



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

BAĞIMLILIK DANIŞMANLIĞI VE REHABİLİTASYON ANABİLİM DALI

BAĞIMLILIK DANIŞMANLIĞI VE REHABİLİTASYON YÜKSEK LİSANS  
PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**“ERGENLERDE DUYGU DÜZENLEME VE EBEVEYN  
TUTUMLARININ İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE İLİŞKİSİNİN  
İNCELENMESİ”**

**Ahsen KAYA**

**Tez Danışmanı**

**Doç. Dr. Gül ERYILMAZ**

**İSTANBUL, 2019**



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BAĞIMLILIK DANIŞMANLIĞI VE REHABİLİTASYON ANABİLİM DALI  
BAĞIMLILIK DANIŞMANLIĞI VE REHABİLİTASYON YÜKSEK LİSANS  
PROGRAMI

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**“ERGENLERDE DUYGU DÜZENLEME VE EBEVEYN  
TUTUMLARININ İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE İLİŞKİSİNİN  
İNCELENMESİ”**

**Ahsen KAYA**

**Tez Danışmanı  
Doç. Dr. Gül ERYILMAZ**

**İSTANBUL, 2019**

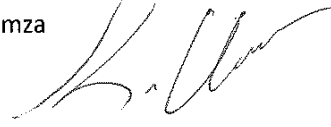
**T.C.**  
**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ**  
**SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

Anabilim Dalı : Bağımlılık Danışmanlığı ve Rehabilitasyon  
Program : Bağımlılık Danışmanlığı ve Rehabilitasyon  
Öğrenci No : 184207001  
Öğrenci Adı Soyadı : Ahsen Kaya

"Ergenlerde Duygu Düzenleme ve Ebeveyn Tutumlarının İnternet Bağımlılığı ile İlişkisinin İncelenmesi" isimli çalışma aşağıdaki jüri tarafından 23.08.2019 tarihinde yapılan sınavda Yüksek Lisans Tezi olarak oybirliğiyle kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı : Doç. Dr. Korkut Ulucan  
(Marmara Üniversitesi)

İmza



Danışman : Doç. Dr. Gül Eryılmaz  
(Üsküdar Üniversitesi)

İmza



Üye : Doç. Dr. Işıl Göğcegöz (7)  
(Üsküdar Üniversitesi)

İmza



**ONAY**

Bu tez, yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu'nun ..... tarih ve .....sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

**Doç.Dr. Türker Tekin ERGÜZEL**  
**Enstitü Müdür V.**

## ÖZET

İnternet erişiminin kolaylaştığı ve kullanımının hızla arttığı ülkemizde, yaygınlaşan internet bağımlılığı her yaşta görülebilecek bir bağımlılık türü olarak karşımıza çıkmakta ve internet bağımlılığında en önemli risk gruplarının başında, çocuklar ve ergenler gelmektedir. İnternetin aşırı ve amacı dışında kullanımıyla bağımlılık oluşmaktadır. Oluşan bağımlılık dikkate alındığında, ebeveynlerin farklı tutum göstermesi çocuk ve ergenlerin internet kullanımına karşı davranışlarını etkilemektedir. Ebeveynlerin çocuklarına karşı davranışları ve tutumları, çocukların duygu düzenleme yöntemini geliştirmelerinde çok önemlidir. Bu çalışma, ergenlerde duygu düzenleme ve ebeveyn tutumlarının internet bağımlılığı açısından ilişkisini incelemiştir. Araştırmaya katılan öğrenci ve ebeveynlerden ihtiyaç duyulan verileri elde etmek amacıyla, ergenlerde internet bağımlılık düzeylerini ölçmek için, "İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ)"; ergenlerde duygu düzenleme yöntemlerini belirlemek için, "Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)"; ebeveynlerin sahip olduğu tutumları belirlemek için, "Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARİ); öğrencilerin internet kullanımı ile ilgili ve ebeveynlerin kişisel özelliklerini belirlemek için araştırmacı tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu (KBF)" kullanılmıştır.

Araştırmanın örneklemi, İstanbul ili Gaziosmanpaşa ilçesinde bulunan Şehit Anıl Kaan Aybek Ortaokulunun 7. ve 8. sınıflarında okuyan 150 öğrenci ve bu öğrencilerin ebeveynlerinden oluşmaktadır. Araştırmaya dahil edilen örneklem grubunun toplamı 138 öğrenci (yedinci sınıfta okuyan 73 öğrenci ve sekizinci sınıfta okuyan 65 öğrenci) ve 85 anne babadan (42 anne- 43 baba) oluşmaktadır.

