı olarak açıklanabilecek sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık bulmuştur. Yapılan bu çalışmaya göre, lise son sınıfa devam eden öğrencilerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin diğer sınıf düzeylerine devam eden öğrencilerden anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Sınıflar arasında çıkan bu farklılık Erözkan (2004) tarafından ise, son sınıf öğrencilerinin okul, aile ve kişilerarası ilişkilerine daha net ve tutarlı bir yorum getiriyor olmaları ile açıklanmıştır.

Araştırma bulgularına göre ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında yaş değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Çalışmaya katılan bireylerin yaş dağılımının çok farklılaşmaması bu sonucun oluşmasında etkili olmuş olabilir. Benzer şekilde yapılan çok sayıda çalışmada da (Akbolat ve Işık, 2012; Demirdüzen, 2013; Willemse, 2008) duygusal öz-yeterliğin yaşa göre değişmediği saptanmıştır. Ancak, alanyazın incelendiğinde yaş değişkenine bağlı olarak öz-yeterliğin farklılaştığı bazı çalışmalar da bulunmaktadır. Vardarlı (2005) tarafından yapılan çalışmada, 12 yaşındaki erkek ergenlerin öz-yeterlik düzeylerinin diğer yaş gruplarına oranla düşük olduğu bulunurken; Telef (2011) tarafından yapılan çalışmada, 12 yaşındaki bireylerin duygusal öz-yeterlik düzeylerinin 13, 14, 15, 16 ve 17 yaşındaki bireylerden daha yüksek olarak saptanmıştır. Keskin ve Orgun (2006) ise, üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları çalışmada yaş arttıkça öğrencilerin öz-yeterlik düzeylerinin de arttığını bulgulamışlardır. Yine, Güven (2008), çıraklık eğitimi kapsamında çalışan ergenlerde yaş değişkenine göre öz-yeterlik düzeylerinin farklılaşmadığını saptamıştır.

5.2.3. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre, kardeş sayısı değişkenine göre ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin farklılaşmadığı görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde Yılmaz (2010), Aydın (2014) ve Gül (2016) tarafından yapılan

çalışmalarda bu bulguyu desteleyecek şekilde ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin kardeş sayısına göre anlamlı olarak farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bireylerin ergenlik döneminde daha çok akranların ve çevrenin etkisiyle kendilerini değerlendirmeleri, kimlik ve benlik tasarımlarının şekillenmesinde bu çevresel etkenlerin etkili olması kardeş sayısı değişkenine göre sosyal karşılaştırma düzeyinde belirgin bir farklılık oluşturmamasına neden olabilir.

Araştırma bulgularına göre ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında kardeş sayısına göre anlamlı fark bulunmamıştır. Ergenlik döneminde daha çok akran grubuna yönelen birey kardeşlerine oranla daha fazla yaşıtları ile etkileşim içinde olmayı tercih etmektedir. Bu durum kardeş sayısı değişkeninin duygusal öz-yeterlik üzerinde etkili olmamasına neden olduğu düşünülebilir. Ceylan (2013) tarafından ergenlerle yapılan çalışmada da, kardeş sayısı ile duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

5.2.4. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal z-Yeterlik Düzeylerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma sonuçlarına göre anne eğitim durumu ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri üzerinde etkili olmamıştır. Gülbahçe (2007), yaptığı çalışma araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Yılmaz (2010), yaptığı çalışmasında ise anne eğitim düzeyi arttıķa bireylerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin de yükseldiğini saptamıştır. Bu durum anne eğitim seviyesinin artmasının sonucunda ergenin daha iyi anlaşılıp sorunların daha kısa bir sürede çözüme kavuşturulmasıyla açıklanmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre annenin eğitim düzeyi ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri üzerinde etkili değildir. Benzer şekilde bazı çalışmalardan (Telef, 2011; Ceylan, 2013; Demirdüzen, 2013) elde edilen bulgular bu araştırma bulguları ile uyum göstermektedir. Telef (2011) yapmış olduğu çalışmada anne eğitim düzeyi ile duygusal öz-yeterlik arasında bir ilişki saptamamıştır ancak sosyal ve genel yeterlik üzerinde anne eğitim düzeyinin etkili olduğunu saptamıştır. Alanyazın incelendiğinde farklı sonuçlara da rastlanmıştır. Sakarya (2013) yaptığı çalışmada niversite mezunu anneye sahip bireylerin duygusal öz-yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Deniz (2015) yaptığı çalışmasında ortaokul mezunu anneye sahip

bireylerin duygusal öz-yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Vardarlı (2005), yapmış olduğu çalışmada anne eğitim durumu arttıkça genel öz yeterlik düzeyinin yükseldiğini belirtmiştir.

5.2.5.Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre baba eğitim durumuna göre bireylerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin farklılaşmadığı saptanmıştır. Gülbahçe (2007) ve Aydınlı (2014) yaptıkları çalışmalarda elde edilen bulgular araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir. Alanyazın incelendiğinde bu çalışmanın bulgularıyla örtüşmeyen çalışmalarda mevcuttur. Yılmaz (2010), yaptığı çalışmada baba eğitim düzeyi arttıkça bireylerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin düştüğünü saptamıştır. Bu durum baba eğitim düzeyi arttıkça bireyden beklentilerin artacağı ve bireyin yapabileceği durumlarda dahi başarısız olabileceğini düşünerek bireysel özelliklerini olumsuz değerlendirebileceği varsayımına dayandırılmaktadır.

Araştırmadan elde edilen verilere göre baba eğitim durumunun ergenlerin duygusal öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı farklılık yaratmadığı saptanmıştır. Bu bulgunun bazı çalışma sonuçlarıyla (Demirdüzen, 2013; Güven, 2008; Telef, 2011; Vardarlı, 2005) paralellik gösterdiği görülmektedir. Ceylan (2015) ise, yapmış olduğu çalışmada baba eğitim düzeyi yüksek olan ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeylerinin de yüksek olduğunu saptamıştır. Benzer olarak, İşmen (2004), duygusal zeka puanlarının eğitim düzeyine göre farklılaştığını ve ilkokul düzeyinde eğitime sahip olan babaların duyguları anlama ve duyguların manipülasyonu noktasında en düşük puanı aldıklarını saptamıştır.

5.2.6.Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Anne Meslek Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu çalışma kapsamında ergenlerin anne mesleğini tanımlamaya yönelik soru sorulmuş, ancak ortaya çıkan verilerin gruplar arasında karşılaştırma yapmak için yeterli olmadığı görülmüştür. Sadece 24 ergenin annesinin çalıştığı kalan 546 annenin ev

hanımı/çalışmadığı görülmüştür. Öğrenim durumu ile bağlantılı olarak baktığımızda, annelerin % 56.4'ü eğitim düzeyi ilkököl ile üniversite arasında değişen seviyelerde olduğu görülmüştür. Aslında eğitim düzeyi yüksek olmasına rağmen çalışma hayatına dahil olan anne sayısı oldukça düşüktür. Son yıllarda gerek dünya da gerekse de ülkemizde kadınların eğitim düzeyinin gittikçe yükseldiği, kadınların iş hayatı ve sosyal hayatın birçok alanında daha aktif hale geldiğini gösteren önemli göstergeler olmasına rağmen bu çalışmada çalışan anne sayısının oldukça az olması bölgesel ve kültürel bağlam çerçevesinde açıklanabilir. Çalışmanın Türkiye'nin doğusunda bir ilde yapılması bu bulguyu açıklamakla birlikte aynı zamanda üzerinde önemle durulması gerektiğini de ortaya koymaktadır. Anne mesleğine ilişkin bir tanımlamanın ortaya çıkmaması toplumsal faktörler ve toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili açıklanabilir. Annenin çalışmaması ve daha çok evde çocuklarının bakımıyla ilgilenmesi toplumsal olarak daha fazla kabul görülmesiyle de ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada anne mesleğine ilişkin ortaya çıkan veriler istatistiksel analiz için yeterli olmasa da alanyazında anne mesleği ile sosyal karşılaştırma düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalar bulunmaktadır. Yılmaz (2010) ve Aydın (2014) ergenler üzerinde yaptıkları çalışmada sosyal karşılaştırma ve anne çalışma durumu arasında bir ilişkiye rastlamamışlardır. Bu durum sosyal karşılaştırmanın doğal bir süreç olması ile ilişkili olabilir. Festinger (1954) sosyal karşılaştırmayı herkesin kendini değerlendirmek için başvurduğu doğal bir süreç olarak tanımlamıştır. Duygusal öz-yeterlik açısından bakıldığında, Demirdüzen (2013) ve Sakarya (2013) tarafından yapılan çalışmalarda benzer bulgulara ulaşılmıştır. Bu çalışmalardan elde edilen bulgulara göre, duyguları düzenleme alt boyutunda annesi ev hanımı olan ergenlerin duyguları düzenleme puanları annesi çalışan ergenlerin puanlarından daha yüksektir. Annesi çalışmayan ergenlerin anneleriyle duygusal paylaşım noktasında daha fazla zaman bulabilmeleri ve böylece daha iyi iletişim kurabilme şansına sahip olmalarının bu sonuç üzerinde etkili olabilir.

5.2.7. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Baba Meslek Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri arasında baba mesleğine göre anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Alanyazın incelendiğinde bu bulguyu destekleyen çalışmaların olduğu görülmektedir. Yapılan çok sayıda çalışmada (Aydınlı, 2014; Gülbahçe, 2007; Yılmaz, 2010), ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin baba meslek durumuna göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Babaların 5-6 yaşlarından sonra gösterdikleri şefkat ve destek bireyin gelişimi açısından çok önemlidir (Yavuzer, 1986). Çalışmadan elde edilen bulgular farklı olsa da baba eğitim durumunun ergenin benlik şeması oluşumunda etkili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın bulgularına göre baba meslek durumu ile ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Bulgularda serbest meslek olarak tanımlanan meslek kategorisi daimi bir işin olmadığı durumlarda belirtilen bir alandır. Baba meslek durumunun %45.3'ünü oluşturan bu grubun ergenlikte baba çalışma değişkeninin duygusal öz-yeterlik üzerinde etkisinin bulunmamasına neden olabileceği düşünülmektedir. Demirdüzen (2013), İkiz ve Sakarya Çınk (2016), yapmış oldukları çalışmada ergenlerde duygusal öz-yeterlik ve baba çalışma durumu arasında bir bulguya rastlanmamıştır. Benzer şekilde Telef (2011) tarafından yapılan çalışmada ise baba çalışma durumu ve duygusal öz-yeterlik arasında bir ilişki bulunmamıştır. Sakarya'nın (2013) yaptığı çalışmada, babası bir işte çalışan ergenlerin duyguları düzenleme alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Arulmani, Laar ve Easton'e (2001) göre aileleri bir işte çalışmayan çocukların öz-yeterliliği, aileleri bir işte çalışan kişilere göre daha düşüktür.

5.2.8. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Anne Baba Birliktelik Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Anne baba birliktelik durumuna göre ergenlerin sosyal karşılaştırma ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmek istenmiş ancak gruplar arasında sayısal fark karşılaştırma yapmak için uygun olmadığından bakılamamıştır. Ancak ortaya çıkan demografik bilgi açısından bakıldığında, ebeveyni vefat eden ve ayrı olanların oranı %7.5; birlikte olanların oranı ise 92.5'tir. Araştırmanın yapıldığı Van ili boşanma oranının en az olduğu illerden bir tanesidir (Başkaya ve Ünal, 2017). Boşanma oranlarının düşüklüğü, geleneksel aile yapısı içinde sorunlara rağmen

boşanma fikrinin kabul görmemesi ve bölgede yaşayan kadınların büyük oranda ekonomik olarak diğerlerine muhtaç olmalarıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Alanyazın incelendiğinde anne baba birliktelik durumu ve sosyal karşılaştırma düzeylerini inceleyen az çalışmaya rastlanmıştır. Aydın (2014) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin anne baba birliktelik durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Ebeveynlerin evlilik durumu bireyin psikolojik durumu üzerinde etkili olabilmektedir. Boşanmış ebeveynlere sahip ergenlerde huzursuzluk, okul fobisi, bitkinlik gibi bazı ruhsal tepkiler ortaya çıkabilmektedir (Türkarlan, 2007). Bu noktadan hareketle sağlıklı bir evlilik sürecine sahip bir ailede yetişen bireyin olumlu benlik şemasına sahip olması beklenmektedir.

Aynı zamanda, alanyazın tarandığında anne baba birliktelik durumuna göre duygusal öz-yeterlik düzeylerinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak, Özcan (2018) tarafından yapılan çalışmada ebeveynlerin birliktelik durumuna göre ergenlerde genel öz-yeterlik düzeylerine bakılmış, anlamlı farklılık bulunmamıştır. Ergün (2016) tarafından yapılan çalışmada anne babaları hayatta olma durumuna göre ergenlerin duygusal zekâ seviyelerinin farklılaşmadığı saptanmıştır.

5.2.9. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Ailenin Sosyo-Ekonomik Durum Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre sosyo-ekonomik durumu orta düzeyde olan ailelere sahip kişilerin sosyal karşılaştırma düzeyleri, yüksek ve düşük sosyo-ekonomik durumu olan ailelere sahip kişilerin karşılaştırma düzeylerinden daha yüksektir. Demografik açıdan incelendiğinde ergenlerin %71.9'unun ailesinin ekonomik durumunu orta düzeyde algıladıkları görülmüştür. Anlamlı farklılık çıkmış olması öğrencilerin büyük bölümünün bu grupta olmasıyla ilişkili olabileceği düşünülmekle birlikte bu veri aynı zamanda bölgesel olarak beklenen yönde bir sonuç ortaya koymaktadır. Bu çalışmadan elde edilen verilerde orta düzey sosyo-ekonomik yapıya sahip kişilerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin yüksek olmasının sebebi hem aşağı yönlü hem de yukarı yönlü karşılaştırma kaynaklarına sahip olmaları olabilir. Orta düzey sosyo-ekonomik yapıya sahip ergenlerin aşağı yönlü karşılaştırmalarda kendilerinin onlardan daha iyi olduklarını düşünerek cesaretlenme, gururlanma, umutlanma duyguları yaşamaktadırlar.

Yukarı yönlü karşılaştırmalarda ise imrenme, cesaretlenme, motive olma ve hırslanma duyguları oluşabilmektedir (Kaşgarga, 2016). Bu durumun bireyin benlik yapısını olumlu yönde geliştirdiği düşünülmektedir.

Erözkan (2004) tarafından yapılan çalışmada ise, ailesinin sosyo-ekonomik durumunu yüksek olarak algılayan bireylerin sosyal karşılaştırma puanlarının, ailesinin ekonomik durumunu düşük ve orta düzeyde algılayan kişilerin puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun sebeplerini; yüksek sosyo-ekonomik düzeye sahip kişilerin kendilerini daha iyi hissetmeleri, güvenlerinin yüksek olması, ekonomik durumlarından ötürü elde edebilirlikleri noktasında daha atılgan, daha cesaretli olmaları olarak sıralamıştır.

Araştırma bulgularına göre ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri ile ailenin ekonomik durumu arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Algılanan sosyo ekonomik düzeyden çok ebeveynle kurulan etkileşimin ve duygusal bağın duygusal öz-yeterliliği etkileyebileceği düşünülmektedir. Elde edilen veriler Telef (2011) ve Demirdüzen (2013) tarafından yapılan çalışma sonuçlarıyla uyum göstermektedir. Sakarya (2013), yapmış olduğu çalışmada sosyo-ekonomik durum ile duygusal öz-yeterliliğin duyguları düşünceyi destekleyici olarak kullanma ve duyguları algılama alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulgulamıştır. Yörük (2012), yapmış olduğu çalışmada, ekonomik açıdan durumu iyi olan ailelerin çocuklarının öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğu ileri sürülmektedir. Sosyo-ekonomik durumu yüksek olan ergenlerin kendilerine ilişkin güvenlerini geliştirebileceği, olası durumlara baş etmede yeterlik inançlarının artacağı varsayılmaktadır.

5.2.10. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin Okul Türü Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre ergenlerde sosyal karşılaştırma düzeyi ile okul türü değişkeni arasında anlamlı farklılıklar bulgulanmıştır. Anadolu, İmam Hatip ve Meslek liselerinin sosyal karşılaştırma düzeyleri Fen lisesine göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde Gülbahçe (2007), yapmış olduğu çalışmada okul türü değişkeni ile sosyal karşılaştırma düzeyleri arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Fen liselerinde sosyal karşılaştırma puanlarının düşük olmasının sebebi daha çok yukarı yönlü karşılaştırmaya başvurmalarından kaynaklanabilir. Anadolu, İmam Hatip ve Meslek liselerinde öğrencilerin sosyal açıdan daha aktif olmaları olumlu bir benlik şeması geliştirmelerine yol açmış olabilir

Araştırma bulgularına göre duygusal öz-yeterliğin düzenleme alt boyutunun okul türü değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Buna göre, Anadolu, Meslek ve İmam Hatip liselerindeki öğrencilerin düzenleme alt boyutundaki puanları Fen lisesinde okuyan öğrencilerin puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde Ceylan (2013) tarafından yapılan çalışmada düz lise öğrencilerinin duyguları anlama öz-yeterliklerinin meslek lisesindeki öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Fen lisesi öğrencilerinin duygusal öz-yeterlik düzeylerinin düzenleme alt boyutunda diğer lise türlerinden daha düşük olmasının nedeni daha fazla akademik başarıya odaklanmaları ve sosyal ilişkilere daha az zaman ayırmaları olarak düşünülebilir.