Yapılan çalışma sonucunda ergenler için duygu düzenleme ölçeği ile internet bağımlılığı ölçeğinin alt boyutlarının hepsinde anlamlı bir ilişki saptanmıştır ve internet bağımlılık ölçeği ile ebeveynlerin tutumları arasında herhangi bir ilişki saptanamamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Ergen, İnternet, Bağımlılık, Ebeveyn, Duygu Düzenleme

# INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL REGULATION AND PARENTAL ATTITUDES WITH INTERNET ADDICTION IN ADOLESCENTS

## ABSTRACT

In our country, where internet access is easier and usage is increasing rapidly, widespread internet addiction is seen as a kind of addiction that can be seen at all ages and children and adolescents are among the most important risk groups in internet addiction. Dependence occurs with excessive use of the Internet. Considering the dependence that occurs, the different attitudes of parents affect the behaviors of children and adolescents towards internet use. Parents' behaviors and attitudes towards their children are very important in developing children's emotion regulation method. This study examined the relationship between emotion regulation and parental attitudes in terms of internet addiction in adolescents. In order to obtain the data needed from the students and parents who participated in the study, "Internet Addiction Scale (IBS)" was used to measure the levels of internet addiction in adolescents; "Emotion Regulation Scale for Adolescents" was used to determine emotion regulation methods in adolescents; to determine the attitudes of the parents, "Parental Attitude Research Instrument (PARI); "Personal Information Form" was used by the researcher to determine the personal characteristics of the students regarding the internet usage of the students.

The population of this study is composed of the students of 7th and 8th grades of Şehit Anıl Kaan Aybek Secondary School in Gaziosmanpaşa district of İstanbul in 2018-2019 academic year and the parents of these students. The sample group included 138 students (73 students in seventh grade and 65 students in eighth grade) and 85 parents (42 mothers and 43 fathers).

As a result of the study, a significant relationship was found in all sub-dimensions of the emotion regulation scale and the internet addiction scale for adolescents, and no relationship was found between the internet addiction scale and parents' attitudes.

**Keywords:** Adolescent, Internet, Addiction, Parent, Emotion Regulation

## ÖNSÖZ

Tez danışmanlığımı üstlenerek araştırma konusunun seçimi ve yürütülmesi sırasında gerekli uyarı ve önerilerinden yararlandığım, yoğun iş temposu arasında, çok değerli vakitlerini bana ayırarak bana destek olan sayın hocam Doç. Dr. Gül Eryılmaz' a teşekkürlerimi sunarım. Yaşamım boyunca varlıklarını yanımda hissettiğim, her türlü sevinç ve hüznü paylaştığım anneannem, annem, babam ve kardeşime en derin saygılarımla teşekkür etmeyi bir borç bilirim.

AHSEN KAYA

İSTANBUL, 2019

## BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum "Ergenlerde Duygu Düzenleme ve Ebeveyn Tutumlarının İnternet Bağımlılığı İle İlişkisinin İncelenmesi " adlı bu çalışmanın, bilimsel, ahlak ve geleneklere uygun şekilde planlanmasından yazımına kadar hiçbir aşamasında etik dışı davranışımın olmadığını, tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içerisinde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım





## İÇİNDEKİLER

<b>ÖZET</b> .....	i
<b>ABSTRACT</b> .....	ii
<b>ÖNSÖZ</b> .....	iii
<b>BEYAN</b> .....	iv
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	v
<b>TABLOLAR DİZİNİ</b> .....	vii
<b>1. GİRİŞ</b> .....	1
<b>2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	3
2.1. İnternet Bağımlılığı.....	3
2.1.1. İnternet Bağımlılığı Nedir? .....	3
2.1.2. Bağımlılık Nedir? .....	5
2.1.3. Davranışsal ve Fiziksel Bağımlılık .....	6
2.1.4. İnternet Bağımlılığının Alt Grupları .....	6
2.1.5. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı.....	7
2.1.6. İnternet Bağımlılığının Komorbitesi (Eş Tanısı) .....	9
2.1.7. İnternet Bağımlılığının Nedenleri .....	10
2.2 Duygu.....	11
2.2.1 Duygu Düzenlemesi.....	14
2.2.2. Duygu Düzenleme Stratejileri .....	18
2.2.3. Duygu Düzenlemenin Gelişimi .....	20
2.3. Ergenlik.....	21
2.3.1. Ergenlerde Psikolojik Semptomatoloji .....	23
2.3.1.1. Ergenlerde Belirtileri İçselleştirmek .....	25
2.3.1.2. Ergenlerde Belirtilerin Dışlanması .....	27
2.3.2. Ergenlerde Benlik Kavramı .....	27
2.3.2.1. Uсталık.....	28
2.3.2.2. Benlik Saygısı .....	32
2.3.2.3. Benlik Kavramı ve Semptomatoloji .....	32
2.4. Ebeveynlik ve Ergenler.....	34
2.4.1. Ebeveynliğe Tarihsel Yaklaşımlar .....	35
2.4.2. Ebeveynlik ve Ergen Gelişimi .....	37
2.4.3. Ebeveynlik Davranışları .....	39

2.4.3.1. Duygusal Sıcaklık .....	39
2.4.3.2. Ebeveynlerin reddi: Cezalandırma, Duygusal Baskı ve Fiziksel Ceza.....	40
2.4.3.3. Aşırı koruma .....	41
2.4.3.4. Bir Çocuğun Bir Başkasına Karşı Ebeveyn Favorizmi .....	42
2.4.4. Ebeveyn Davranışları ve Duygu Yönetmeliği .....	43
2.4.5. Ebeveynlik Davranışlarında Anne-Baba Tutumu.....	44
2.4.5.1. Aşırı Baskılı ve Otoriter Tutum .....	45
2.4.5.2. Aşırı Hoşgörülü Tutum-Çocuk Merkezci Aile .....	46
2.4.5.3. Dengesiz ve Kararsız Tutum.....	47
2.4.5.4. Aşırı Koruyucu Anne Baba Tutumu .....	48
2.4.5.5. Güven Verici ve Hoşgörülü Tutum .....	49
<b>3.YÖNTEM</b> .....	51
3.1. Araştırma Modeli .....	51
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklem .....	51
3.3. Veri Toplama Araçları .....	51
3.3.1. Kişisel Bilgi Formları .....	52
3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği .....	52
3.3.3. Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ).....	53
3.3.4. Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARİ).....	54
3.4. Veri Çözümleme Teknikleri .....	56
3.5. Araştırmanın Geçerlilik ve Güvenilirlik Analizi .....	56
<b>4.BULGULAR</b> .....	58
4.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular.....	58
4.2. İnternet Bağımlılık Ölçeğine İlişkin Bulgular .....	61
4.3. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeğine İlişkin Bulgular.....	69
4.4.Aile Hayatı Ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeğine İlişkin Bulgular: PARİ .....	72
<b>5. SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	82
Kaynaklar.....	90
Ekler Listesi .....	97

## TABLolar DİZİNİ

<b>Tablo 1.</b> Ölçeklerin Güvenilirlik Analizi .....	57
<b>Tablo 2.</b> Öğrencilerin Demografik Bilgileri Dağılımları .....	58
<b>Tablo 3.</b> Öğrencilerin İnternet Kullanma Amaçlarına Göre Dağılımları .....	59
<b>Tablo 4.</b> Öğrencilerin İnternet Kullanma Yerlerine Göre Dağılımları .....	59
<b>Tablo 5.</b> İnternet Kullanan Kişilere Göre Dağılımları .....	59
<b>Tablo 6.</b> Ebeveynlerin Yaşları Açısından Dağılımları .....	60
<b>Tablo 7.</b> Annelerin Eğitim Durumları Açısından Dağılımları .....	60
<b>Tablo 8.</b> Babaların Eğitim Durumları Açısından Dağılımları.....	60
<b>Tablo 9.</b> Annelerin İş Durumları Açısından Dağılımları .....	61
<b>Tablo 10.</b> Annelerin İş Durumları Açısından Dağılımları .....	61
<b>Tablo 11.</b> Aile Hayatı Ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği.....	61
<b>Tablo 12.</b> İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Elde Edilen Ortalama Puanlar .....	62
<b>Tablo 13.</b> Öğrencilerin Cinsiyeti Ve İnternet Bağımlılık Ölçeği .....	62
<b>Tablo 14.</b> Sınıf İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişki .....	63
<b>Tablo 15.</b> Öğrencilerin Bilgisayara Sahip Olma Durumuna Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması .....	63
<b>Tablo 16.</b> Öğrencilerin Günlük İnternet Kullanımına Göre İbö Elde Edilen Puanlar Karşılaştırılması .....	64
<b>Tablo 17.</b> Anne Eğitim Durumlarına Ve Yaşına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması .....	65
<b>Tablo 18.</b> Baba Eğitim Durumlarına Ve Yaşına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması .....	66
<b>Tablo 19.</b> İnterneti Kullanım Yeri Göre İbö Den Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması .....	66
<b>Tablo 20.</b> İnternet Bağımlılığı Ölçeği İle Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeğinin Cinsiyetler Açısından Dağılımları .....	67
<b>Tablo 21.</b> İnternet Bağımlılığı Ölçeği İle Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeğinin Karşılaştırılması .....	68
<b>Tablo 22.</b> Eiddö Elde Edilen Ortalama Puanlar .....	69
<b>Tablo 23.</b> Öğrencilerin Cinsiyetine Göre Eiddö Elde Edilen Puanların İlişkisi .....	69
<b>Tablo 24.</b> Öğrencilerin Sınıfa Göre Eiddö Elde Edilen Puanların İlişkisi .....	70
<b>Tablo 25.</b> Öğrencilerin Bilgisayar Sahibi Olmasına Göre Eiddö Elde Edilen Puanların İlişkisi.....	71
<b>Tablo 26.</b> Ebeveynlerin Eğitim Durumuna Göre Eiddö Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması .....	71
<b>Tablo 27.</b> Pari' den Elde Edilen Ortalama Puanlar .....	72
<b>Tablo 28.</b> Cinsiyet Göre Pari' den Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması .....	73
<b>Tablo 29.</b> Sınıfa Göre Pari' den Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	73