5.3. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri ile Okul Başarısı, Kendine Zarar Verme Davranış Sıklığı ve Hayattan Memnuniyet Düzeyi Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Araştırmada elde edilen veriler ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile akademik başarılarını algılama düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ergenlerin akademik başarı düzeyi arttıkça sosyal karşılaştırma düzeyleri de artmaktadır. Yılmaz (2010), yapmış olduğu çalışmada akademik başarısını yüksek algılayan kişilerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ulaşılan bu bulgular araştırmanın bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Okulda akademik başarısını yüksek algılayan kişilerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin yüksek olmasından yola çıkarak, akademik başarı yüksek kişilerin kendilerini daha yeterli ve pozitif olarak algıladıkları söylenebilir. Bireylerin böylece güven duygularının geliştiği ve olumlu benlik şemasına sahip oldukları ifade edilebilir.

Araştırma bulgularına göre duygusal öz-yeterlik ile okul başarısı arasındaki ilişki pozitif ve anlamlı bulunmuştur. Duyguları düşüncüyü destekleyici olarak kullanma, düzenleme, algılama ve anlama alt boyutları ile okul başarısı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ergenlerin okul başarıları arttıkça duygusal öz-yeterlik düzeyleri de

yükselmektedir. Elde edilen bulgular Demirdüzen (2013) tarafından yapılan çalışma sonuçları ile uyum göstermektedir. Literatür incelendiğinde duygusal öz-yeterlik ve okul başarısı ile ilişkili çok fazla çalışmaya rastlanmamaktadır. Petrides, Frederickson ve Furnham (2004), yapmış oldukları çalışmada duygusal zeka ile okul başarısı arasında pozitif yönde ancak düşük bir ilişkinin olduğunu saptamışlardır. Okul başarısının bireyde olumlu bir düşünce yaratması, akademik açıdan yeterli olması ve bu durumun bireyin duygusal-yeterlik düzeyini yükseltmiş olabileceği varsayılmaktadır.

Araştırmadan elde edilen veriler göre ergenlerde sosyal karşılaştırma düzeyi ile kendine zarar verme düşüncesi sıklığı arasında negatif yönde ilişki olduğu ancak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Aydınlı (2014) yapmış olduğu çalışmada sosyal karşılaştırma düzeyleri yüksek olan kişilerde kendine zarar verme düşüncesinin hiç olmadığını bulgulamıştır. Olumlu bir şemaya sahip olan bireyin kendine zarar verme düşüncesinin olmayışı beklenen bir durumdur.

Araştırma bulgularına göre duygusal öz-yeterlik ile kendine zarar verme sıklığı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Valois, Zullig ve Hunter (2015) ergenlerde duygusal öz-yeterlik ve intihar arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında duygusal öz-yeterliği düşük kişilerde intihar düşüncelerinin yüksek olduğunu bulgulamıştır. Araştırmada elde edilen verilerde duygusal öz-yeterlik arasında anlamlı bir ilişki bulunmamasına rağmen duygusal öz-yeterliğin bireyi olumlu etkileyerek kendine zarar verme düşüncesini azaltacağı düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile hayattan memnun olma değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Sosyal karşılaştırma düzeyleri arttıkça hayattan memnun olma düzeyinin de yüksek olduğu görülmüştür. Çetinkaya (2004), beden imgesi, beden organlarından memnuniyet, benlik saygısı, yaşam doyumu ve sosyal karşılaştırma düzeyini çeşitli değişkenler açısından incelediği çalışmada bireylerin beden organlarından memnuniyetle sosyal karşılaştırma düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulgulamıştır. Çalışma göstermektedir ki hayattan memnun olma düzeyi yükseldikçe olumlu benlik şeması gelişmektedir. Bireyin hayatından memnun olmasının kendisine ilişkin saygısını arttırmasını, başvurduğu karşılaştırmalarda olumlu bir sonuç elde etmesini ve böylece olumlu bir benlik yapısına sahip olabileceği düşünülebilir.

Araştırma bulgularına göre ergenlerin hayattan memnun olma durumlarıyla duygusal öz-yeterlik alt boyutları (düzenleme, destekleme, anlama, algılama) arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur. Hayatından memnun olan bireylerin duygusal öz-yeterlikleri de yüksektir. Benzer şekilde Sakarya (2013), yapmış olduğu çalışmada hayatından memnun olanların az memnun olanlara göre daha yüksek bir duygusal öz-yeterliğe sahip olduğunu saptamıştır. Yaşamlarından memnun olan bireylerin, kendilerini daha iyi hissettikleri, problem çözme becerilerinin iyi düzeyde olduğu, diğer kişilere yardım etmekten hoşnut oldukları ve onları anlayan empati kurabilen bir yapıya sahip oldukları vurgulanmaktadır (Tekpınar, 2009). Bu nitelikleri kendisinde bulduran bireylerin duygusal öz yeterliliklerinin yüksek olması beklenen bir durumdur.

5.4. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma ve Duygusal Öz-yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Araştırma bulgularına göre ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeyleri ile duyguları düzenleme, duyguları destekleme, duyguları anlama, duyguları algılama ve toplam duygusal öz-yeterlik düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Sosyal karşılaştırmanın benlik şemasına işaret ettiği noktadan hareketle olumlu benlik şemasına sahip olan bireylerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri de yüksektir. Alanyazın incelendiğinde duygusal öz-yeterlik konusunun henüz fazla çalışılmadığı ve sosyal karşılaştırma ile birlikte ele alınan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak Güven (2008) yapmış olduğu çalışmada ergenlerde sosyal karşılaştırma ve genel öz-yeterlik düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkiye rastlamıştır. Luszczynska ve arkadaşlarının (2004) ortaöğretim öğrenimi gören ergenlerle yapmış olduğu kültürler arası çalışmada Türk ergenlerde sosyal karşılaştırma eğilimi ve öz-yeterlik arasındaki ilişki pozitif ve anlamlı bulunmuştur.

Ergenlik döneminde bireyin sosyal karşılaştırma süreçlerine başvurarak kendisini tanıması, yetenekleri ile ilgili yargıya varması ve bu anlamda kendisine ilişkin oluşturduğu algının olumlu olması duygusal öz-yeterlik olarak kavramsallaştırılan bireyin duygusal fonksiyonelliğine ilişkin yeterlik algısını etkilemektedir denilebilir. Erözkan (2004) sosyal karşılaştırmalar depresyonla ortaya çıkan duygusal ve bilişsel

sonuçların üzerinde etkili olduğunu belirtmiştir. Ergenlerde sosyal karşılaştırma ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada sosyal karşılaştırma ve depresyon arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğunu saptamıştır. Bu durum olumlu bir benlik şemasına sahip bireylerin kendilerini ruhsal açıdan daha iyi hissetmeleri ile açıklanmıştır.

Araştırmanın öneminde de ifade edildiği üzere sosyal karşılaştırma süreçleri ve duygusal öz-yeterlik birbiriyle ilişkili ve psikolojik anlamda sağlıklı olmak için faydalı niteliklerdir. Olumlu benlik şemasına sahip bireyler çevreleriyle daha olumlu etkileşim içerisindedirler. Bu bireyler kendilerine ilişkin sağlıklı bir algıya sahiptirler. Duygusal farkındalığa sahip bireyler ilişkilerde iyileştirici bir boyuta sahiptirler. Kimlik bulma arayışı içinde olunan ergenlik döneminde bireyin gerçekleştirdiği görevler sayesinde değer algısında yükselme gözlemlenmektedir. Bu bağlamda olumlu benlik şemasına sahip ergenler duygusal öz-yeterliğe de sahip olabilmektedir.

5.5. Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma Düzeylerinin Duygusal Öz-yeterliği Yordamasına İlişkin Sonuçların Tartışılması

Ergenlerin sosyal karşılaştırma düzeylerinin duygusal öz-yeterlikleri üzerinde anlamlı ve önemli etkiye sahip olduğu ve ergenlerde sosyal karşılaştırma düzeylerinin duygusal öz-yeterlikteki değişimin % 9'unu açıkladığı görülmüştür. Bu sonuç ergenlerde sosyal karşılaştırma kavramı ile duygusal öz-yeterlik kavramlarının birbiriyle ilişkili olduğunu ve bir alanda gerçekleşen iyileşmelerin diğer alanda olumlu değişimlere etki ettiğini göstermektedir. Benlik şemasına ilişkin algıyı belirleyen sosyal karşılaştırma bireyin yeterliğine ilişkin algısını pozitif etkilemektedir.

Elde edilen bulgulara göre sosyal karşılaştırma ile duygusal öz-yeterlik arasındaki ilişkide okul başarısı, kendine zarar verme davranışı ve hayattan memnuniyetin aracılık etkisi bulunmakta olup değişkenlerden yalnızca hayattan memnuniyetin aracılık etkisi anlamlı bulunmuştur.