<b>Tablo 30.</b> Öğrencilerin Bilgisayara Sahip Olma Durumuna Göre Pari' den Elde Edilen Puanlar .....	74
<b>Tablo 31.</b> Öğrencilerin Günlük İnternet Kullanımına Göre Pari'den Elde Edilen Puanlar .....	74
<b>Tablo 32.</b> Öğrencilerin İnterneti Kullanma Amaçlarına Göre Pari'den Elde Edilen Puanlar .....	75
<b>Tablo 33.</b> Ebeveynlerin Eğitim Durumlarına Göre Pari'den Elde Edilen Puanlar .....	77
<b>Tablo 34.</b> Parı Ölçeği İle İnternet Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Cinsiyetler Açısından Dağılımları .....	78
<b>Tablo 35.</b> Parı Ölçeği İle İnternet Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	79
<b>Tablo 36.</b> Parı Ölçeği İle Eiddö Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması.....	80



## 1. GİRİŞ

İnternet, dünya genelinde bilgisayar ağlarını ve kurumsal bilgisayar sistemlerini birbirine bağlayan, elektronik iletişim ağı olarak tanımlanabilir. Kitle iletişim araçlarından televizyon, radyo ve internetin bulunuşundan yaygınlaşana kadarki süre incelendiğinde bu sürenin internet için çok daha hızlı olduğu görülmektedir. İnternet gün geçtikçe yaygınlaşan, herkesin kullandığı ve her gün yenilenen bir iletişim ve bilgi paylaşım aracıdır. Ülkemizde yapılan araştırmalarda da internet ve bilgisayar kullanımının giderek yaygınlaştığı ve düzenli kullanıcı miktarının özellikle de gençler arasında hızla arttığı gözlenmektedir.

İnternetin gündelik hayatımıza getirdiği birçok kolaylık göz önüne alındığında internetin bu kadar çobuk yaygınlaşması anlaşılabilir. Dijital imza yasaları, e-başvuru formları, internet üzerinden gittikçe sayısı artan resmi işlemler insan oğlunun gelecekte kağıtla kalemle, basılı dökümanla olan irtibatının zayıflayacağını belki de yok olacağını ilk belirtileridir. İnternet kullanmayan veya kullanamayan öğrenci, öğretmen, sıradan vatandaş çoğu kez zor durumda kalabilmektedir. Bütün bunlar iyi mi? Bu tartışılır, ancak kesin olan birşey var, internetten kaçış yok (Tarcan, 2005).

İnternetin bu kadar hızlı gelişmesi insan yaşamını birçok yönden kolaylaştırmakla birlikte, erişimin kolay ve yaygın hale gelmesi, internet kullanım süresinin artması internet ile ilgili bazı olumsuzlukları da gündeme getirmeye başlamıştır. Bazı bireyler gereksinimleri doğrultusunda internet kullanımını sınırlarken, bir kısım kullanıcının bu sınırlamayı yapamadığı, iş, sosyal ve akademik hayatlarında bu sınır getirilemeyen kullanım nedeniyle sorunlar yaşadıkları gözlenmeye başlanmıştır (Gönül, 2002). Yapılan bir takım araştırmalarla internetin toplumdaki bireyin yalıtılması, yalnızlık hissi, depresyon, toplumsal ilişkilerde zayıflama ve yakın arkadaş ilişkilerinde azalma gibi bazı sonuçlara neden olabildiği belirlenmiştir (Yalçın, 2006). Bunların yanında obezite, uyku bozuklukları ve epileptik nöbetler de yoğun internet kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan fizyolojik sorunlar olarak kabul edilmektedir (Young, 2004). Bu bağlamlarda internetin uygun biçimde kullanılmadığı zaman insan yaşamını olumsuz etkileme ve bağımlılık oluşturabilme potansiyelinin söz konusu olduğu belirlenmiştir (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000). Yapılan araştırmalar, yoğun internet kullananların ilaç, alkol veya kumar gibi diğer bağımlılıklara benzeyen davranışları

internet kullanımı içinde gösterebildiğine ilişkin bulgular ortaya koymaktadırlar (Griffiths, 1996; Young, 1997).

Ergenlerin internet bağımlılığının başlamasında ve internet bağımlılığı düzeyinin artmasında, aile faktörleri önemli yer tutmaktadır. Erken dönemde ebeveynlerle bağlanma etkileşimleri sonucu oluşan içsel çalışma modeli, bireyin daha sonraki yıllardaki iletişimlerini, emosyon düzenleme becerilerini, başa çıkma becerilerini ve kişilerarası ilişkilerini etkilemektedir (Ainsworth ve Bowlby, 1991).



## İKİNCİ BÖLÜM

### KAVRAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. İnternet Bağımlılığı

Bağımlılıkların tanımlanmasında kullanım, kötüye kullanım ve bağımlılık arasındaki farkın özellikle davranışsal bağımlılıklar için oldukça geçirgen olması bağımlılıkları tanımlamayı güçleştirmektedir.

Her ne kadar bu öneri makul görünse de klinik açıdan bakıldığında teşhis ve tedavi sürecinin işlenmesi için bir tanım şarttır. Dolayısıyla bu noktada kesin çizgilerle tanımlanması oldukça zor olan internet bağımlılığı ile ilgili geniş ve açık bir tablo çizebilmek için öncelikle bağımlılıkların, ardından eylemsel bağımlılıkların ve son olarak da internet bağımlılığının tanımı yapılacaktır.

##### 2.1.1. İnternet Bağımlılığı Nedir?

İnternet, bir taraftan bireylerin sayamayacağımız kadar çok ihtiyacına cevap verirken, bir taraftan da kullanıldıkça kendisine olan bağımlılığın artmasına neden olmaktadır (Batıgün ve Kılıç 2011; Mihçı ve Aktürk 2012). İnternet bağımlılığı, internet kullanımını sınırlamada zorluk, sosyal veya akademik olumsuzluklarına rağmen kullanmayı sürdürme ve internete ulaşamadığı zamanlarda sinir ve stres duyma gibi belirtileri olan teknolojik bir bağımlılık türüdür (Eşgi 2013).

Literatürde farklı dönemlerde araştırmacı ve klinisyenler tarafından değişik şekillerde adlandırılan internet bağımlılığı, bu konuda ilk önemli araştırmaları yapanlardan Young ve Goldberg başlarda internet bağımlılığı kavramını kullanmış, daha sonraki çalışmalarında ise patolojik internet kullanımı kavramını tercih etmişlerdir. Bu araştırmada kavram problemlili internet kullanımı olarak zikredildi.

Young (2004) internet bağımlılığını, internetin abartılı kullanma arzusunun engellenememesi, internetsiz geçirilen zaman dilimlerinin anlamsızlaşması, mahrum kalınan sürelerde sinirlilik hali, saldırgan tavırlar ve bireyin aile, sosyal ve iş yaşamının gün geçtikçe bozulması olarak tanımlamaktadır.

Davis (2001), internet kullanırken bireyin özdenetiminin bulunmaması ve neticesinde psikolojik, sosyal ve akademik yaşamında sıkıntılar oluşması durumunu internet bağımlılığı olarak açıklamıştır.

Ceyhan (2008) ise internet bağımlılığını, genellikle zamanı unutacak ya da sorumluluk ve görevlerini erteleyecek ya da yapamayacak kadar interneti aşırı kullanma, yoksunluk belirtileri, yalan söyleme ve tolerans gelişimi, sosyal geri çekilme gibi negatif yansımaların bir arada olması olarak tanımlamaktadır.

"Kavramlardaki farklılıklar, bağımlılığın internetin kullanılış nedeninden mi, geçirilen vaktin genişliğinden mi ortaya çıktığı hakkındaki düşünce ayrılıklarıdır. İnternet kullanımı hangi adla ifade edilirse edilsin bilişsel ve davranışsal rahatsızlıklar oluşturuyor ise problemdir" (Güntüç 2009).