Hayattan memnun olma düzeyinin ergenlerin duygusal öz-yeterliklerinin yordanmasına anlamlı olarak katkı sağladığı, duygusal öz-yeterlik üzerinde anlamlı ve önemli bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bireyler sosyal karşılaştırma yaparken

kendi hayatlarına ilişkin memnuniyet duygusuna sahip iseler bu durum benlik algısında olumlu etki yaratarak kendilerini yeterli hissetmelerine pozitif etki yapmaktadır. Sakarya (2013) yapmış olduğu çalışmada benzer şekilde hayattan memnun olma durumu ile duygusal öz-yeterlik düzeyi arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulgulamıştır. Çelik (2008), lise döneminde bulunan öğrencilerde duygusal zeka ve öznel iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki saptamıştır. Duygularının farkında olan ve kişilerarası etkileşimi sağlıklı kurabilen bireylerin hayattan memnun olmaları beklenen bir durumdur. Telef (2011) duygusal öz-yeterlik ile olumsuz benlik arasında negatif bir ilişkinin olduğu saptamıştır.

Bandura (1989) ve Schunk ve Meece (2006) bireylerde genel öz-yeterlik algısının sosyal karşılaştırma süreçlerine dayandığını ve bu algının diğer bireyler ile yetenek ve performans açısından girilen kıyaslamaların sonucu olduğu ifade edilmektedir. Bandura'ya (1997) göre sosyal karşılaştırma ile oluşturulan fikirler öz-yeterlik düzeylerini yükselten ya da azaltan bir boyuttur.

Ergenlik döneminde bireyin karşılaştırma süreçlerine başvurması ve bunun sonucunda olumlu bir algıya sahip olması kendisinde güven oluşturması beklenmektedir. Bu durumun diğer duyguları düzenleme, destekleme, anlama ve algılama düzeylerini pozitif yönde etkilediği düşünülmektedir.

5.6. Öneriler

1.Çalışma Van ili İpekyolu, Tuşba, Edremit ilçeleri ile sınırlıdır. Çalışmanın farklı bölgelerde kapsamı genişletilerek farklı değişkenlerle çalışılması önerilir.

2.Ergenlik dönemi gibi kritik bir evrede öğrencilerin duygusal açıdan desteklenmeleri ve duygularını tanımlayabilmeleri önem arz etmektedir. Bu noktadan hareketle duygusal öz-yeterliğe yönelik farkındalık için öğretmenlerin ebeveynler ile iş birliği içerisinde hareket etmeleri önerilir.

3.Sosyal karşılaştırma süreçleri bireyin kendisini konumlandırması ve değerlendirmesi açısından doğal bir süreç olsa da ebeveynlere ve öğretmenlere ergenlerin karşılaştırma süreçleri sonuçlarına ilişkin bilgilendirme yapılması önerilir.

4.Okullarda ergenlerin akademik gelişimlerinin yanı sıra duygusal, sosyal ve fizyolojik gelişimlerinin oluşturduğu durumlarla da ilgilenmeleri için öğretmenlerin ve ebeveynlerin bilinçlendirilmesi gerekmektedir.

5.Rehberlik ve Psikolojik Danışma hizmetleri bireyin duygusal öz-yeterlik düzeylerini arttırmaya yönelik çalışmalar yapılabilmesi açısından zenginleştirilmelidir.

6.Sosyal karşılaştırma süreçlerinin yönü ve sonuçları bireyin benlik şemasını etkilemektedir. Ergenlere yönelik karşılaştırma süreçlerine ilişkin farkındalık çalışmaları planlanmalıdır.

7.Duygusal öz-yeterlik bireyin karşılaştığı problemler ile baş edebilmesinde öneme sahiptir. Ülkemizde duygusal öz-yeterlik ile ilgili literatürde az çalışmaya rastlanmaktadır. Duygusal öz-yeterlik ile ilişkili çalışmalar farklılaştırılabilir.

8. Okullarda rehberlik servislerinde rehber öğretmenlerin sayısının az olduğu bilinmektedir. Rehber öğretmenlerin sayısının artırılması önemlidir.

9. Ergenlerin sorunlarla baş edebilmeleri, etkili iletişim kurabilmeleri ve daha etkili problem çözebilmeleri için duygusal öz-yeterlik ve duygusal zekanın işlevselliğinin sağlanmasına yönelik etkinlikler planlanabilir.

KAYNAKÇA

- Adams, J. F., Onur, B., & Dönmez, A. (1995). *Ergenliği anlamak: ergen psikolojisinde güncel gelişmeler*. Ankara: İmge Yayınevi.
- Adsız, E. (2016). *Yöneticilerin duygusal zekâ düzeylerinin karar verme stillerine etkisi*. Hitit Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Akbolat, M.,& Işık, O. (2012). Sağlık çalışanlarının duygusal zekâ düzeylerinin motivasyonlarına etkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 32(1), 109-124.
- Alcı, B. (2007). *Yıldız Teknik Üniversitesi öğrencilerinin, matematik başarıları ile algıladıkları problem çözme becerileri, özyeterlik algıları, bilişüstü özdüzenleme stratejileri ve ÖSS sayısal puanları, arasındaki açıklayıcı ve yordayıcı ilişkiler örüntüsü*. Yıldız Teknik Üniversitesi: Doktora tezi.
- Andersen, S. L. ve Teicher, M. H. (2008). Stress, Sensitive periods and Maturationalevents İn Adolescent Depression. *Trends in Neurosciences*, 31(4), 183–191.
- Antony, M. M.,Rowa, K., Liss, A., Swallow, S. R., &Swinson, R. P. (2005). Social comparison processes ın social phobia. *Behavior Therapy*, 36(1), 65-75.
- Arulmani, G., Van Laar, D., & Easton, S. (2001). Career planning orientation of disadvantaged high school boys: A study of socio economic and social cognitive variables. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 27(1-2), 7-17.
- Asıcı, E.,& Uygur, S. S. (2017). Duygusal öz-yeterlik ve affetmenin algılanan stres düzeyini yordayıcı rolü. *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*,6(3).
- Aydın, B. (2010). *Ergen psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayın ve Dağıtım.
- Aydınlı, S. (2014). *Ergenlerin öfke ifade biçimleri, sosyal karşılaştırma düzeyleri, umutsuzluk seviyeleri ve çatışma çözme yaklaşımlarının incelenmesi*. Haliç Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Bacchini, D.,& Magliulo, F. (2003). Self-image and perceived self-efficacy during adolescence. *Journal of Youth And Adolescence*, 32(5), 337-349.

- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122.
- Bandura, A. (1989). Six theories of child development. *Annals Of Child Development*, 6, 1-60.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. *Encyclopedia Of Human Behavior*, 4(4), 71-81.
- Bandura, A. (1997). Editorial. *American Journal Of Health Promotion*, 12(1), 8-10.
- Bandura, A. (1999). *Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective*. *Asian Journal of Social Psychology*.2;21-41.
- Bandura, A.,Pastorelli, C., Barbaranelli, C., ve Caprara, G. V. (1999). Self-efficacy pathwaysto childhood depression. *Journal of Personality and Social Psychology*. 76, 258–269.
- Baron, R. A.,& Byrne, D. (2000). Social psychology, massachusetts. *Allyn and Bacon*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 542-549.
- Başkaya, Z.,& Ünal, A. (2017). Türkiye'de evlenme ve boşanma oranlarının iller düzeyinde zamansal değişimi (2001-2015). *Journal of International Social Research*, 10(53).
- Berkem, M. (2001). Dalış sporu eğitim süreci içindeki öğrencilerle öğretmenlerin ruhsal farklılıkları. *Klinik Psikiyatri*, 4, 38-41.
- Bilbek, M.,& Yılmaz, C. Y. (2014). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin sosyal karşılaştırma düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), 105-112.
- Bilgin, N. (2003). *Sosyal Psikoloji Sözlüğü: Kavramlar. Yaklaşımlar*. İstanbul: Bağlam Yayınları,
- Bilgin, N. (2007). *Kimlik inşası*. İzmir: Aşına Kitaplar.
- Bollen, K.A. (1989). Structural equations with latent variables. *Wiley Interscience Publication*, J. Wiley & Sons: New York, NY.
- Brown, T. A. (2006). Confirmatory factor analysis for applied research. California: Age Publications, Inc.

- Burleson, K., Leach, C. W., & Harrington, D. M. (2005). Upward social comparison and self-Concept: inspiration and inferiority among art students in an advanced programme. *British Journal of Social Psychology*, 44(1), 109-123.
- Buunk, B. P., Kuyper, H., & van der Zee, Y. G. (2005). Affective response to social comparison in the classroom. *Basic and Applied Social Psychology*, 27(3), 229-237.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (14. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Carney, M. P. (1999). *The human side of organizational change: evolution, adaptation and emotional intelligence, : a formula for success*. Widener University: Doctoral dissertation.
- Ceylan, İ. (2013). *Ergenlerin benlik Saygısı ve duygusal öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi: Yüksek lisans tezi
- Cloutier, R., (1994), "Ergenlik Psikolojisinde Kuramlar", (Çev., B. Onur), Ankara , Cilt:27 Sayı:2, ss. 875-904.
- Collins, R. L. (1996). For better or worse: The impact of upward social comparison on self-evaluations. *Psychological bulletin*, 119(1), 51.
- Çakar, U., & Arbak, Y. (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zeka ilişkisi ve duygusal zeka, *Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*6(3). 23-48.
- Çelenk, İ. (2015). *Örgütlerde duygusal zeka ve psikolojik yıldırma: bir araştırma*. Pamukkale Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Çelik, Ş. (2008). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal zeka açısından incelenmesi*. Selçuk Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Çetinkaya, H. (2004). *Beden imgesi, beden organlarından memnuniyet, benlik saygısı, yaşam doyumu ve sosyal karşılaştırma düzeyinin demografik değişkenlere göre farklılaşması*. Mersin Üniversitesi: Yüksek lisans tezi,
- Dağlı, M. E. (2006). *Ergenlikte zeka bölümü, duygusal zeka ve akademik başarı arasındaki ilişki*. Mersin Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.

- Davey, C. G., Yücel, M. ve Allen, N. B. (2008). The emergence of depression in adolescence: development of the prefrontal cortex and the representation of reward. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 32(1), 1-19.
- De Cremer, D.,&Vugt, M. (1998). Collective identity and cooperation in a public goods dilemma: a matter of trustor self-efficacy. *Current Research in Social Psychology*, 3, 1-11.
- Demirdüzen, H. (2013). *Ergenlerin algılanan sosyal destek düzeyleri ile duygusal özyeterlik düzeylerinin incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Deniz Özkan, B. (2015). *Ergenlerde duygusal öz-yeterlik sürekli kaygı ilişkisinin incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*, 63, 19-21.
- Dolgin, K. G. (2014). *Ergenlik psikolojisi: Gelişim, ilişkiler ve kültür*. Çeviren Duygu Özen, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Döğücü, F. (2004). *Tosya ilçesinde farklı liselerde öğrenim gören ergenlerin arkadaş ilişkilerinin incelenmesi*. Gazi Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Dutoğlu, G.,& Tuncel, M. (2008). Aday öğretmenlerin eleştirel düşünme eğilimleri ile duygusal zeka düzeyleri arasındaki ilişki. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1).
- Ergün, O. (2016). *Ergenlerde duygusal zeka özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul Arel Üniversitesi:Yüksek lisans tezi.
- Erikson, E. H. (1994). *Identity: Youth and crisis* (No. 7). WW Norton &Company.
- Erkuş, A. (1994). *Psikolojik terimler sözlüğü: İngilizce-Türkçe*. İstanbul: Doruk.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.
- Gander, M. J.,Gardiner, H.W., (1993). *Çocuk ve ergen gelişimi*. Çev: Dönmez, A., Çelen, N.,Onur, B., Ankara: İmge Kitabevi.
- Gençtan, E. (1995).*Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Gilbert, D.T., Giesler, R.B. ve Morris, K.A. (1995). When comparison arise. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(2), 227-236.
- Gilbert, P., Price, J., & Allan, S. (1995). Social comparison, social attractiveness and evolution: how might they be related? *New Ideas in Psychology*, 13, 149-165.
- Goethals, G. R., & Darley, J. M. (1977). Social comparison theory: an attributional approach. *Social comparison processes: Theoretical and empirical perspectives*, 259-278.
- Goleman D., (2011). *İşbaşında duygusal zeka*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Goleman, D. (1996). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam.
- Goleman.(2004).*Duygusal Zeka Neden IQ'dan Daha Önemlidir?*Çev. Banu Seçkin Yüksel, İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gordjin, E. H. ve Stapel, D. A. (2006). Behavioural effects of automatic inter personal versus intergroup social comparison. *British Journal of Social Psychology*, 45, 717-729.
- Gül, E. (2016). *Ergenlerde sosyal görünüş kaygısı ve sosyal karşılaştırmanın fonksiyonel olmayan tutum ve bilişsel çarpıtmalarla ilişkisi*. Üsküdar Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Gülbahçe, A. (2007). *Mesleki olgunluk düzeyleri farklı olan öğrencilerin sosyal karşılaştırma ve benlik imgelerinin incelenmesi*. Atatürk Üniversitesi: Doktora tezi.
- Güney, S. (2000). *Davranış bilimleri*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Gürcan, A. (2005). Bilgisayar özyeterliği algısı ile bilişsel öğrenme stratejileri arasındaki ilişki. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, (19).
- Güven Denizel, E. (2008). *Bir hazır giyim işletmesinde çıraklık eğitimi kapsamında çalışan ergenlerin öz-yeterlik inançlarının kimlik, sosyal karşılaştırma eğilimi ve demografik değişkenler bağlamında incelenmesi*. Pamukkale Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.

- Hamurcu, H. (2006). Sınıf öğretmeni adaylarının fen öğretimine yönelik öz-yeterlik inançları. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, (24).
- Harre, R.; Parrott, G.W. (2000). *Some complexities in the study of emotions .The Emotions*. London: Sage Publications, page 12-24.
- Hessler, D. M.,& Katz, L. F. (2010). Brief report: Associations between emotional competence and adolescent risky behavior. *Journal of adolescence*, 33(1), 241-246.
- Hofstetter, C. R., Zuniga, S., & Dozier, D. M. (2001). Media self-efficacy: Validation of a new concept. *Mass Communication & Society*, 4(1), 61-76.
- Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53-60.
- Hu, L. T.,& Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- Isobe, C. & Ura, M. (2006). Effects of intergroup upward comparison, trait self-esteem, and identity shift on state self-esteem and affect in upward comparison with in-group members. *Asian Journal of Social Psychology*, 9(1), 50-58.
- İkiz, f. E., & Sakarya Çınk, ö. (2016). Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal özyeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Electronic turkish studies*, 11(14).
- İsmen, A. E. (2004). Duygusal zeka ve aile işlevleri arasındaki ilişki. *Sosyal bilimler Dergisi*.
- Kelloway, K.E. (1989). *Using Lisrel for structural equation modeling: A researcher's guide*. Londong: Sage.
- Keskin, G. Ve Orgun F. (2006). Öğrencilerin öz etkililik-yeterlik düzeyleri ile başa çıkma stratejilerinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 92-99.

- Kılıç, N., Mammadov, M., Koçhan, K., & Aypay, A. (2018). Üniversite öğrencilerinde genel öz yeterlik inancı ve beden imajının psikolojik sağlık düzeyini yordama gücü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*.
- Kirk, B. A., Schutte, N. S. ve Hine, D. W. (2008). Development and preliminary validation of an emotional self-efficacy scale. *Personality and Individual Differences*, 45(5), 432-436.
- Klein, W. M. (1997). Objective standards are not enough: affective, self-evaluative, and behavioral responses to social comparison information. *Journal of personality and social psychology*, 72(4), 763.
- Koç, V. (2008). *Kişilerarası Tarz, kendilik Algısı, öfke ve depresyon*. Ankara Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Kola, E. (2012). *Rehber öğretmenlerin özel eğitimde psikolojik danışma ve rehberliğe ilişkin özyeterlik algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Necmettin Erbakan Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Korkmaz, İ. (2009). Sosyal öğrenme kuramı, Yeşilyaprak, B. *Eğitim Psikolojisi Gelişim-Öğrenme-Öğretim*, Ankara: Pegem A Yayınları, Sayfa no 218-238.
- Köknel, Ö. (1997). *İnsanı anlamak*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kruglanski, A. W., & Maysseless, O. (1987). Motivational effects in the social comparison of opinions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(5), 834.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kulaksızoğlu, A. (2008). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kumar, R., & Lal, R. (2006). The role of self-efficacy and gender difference among the adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 32(3), 249-254.
- Locke, K. D., & Nekich, J. C. (2000). Agency and communion in naturalistic social comparison. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(7), 864-874
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: multicultural validation studies. *The Journal Of Psychology*, 139(5), 439-457.