İnternet bağımlılığının bilişsel ve davranışsal rahatsızlık oluşturup oluşturmadığını tespit etmek için DSM ve ya ICD'nin tanı ölçütlerini kullanmak bugün için imkan dahilinde bulunmamaktadır. Çünkü hem Amerikan Psikiyatri Birliği'nin yayınladığı DSM-IV ve hem de Dünya Sağlık Örgütü'nün yayınladığı ICD-IO'da internet bağımlılığı başlığı altında bir bozukluk sınıflandırılmamıştır. Ancak Amerikan Tıp Birliği Ocak 2008'de yayınladığı raporunda özellikle internet ve video bağımlılığını bozukluk olarak tanı alması yönünde tavsiye kararı almıştır. Yine Amerika Psikiyatri Birliği Dergisinde de DSM-V ile ilgili yazılan bir makalede yayınladığından dolayı internet bağımlılığının DSM-V'te yer alması gerektiğini ifade etmiştir (AMA 2008). Dolayısıyla ilerleyen yıllarda internet bağımlılığının tanı olarak hem DSM'de hem de IDC'de yer alacağı düşünülmektedir. Bugün için yapılabilecek konuyla ilgili çalışma yapan araştırmacıların geliştirdiği ölçütleri kullanılmaktadır.

Bunlardan ilk olanı ve en çok bilineni; internet bağımlılığı kavramını ilk kez ortaya atan Kimberly S. Young, dürtü bozuklukları içerisinde internet bağımlılığına en yakın olarak saptadığı patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini internet bağımlılığına uyarlayarak geliştirdiği tanı ölçütleridir. Konuyla ilgili önemli çalışmalar yapan bir diğer araştırmacı Goldberg'in internet bağımlılığı tanımlaması için geliştirdiği tanı ölçütleri Young'un ölçütlerine benzemekle birlikte DSM sistemine daha yakındır (Öztürk ve ark. 2007; Cengizhan 2005). Shapira ve arkadaşları ise Young ve Goldberg'in tanı ölçütlerine benzer ancak daha yalın tanı kriterleri öneriyorlar(Arisoy 2009).



Hepsinin birleştigi ortak payda olarak internet bağımlılığı tanı ölçütleri aşağıdaki şekilde belirtilebilir:

- a) İnternet ile karşı konulamaz aşırı zihinsel uğraş,
- b) İnternette planlandığından fazla zaman geçirmek,
- c) İnternet kullanım isteğinin artması ve giderek daha uzun zaman geçirme arzusu,
- d) İnternete ulaşılamadığı ya da kullanımın aniden kesildiği durumlarda yoksunluk belirtileri ve istenmeyen duygusal ve fiziksel değişiklikler görülmesi,
- e) İnterneti bırakmak, kullanımını azaltmak konusunda başarısız deneyimler yaşanması,
- f) İnternet kullanım içeriği, süresi hakkında sorulan sorulara yanıltıcı bilgiler verilmesi,
- g) İnternetin yol açtığı ailevi, mesleki ve sosyal sıkıntılar yaşanmasına rağmen kullanma isteğinin giderek artması.

Söz konusu ölçütlerinin yanında konuyla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde internet bağımlılığı tanısı koymada, bahsi geçen tanı ölçütlerinin yansıması olarak gözlenebilecek davranış ve etkinliklerini tanı kriterleri olarak kullandıkları görülmektedir.

### **2.1.2. Bağımlılık Nedir?**

Bağımlılık biyo-psikososyal bir rahatsızlıktır. Kişinin alışılmış olan herhangi bir ilaç veya maddeye karşı önüne geçilmesi mümkün olmayan psikolojik ve fizyolojik muhtaçlık hissetmesi, alınan dozun ve alınma sıklığının giderek artması, alınmadığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması, bırakmak için ya da maddeyi bulmak için bir zaman harcama, bu ilaç veya madde alınmadan gündelik yaşama devam edilmesinin mümkün olmayacak hale gelmesi ki buna rağmen kullanıma devam ediliyor olmasıdır.

### 2.1.3. Davranışsal ve Fiziksel Bağımlılık

Klinik uygulamalara bakıldığında bağımlılık

a) Fiziksel bağımlılık

b) Davranışsal bağımlılık

olmak üzere iki açıdan incelenir.

Fiziksel bağımlılık, alınan maddeyle vücutta bir uyum gelişmesi sonucunda maddenin elde edilmesine karşı duyulan fiziksel bir istektir. Madde alınmadığı takdirde bulantı, kusma, terleme, titreme ve üşüme gibi fiziksel olumsuz bazı belirtiler oluşabilir.

Davranışsal bağımlılık, maddeyi sürekli isteme, onsuz olmayacağına ikna olma halidir. Bağımlılık yapan madde, kişinin hayatında merkez noktaya oturur ve vazgeçilmez olur. Bazen keyif almak bazen kaygılardan kurtulmak için tekrar edilen davranışlar sonuçta zorlayıcı etmenler olarak kalıcı hale gelebilir. Madde alınmadığı takdirde anksiyete, sinirlilik gibi rahatsız edici psikolojik belirtiler ortaya çıkabilir.