- Maddux, J. E. (2009). Self-efficacy. In S.J. Lopez (Ed.), *The Encyclopedia of Positive*.
- Marat, D. (2003). Assessing self-efficacy and agency of secondary school students in a multi-cultural context: Implications for academic achievement. In *Proceedings of the New Zealand and Australian Association for Research in Education Conference, Auckland* (Vol. 18, p. 2008).
- Mayer, J. D., P. Salovey ve D. R. Caruso (2000). Emotional intelligence as zeitgeist, as personality, and as a mental ability.
- Mayer, J. D., Salovey, P. and Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215.
- Mayer, J. D., & Cobb, C. D. (2000). Educational policy on emotional intelligence: Does it make sense?. *Educational psychology review*, 12(2), 163-183.
- Maynard, C. (1998). Body image. *Current Health*, 2, 53.
- Morris C., (2002). *Psikolojiyi Anlamak: Psikolojiye Giriş*, çev. H. Belgin Ayvaşık ve Melike Sayıl, Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Morris, J. A., & Feldman, D. C. (1996). The dimensions, antecedents, and consequences of emotional labor. *Academy of Management Review*, 21(4), 986-1010.
- Muris, P. (2002). Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample, *Personality and Individual Differences*, 32(2), 337-348.
- Mussweiler, T., Gabriel, S., & Bodenhausen, G. V. (2000). Shifting social identities as a strategy for deflecting threatening social comparisons. *Journal Of Personality and Social Psychology*, 79(3), 398.
- Nettelbeck, T., & Wilson, C. (2005). Intelligence and IQ: Whatt eachers should know. *Educational Psychology*, 25(6), 609-630.
- Orhan, F., & Dağcı, A. Ergenlikte dini kimliğin inşası: Sosyal öğrenme kuramı açısından bir değerlendirme. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7(7), 115-132

- Ouwekerk, J. W. ve Ellemers, N. (2002). The benefits of being disadvantaged: performance related circumstances and consequences of inter group comparisons. *European Journal of Social Psychology*, 32, 73-91.
- Özcan, D. A. (2016). *Ergenlerde bilişsel esneklik ile özyeterlik arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Toros Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Özcan, U. (2018). *Ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış ergenlerin öz yeterlik ve sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. Ordu Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Özçelik, H.,& Kurt, A. A. (2007). İlköğretim öğretmenlerinin bilgisayar özyeterlikleri: Balıkesir ili örneği. *İlköğretim Online*, 6(3), 441-451.
- Özdemir, E. (2017). *Duygu yönetimi eğitim programının avm çalışanlarının duygularını yönetme beceri düzeylerine etkisi*. Toros Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Özgüroğlu, M. (1991). Adolesan dönemde benlik imajı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 75-76.
- Öztürk OM. (2004) *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Papalia, D.E., Olds, S.W. and Feldman, R.D., (1998). *Human development*, Boston: McGraw-Hill.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals Of the American Academy Of Political and Social Science*, 591(1), 25–39.
- Perry, J. L., Brudney, J. L., Coursey, D., & Littlepage, L. (2008). What drives morally committed citizens? A study of the antecedents of public service motivation. *Public Administration Review*, 68(3), 445-458.
- Petrides, K. V., Frederickson, N., & Furnham, A. (2004). The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school. *Personality and Individual Differences*, 36(2), 277-293.
- Petrides, K. V., Sangareau, Y., Furnham, A., & Frederickson, N. (2006). Trait emotional intelligence and children's peer relations at school. *Social Development*, 15(3), 537-547.

- Petrides, K. V.,& Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to moodinduction. *European Journal of Personality*, 17(1), 39-57.
- Petrides, K. V.,&Furnham, A. (2000). On the dimensionalstructure of emotionalintelligence. *Personality and Individual Differences*, 29(2), 313-320.
- Petrides, K. V.,&Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established traittaxonomies. *EuropeanJournal Of Personality*, 15(6), 425-448.
- Petrides, K. V.,&Furnham, A. (2006). The role of trait emotional intelligence in a gender-specific model of organizational variables. *Journal Of Applied Social Psychology*, 36(2), 552-569.
- Pınarlıgil, B. N. (2008). *Dezavantajlı gruplarda sosyal karşılaştırma diyaliz hastalarının sosyal karşılaştırma süreç ve eğilimlerinin incelenmesi*. (Ege Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Pool, L. D.,& Qualter, P. (2012). Improving emotional intelligence and emotional self-efficacy through a teaching intervention for university students. *Learning And Individual Differences*, 22(3), 306-312.
- Ramey, C. T.,& Ramey, S. L. (1999). *Right from birth: Building your child's foundation for life. Birth to 18 Months. Goddard Parenting Guides*. New York: Goddard Press.
- Sakarya, Ö. (2013). *Ergenlerin ruhsal belirtileri ile duygusal özyeterlik düzeylerinin incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniveristesisi: Yüksek lisans tezi.
- Salovey, P. ve J.D. Mayer (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition And Personality*, sayı:9, ss.185-211.
- Saral, K. (2013). *Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin stresle başa çıkma tarzları eğitim-öğretim yaşantılarında stresle başa çıkma ve sosyal karşılaştırma düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. İstanbul Arel Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Schunk, D. H.,& Meece, J. L. (2006). Self-efficacy development in adolescence. *Self-Efficacy Beliefs Of Adolescents*, 5, 71-96.

- Senemoğlu, N. (1998). *Gelişim öğrenme ve öğretim-kuramdan uygulamaya*. Ankara: Ertem Matbaacılık.
- Smalley, N., Scourfield, J., & Greenland, K. (2005). Youngpeople, gender and suicide: A review of research on the social context. *Journal Of Social Work*, 5(2), 133-154.
- Smith, G. J. (2007). Parenting effects on self-efficacy and self-esteem in late adolescence and how those factors impact adjustment to college. *Online Submission*.
- Southam-Gerow, M. A. (2014). *Çocuklarda ve Ergenlerde Duygusal Düzenleme: Uygulayıcının Rehberi*. (Çev. Edit. Muzaffer Şahin). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Sroufe, L. A. (1997). *Emotional development: The organization of emotional life in the early years*. Cambridge University Press.
- Stapel, D. A., & Blanton, H. (2004). From seeing to being: Subliminal social comparisons affect implicit and explicit self-evaluations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 468–481.
- Steinberg L., (2007). *Ergenlik*, Ankara: İmge Kitabevi.
- Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review Of Psychology*, 52(1), 83-110.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modellemeleri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.
- Swallow, S. R., & Kuiper, N. A. (1988). Social comparison and negative self-evaluations: An application to depression. *Clinical Psychology Review*, 8(1), 55-76.
- Şemin, R. U. (1992). *Gençlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Tabachnick, B.G. and Fidell, L.S. (2001). *Using multi variate statistics* (4. Eds). MA: Allyn & Bacon Inc.
- Tataker, T. (2003). *Ergenlerin atılganlık düzeyi ile ruhsal sorunları arasındaki ilişkinin araştırılması*. Dokuz Eylül Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.

- Taylor, S. E., Neter, E., & Wayment, H. A. (1995). Self-evaluation processes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(12), 1278-1287..
- Taylor, S.E., Wayment, H.A., & Carillo, M. (1996). *Social comparison, self-regulation and motivation. Handbook of motivation and cognition*,. New York: Guilford Pres.
- Teköznel, İ. M. (2007). *Gerçekliği inşa etkinliği olarak sosyal karşılaştırma: sosyal karşılaştırma süreçlerinde gerçekçi ve kurgusal karşılaştırma enformasyonu kullanma eğilimlerinin incelenmesi*. Ege Üniversitesi: Doktora tezi.
- Teköznel, M. (2000). *Sosyal karşılaştırma süreçlerinde benliğin olumlu değerlendirilmesi ihtiyacının incelenmesi*. Ege Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Tekpınar, P. (2009). Çocukluk döneminde duygusal zeka. *Eğitimde Yansımalar Dergisi* 14-20.
- Telef, B. B. (2011). *Öz-yeterlikleri farklı ergenlerin psikolojik semptomlarının incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi: Doktora tezi.
- Thompson, B. (2004). Exploratory and confirmatory factor analysis: Understanding concepts and applications. DC: American Psychological Association.
- Tolunay, E. (2008). *Sosyal karşılaştırma bilgisi ve görev güçlüğü bilgisinin beyin yazımı tekniğinde düşünce üretimine etkileri*. Hacettepe Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Totan, T., İkiz, E., & Karaca, R. (2010). Duygusal öz-yeterlik ölçeğinin Türkçeye uyarlanarak tek ve dört faktörlü yapısının psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 71-95.
- Türkarıslan, N. (2007). Boşanmanın çocuklar üzerine olumsuz etkileri ve bunlarla başetme yolları. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 11(11), 99-108.
- Vachon, J., Vitaro, F., Wanner, B., & Tremblay, R. E. (2004). Adolescent gambling: relation ships with parent gambling and parenting practices. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18(4), 398.

- Valois, R. F., Umstattd, M. R., Zullig, K. J., & Paxton, R. J. (2008). Physical activity behaviors and emotional self-efficacy: is there a relationship for adolescents?. *Journal of School Health, 78*(6), 321-327.
- Valois, R. F., Zullig, K. J., & Hunter, A. A. (2015). Association between adolescent suicide ideation, suicide attempts and emotional self-efficacy. *Journal of Child and Family Studies, 24*(2), 237-248.
- Van Knippenberg, A. vd, (1981). Social comparison on two dimensions. *European Journal of Social Psychology, Vol. 11*, P.267-283.
- Vardarlı, G. (2005). *İlköğretim 2. kademe öğrencilerinin genel özyeterlik düzeylerinin yordanması*. Ege Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Vrugt, A. & Koenis, S. (2002). Perceived Self- Efficacy, PersonalGoals, Social Comparison, and Scientific Productivity. *Applied Psychology: An InternationalReview. 51* (4). Pp. 593- 607.
- Weary, G., Marsh, K. L., Gleicher, F., & Edwards, J. A. (1993). Depression, control motivation, and the processing of information about others. In *Control motivation and social cognition* (pp. 255-287). New York: Springer.
- Wheeler, L. (1991). A brief history of social comparison theory. In J. Suls& T. A. Wills (Eds.), *Social comparison: contemporary theory and research* (pp. 3–21). Hillsdale,NJ: L. Erlbaum Associates.
- Wheeler, L.,& Miyake, K. (1992). Social comparison in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*(5), 760.
- White, J. B.,Langer, E. J., Yariv, L., &Welch, J. C. (2006). Frequent social comparisons and destructive emotions and behaviors: The darkside of social comparisons. *Journal of AdultDevelopment, 13*(1), 36-44.
- Whitehead, J. R. ve Corbin, C. B. (1997). *Self Esteem in Children and Youth: The Role of Sport and Physical Education*.
- Willemse, M. (2008). *Exploring the relationship between self-efficacy and aggression in a group of adolescents in the peri-urban town of Worcester*. University of Stellenbosch: Doctoral dissertation.

- Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90(2), 245.
- Wood, J. V., Michela, J. L., & Giordano, C. (2000). Downward comparison in everyday life: Reconciling self-enhancement models with the mood-cognition priming model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(4), 563.
- Wood, J.V. & Wilson, A.E. (2003). How important is social comparison. In M. R. Leary & J.P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (pp. 344-366). New York: Guilford Press.
- Yavuzer, H. (1986). *Ana-baba ve çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2003). *Çocuğu tanımak ve anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 6.
- Yavuzer, H. (2005). *Gençleri anlamak*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yelkikalan, N. (2006). 21. yüzyılda girişimcinin yeni özelliği: Duygusal zekâ. *Girişimcilik ve Kalkınma Dergisi*.1(2), 39-51.
- Yeşilyaprak, B. (2001). Duygusal zeka ve eğitim açısından doğurguları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 25(25), 139-146.
- Yılmaz, F. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinde sosyal karşılaştırma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki*. Sakarya Üniversitesi: Yüksek lisans tezi.
- Ziya, S. (2000). *Gelişim ve öğrenme*. Ankara: Nobel Yayın ve Dağıtım.

EKLER

EK-1: Kişisel Bilgi Formu

Sevgili öğrenciler,

Bu anketler aracılığıyla sizlerden elde edilecek veriler bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Soruların doğru ya da yanlış yanıtları yoktur ve verdiğiniz yanıtlar tamamıyla gizli kalacaktır. Lütfen her bir soruyu dikkatle okuyup samimi yanıtlar veriniz. Her soruya TEK bir yanıt vermeye ve BOŞ yanıt bırakmamaya özen gösteriniz. Katkılarınız için teşekkür ederiz.

YÖNERGE 1 : Size uygun olan cevabı (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

1. Yaşınız: 1. 14 () 2. 15 () 3. 16 () 4. 17 () 5. 18 () 6. 19 ve üzeri ()

2. Cinsiyetiniz: 1. Kadın () 2. Erkek ()

3. Siz dahil kaç kardeşsiniz? 1 () 2 () 3 () 4 () 5 ve üstü ()

4. Anne ve babanızın eğitim durumu aşağıdakilerden hangisidir?

	Anne	Baba
1. Okur-yazar değil	()	()
2. Okur-yazar	()	()
3. İlkokul mezunu	()	()
4. Ortaokul mezunu	()	()
5. Lise mezunu	()	()
6. Üniversite mezunu	()	()
7. Yüksek Lisans- Doktora	()	()

5. Anne ve babanızın meslek durumu nedir?

	Anne	Baba
1. Ev hanımı /Çalışmıyor	()	()
2. Memur	()	()
3. İşçi	()	()
4. Çiftçi	()	()
5. Serbest meslek	()	()
6. Emekli	()	()

6. Aile Durumunuz

	Anne	Baba
1. Sağ	()	()
2. Öz	()	()
3. Üvey	()	()
4. Vefat	()	()
5. Ayır/Boşanmış	()	()

EK-2: Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği

<p>Açıklama: Aşağıda verilen her bir ifadeyi okuduktan sonra, o ifade ile ilgili olarak “ şu anda kendinizden ne kadar emin olduğunuzu” değerlendiriniz. Tepkinizi, sizi yansıttığını düşündüğünüz boşluğa (X) işareti koyarak belirtiniz.</p>	Hiç emin değilim	Çok az eminim	Biraz eminim	Çoğunlukla eminim	Kesinlikle eminim
1.Kendi olumsuz duygularımı doğru olarak tanımlarım					
2.Başkalarına olumsuz duygularını olumlu duygularla değiştirmesi için yardım ederim					
3.Olumsuz bir duygu hissederken olumlu bir duygu yaratırım.					
4.Olumlu bir duyguyu hissetmeme neyin sebep olduğunu bilirim					
5.Başka biri olumsuz bir duygu hissederken o duyguyu doğru bir şekilde tanımlarım					
6.Eski problemlere yeni çözümler getirirken olumlu duygularımı kullanırım					
7.Başka birinin olumlu duygu yaşamasına neyin neden olduğunu kavrarım					
8.Olumsuz duygumu olumlu duyguya çeviririm					
9.Kendi olumlu duygularımı doğru olarak tanımlarım					
10.Başkasının hissettiği duyguları kendimde oluşturabilirim					
11. Olumsuz bir duygu hissetmeme neyin sebep olduğunu bilirim					
12.Baskı altındayken kendi duygularımı düzenlerim					
13.Başkasının ne zaman olumlu bir duygu yaşadığını doğru olarak tanımlarım					
14. İçinde bulunduğum ortama en uygun ruh haline girerim					
15.Başkasının olumsuz duygu yaşamasına neyin sebep olduğunu kavrarım					
16.Diğer kişilerin baskı altındayken duygularını düzenlemesine yardımcı olurum					

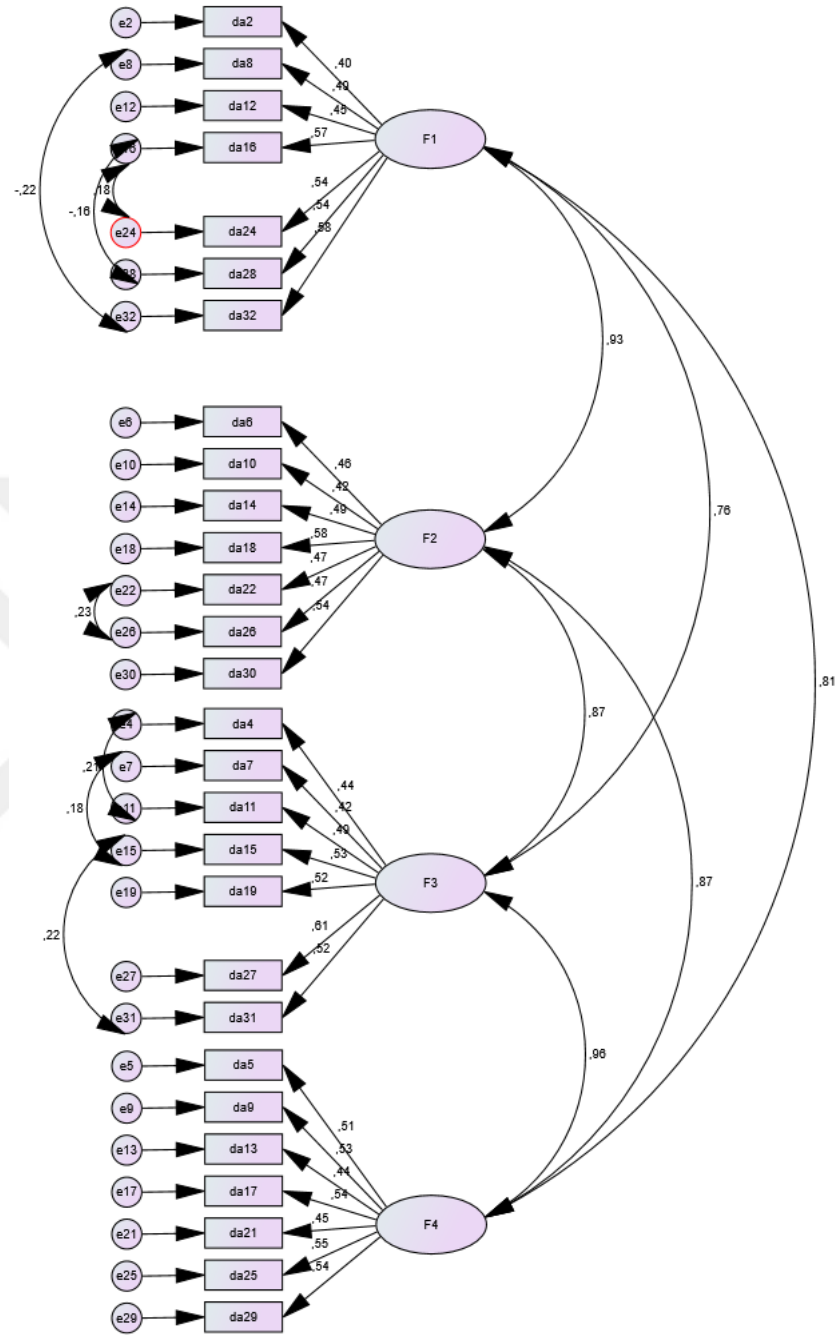
17.Beden dilimin ortaya koyduğu duygunun farkında olurum					
18.İyi düşünceler oluşturmak için olumlu duyguları kullanırım					
19.Duygularımın değişmesine neyin sebep olduğunu anlarım					
20.Sinirli iken sakinleşirim					
21.Başkasının beden dilinin ortaya koyduğu duygunun farkında olurum					
22.Bilişsel performansımı arttırmak için duygu yaratırım					
23.Başkasının duygularının değişmesine neyin sebep olduğunu anlarım					
24. Başkasına sinirlendiği bir zamanda sakinleşmesi için yardımcı olurum					
25. Yüz ifadem yoluyla hangi duygumu ifade ettiğimin farkında olurum					
26. Fiziksel performansımı arttırmak için duygu yaratırım					
27.Duygularımdaki farklılaşmaya neyin neden olduğunu belirlerim					
28. Bir hedefe ulaşmaya çok yakinken duygularımı düzenlerim					
29. Başkasının yüz ifadesi ile hangi duyguyu ifade ettiğinin farkında olurum					
30. Yaratıcı düşüncelerimin ortaya çıkabilmesi için doğru duyguyu oluştururum					
31. Başkasının duygularındaki farklılaşmasına neyin neden olduğunu belirlerim					
32.Başkasının bir kayıp yaşamasının ardından duygularını düzenlemesine yardımcı olurum					