Davranışsal ve fiziksel bağımlılıklar, kişi de aynı anda görülebilir ve fiziksel bağımlılık, davranışsal bağımlılığa göre daha kolaydır çünkü davranışsal bağımlılıktan kurtulma bireyin iradesine bağlı olup uzun terapi süreci gerektirmektedir.

Kişi davranışsal bağımlılıklardan bazılarında pasif, bazılarında aktif olabilir. Mesela televizyon izlerken pasif olurken kumar oynadığı anda aktif olabilir. Bireyin hem aktif hem pasif olarak içinde bulunabileceği yegane bağımlılık hali hazırda internet bağımlılığıdır (Griffiths 1999).

### 2.1.4. İnternet Bağımlılığının Alt Grupları

İnternet bağımlılığı tanı ölçütlerine uyan birbiriyle aynı özelliklere sahip olup birbirlerinden çok değişik amaçlarla internet kullanan ve birbirinden çok farklı şekilde bundan etkiye uğrayan internet kullanıcılarının var olması, internet bağımlılığının alt sınıflarını ortaya çıkarma ihtiyacı doğurmuştur. Bu ihtiyacın neticesinde de araştırmacılar tanı kriterleri ışığında internet bağımlılığını alt gruplara ayırmışlardır. Bunlardan Davis, Young'ın kriterlerini kullanarak 2 alt grupta sınıflandırılmıştır:

Özgül patolojik internet kullanımı(OPIK): İnterneti, bağımlı olunana ulaşmak amacıyla aşırı ve kötüye kullanmak demektir.

Genel patolojik internet kullanımı(GPIK): İnterneti, belli bir amaca yönelik olmadan saatler boyunca kullanmak demektir.

### **2.1.5. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı**

Araştırmalar internet bağımlılığının hızla artış gösterdiğini göstermektedir. Bu yapılan uluslararası araştırmalarda internet bağımlılığının toplumlardaki yaygınlığı %6-14 arasında olduğunu göstermektedir. İnternet bağımlılığı ile ilgili Güney Kore’de 2006 yılı verilerine göre yaşları 6 ile 21 arasında değişen yaklaşık 210 000 çocuk ve ergenin internet bağımlılığından olumsuz etki gördüğü ve tedaviye muhtaç hale geldiği düşünülmektedir (Kim 2007). Güney Kore’deki lise öğrencilerinin haftada ortalama 23 saat oyunda zaman kaybettikleri düşünüldüğünde 2.1 milyon lise öğrencisinin bağımlılık riski altında olduğunu ve rehberlik desteğine ihtiyaç duyulduğu belirtilmektedir. Bununla beraber alanda çalışan terapistler birçok çocuk, ergen, öğrenci ve çalışanın internet bağımlılığı nedeniyle okullarını ve işlerini bırakmalarından endişelenmektedirler.

İnternet bağımlılığı ile ilgili en çok araştırmanın yapıldığı ülkelerden olan ABD’de, veriler internet kullanıcılarının yaklaşık %6-10 arasında internet bağımlısı olduğunu göstermektedir. Dünyada 1.8 milyon çocuk ve gencin, zamanlarının çoğunu gözleri bilgisayar ekranına odaklı, elleri ise farenin üzerinde sohbet ya da oyun odalarında harcadıkları tahmin edilmektedir (Kelleci 2008).

11-18 yaş arasındaki gençlerle yapılan bir araştırma, patolojik internet kullanım oranını %18,3 olduğunu göstermiştir (Kelleci 2008).

Ülkemizde internet bağımlılığını ölçmeye yönelik yapılan çok sayıdaki araştırmadan birinde 416 öğrenciye uygulanan ölçekte 9 soruya verilen cevaplar doğrultusunda öğrencilerin bilgisayar ve internet bağımlılığı belirtisi olarak nitelendirilebilecek olan davranışlara genellikle “çok az” ya da “ara sıra” cevaplarını verdikleri görülmüştür (Yılmaz, 2010). 2009 yılı bulguları incelendiğinde internet kullanıcı sayısının 26,5 milyon olduğu, bilgisayar ve internet kullanım yaygınlığının en fazla 16-24 yaşları arasında olduğu belirlenmiştir. Bu gençlerin, genellikle öğrenimleri sırasında ihtiyaç duyduklarında, bilgisayar ve interneti, yetişkin bireylere oranla daha çok

kullandıkları söylenebilir. Yetişkin bireyler, interneti çalışma hayatının bir parçası olarak kullanırken, 13-19 yaş arası çocuk ve ergenlerin interneti ve bilgisayarı daha çok bilgisayar oyunu oynamak, yeni insanlarla tanışmak ve müzik dinlemek için kullandıkları görülmüştür (Ata vd., 2011).