EK-3: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği

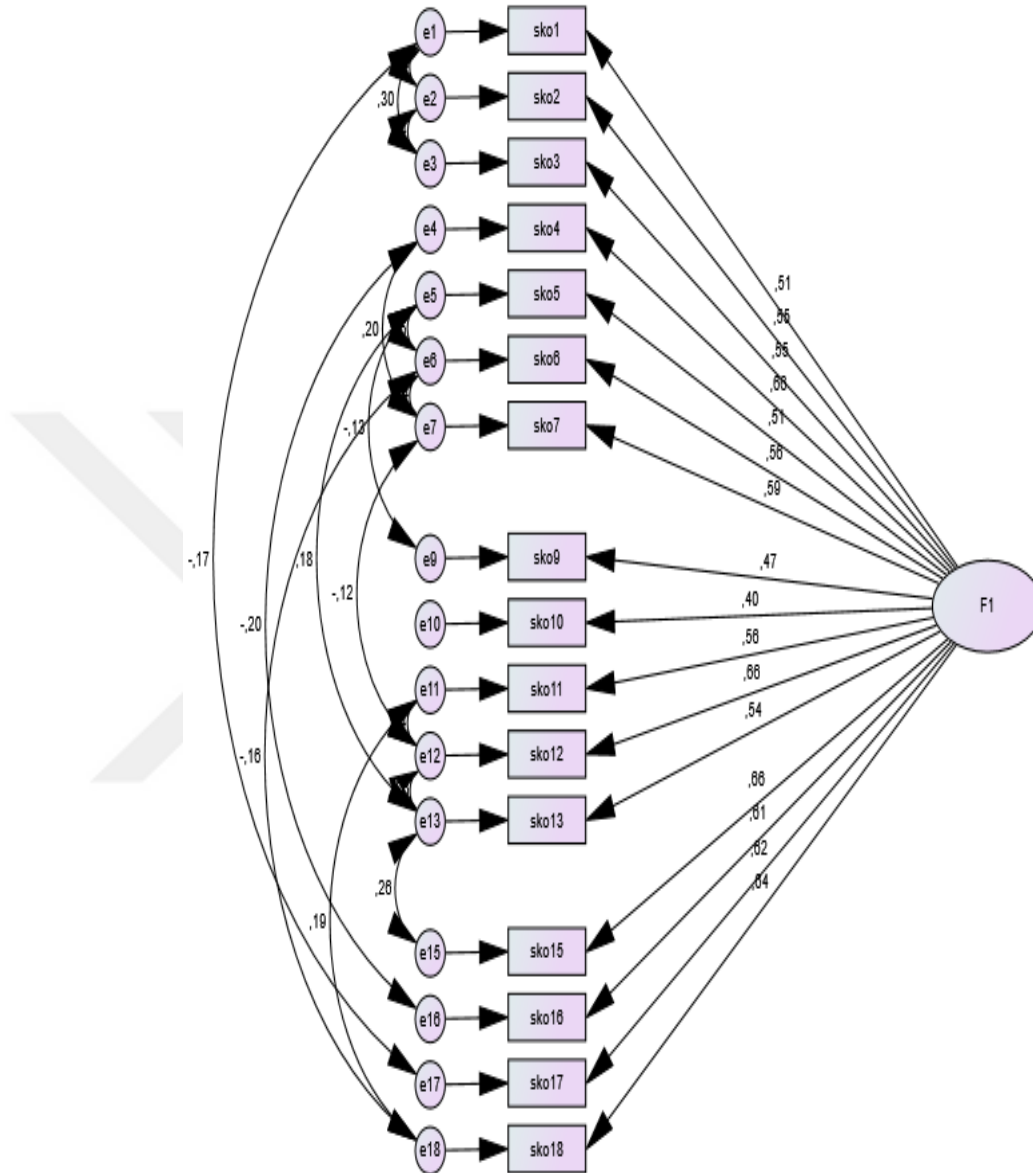
Sizin de bildiğiniz gibi, hepimiz zaman zaman kendimizi diğer insanlarla karşılaştırır ve bazı değerlendirmeler yaparız. Bu değerlendirmeler sonucunda kendimizle ilgili bazı fikirler ediniriz. **Sizin de kendinizle ilişkili bazı kişisel görüşleriniz** mutlaka vardır. Lütfen, aşağıdaki sıfatların her birinde **sizi en iyi yansıtan sayıyı** bularak üzerine (X) işarati koyunuz.

Yetersiz	1	2	3	4	5	6	Yeterli/üstün
Beceriksiz	1	2	3	4	5	6	Becerikli
Başarısız	1	2	3	4	5	6	Başarılı
Sevilmeyen biri	1	2	3	4	5	6	Sevilen biri
İçe dönük	1	2	3	4	5	6	Dışa dönük
Yalnız	1	2	3	4	5	6	Yalnız değil
Dışta bırakılmış	1	2	3	4	5	6	Kabul edilmiş
Sabırsız	1	2	3	4	5	6	Sabırlı
Hoşgörüsüz	1	2	3	4	5	6	Hoşgörülü
Söyleneni yapan	1	2	3	4	5	6	İnsiyatif sahibi
Korkak	1	2	3	4	5	6	Cesur
Kendine güvensiz	1	2	3	4	5	6	Kendine güvenli
Çekingen	1	2	3	4	5	6	Atılgan
Dağınık	1	2	3	4	5	6	Düzenli
Pasif	1	2	3	4	5	6	Aktif
Kararsız	1	2	3	4	5	6	Kararlı
Antipatik	1	2	3	4	5	6	Sempatik
Boyun eğici	1	2	3	4	5	6	Hakkımı arayıcı

EK-4: Duygusal Öz-yeterlik Ölçeği DFA Diyagramı



EK-5: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği Diyagramı





VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimler Enstitüsü

LİSANSÜSTÜ TEZ ORJİNALLİK RAPORU

VAN YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimler Enstitüsü

13/06/2019

Tez Başlığı / Konusu

“Ergenlerin Sosyal Karşılaştırma Ve Duygusal Öz- Yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”

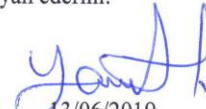
Yukarıda başlığı/konusu belirlenen tez çalışmamın Kapak sayfası, Giriş, Ana bölümler ve Sonuç bölümlerinden oluşan toplam 58 sayfalık kısmına ilişkin, 09/06/2019 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından ithenticateintihal tespit programından aşağıda belirtilen filtreleme uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 15(On Beş) dir.

Uygulanan Filtreler Aşağıda Verilmiştir:

- Kabul ve onay sayfası hariç,
- Teşekkür hariç,
- İçindekiler hariç,
- Simge ve kısaltmalar hariç,
- Gereç ve yöntemler hariç,
- Kaynakça hariç,
- Alıntılar hariç,
- Tezden çıkan yayınlar hariç,
- 7 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç (Limit match size to 7 words)

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Lisansüstü Tez Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılmasına İlişkin Yönergeyi İnceledim ve bu yönergede belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içemediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.


13/06/2019
Yunus SAVAŞLI

Adı Soyadı : Yunus SAVAŞLI
Öğrenci No : 0159401068
Anabilim Dalı : Eğitim Bilimleri
Programı : Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik
Statüsü : Y. Lisans Doktora

DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Zöhre KAYA

13./06./2019



ENSTİTÜ ONAYI
UYGUNDUR

13./06./2019


Enstitü Sekreteri