Ülkemizde yapılan bir araştırma çalışmasında, 15-19 yaş grubu 4.311 ergenin internet üzerinden katılım sağladığı anket bulgularına göre, internet bağımlılığını ile ilişkili olduğu düşünülen, evde bilgisayar bulunması, ekonomik düzey ve cinsiyetle bağlantılı olduğunu göstermiştir. Araştırmaya göre, internet bağımlılığı ile internet erişiminin olması yüksek ilişki düzeyinde bir değişken olarak bulunmuştur. Aynı şekilde öğrencinin sahip olduğu ailenin gelir düzeyinin artması da bağımlılığın artmasında etkili bir değişken olarak bulunmuştur. Kızlar, interneti kullanma motivasyonları iletişim merkezliken, erkeklerde video oyunları, dergi ve gazete takibi temel motivasyonu oluşturmaktadır. Genel internet kullanım sebepleri ise sırasıyla, facebook, ödev, gazete ve dergi takibi olmakta ve bunu, müzik, dosya ve video indirme, e-mail, sanal video oyunlarının takip ettiği görülmüştür (Ak vd., 2013).

İnternet bağımlılığı ile cinsiyet değişkeni üzerine yapılan çalışmalarda bulgular cinsiyetin internet bağımlılığı ile ilişkisi olduğunu göstermektedir. Erkek ve kızlarda da bağımlılık görünmekle birlikte kızlara nazaran erkeklerde iki ya da üç kat daha fazla görüldüğü tespit edilmiştir (Öztürk vd., 2007, Cömert vd., 2009). Nitekim ülkemizde yapılan araştırma çalışmasına katılım sağlayan internet kullanıcısı 150 kişiden, 14 bağımlılık düzeyinde bulunmayan kadın yüzdesi %75 olduğu görülürken, bu oran erkeklerde %33 olduğu görülmektedir. Bağımlılık düzeyi yüksek kategorisinde bulunan kadın bulunmazken, erkek kullanıcılar da %6.4 oranında bulunmaktadır. Araştırma bulgularında, kadınlar, bağımlı olmayan kategorisinde toplanırken erkeklerin %60,6'sı orta düzeyde bağımlı kategorisinde yoğunlaşmıştır. (Bölükbaş vd., 2003). Ülke dışında Morahan-Martin ve Schumacher (2000) ve Wang (2001) tarafından yapılan iki ayrı çalışmada erkeklerin kadın kullanıcılar kıyasla bağımlılık düzeylerinin daha yüksek oranda olduğunu göstermiştir Diğer bağımlılık türleri gibi internet bağımlılığının da yaşamın erken dönemlerinde başladığı görülmekte olup en çok risk altında olan grubu 12-18 yaş ergenler oluşturmaktadır (Öztürk vd., 2007).

### 2.1.6. İnternet Bağımlılığının Komorbitesi (Eş Tanısı)

Hastalıkların insan gruplarındaki görülme sıklığını ve bunu etkileyen faktörleri inceleyen epidemiyolojik araştırmalar neticesinde internet bağımlısı olan bireylerin yarısında farklı bir psikiyatrik bozukluk bulunduğu belirlenmiştir.

Bununla birlikte uluslararası literatürde yapılan bazı çalışmalarda depresyonun, problemlili internet kullanımının yaygınlaşmasında mühim bir faktör olduğunu göstermektedir. Bireylerde internet bağımlılığı ile depresyon bir arada görülmekte ve aralarında kuvvetli bir ilişki olduğu kaydedilmiştir. İnternet bağımlılığı için depresyon hali, sebep olabileceği gibi aynı zamanda sonuçta olabilmektedir. Farklı sosyolojik veya psikolojik faktörler etkisiyle depresif belirtiler izlenen fert bunun sonucu olarak internet bağımlısı olabileceği gibi, bağımlı olduktan sonra da buna bağlı olarak depresyon hali gözlenebilmektedir.

"Depresyon ve internet bağımlılığı konusunda ülkemizde görülen bir vakada depresyon ile internet bağımlılığı arasında yadsınamaz bir bağ olduğu ve depresyonun internet bağımlılığına sebep olabileceği tespit edilmiştir. Son 2 senedir odasına kapanıp günde en az 5-6 saat msn kullanan, aile ile bu konuda tartışan, sonuç olarak da okullarındaki derslerde düşme, motivasyon kaybı, okula devamsızlık problemleri yaşayan 17 yaşında ve lise 2'ye giden kız hasta ailesiyle ciddi tartışmalarından sonra birden çok kez ilaçla intihar girişiminde bulunmuştur. İnternet kullanımından evvel seyreden içe kapanma, mutsuzluk, sinirlilik, huzursuzluk şikayetleri internet kullanımı ile birlikte artan hastaya, yapılan değerlendirmeler sonucunda majör depresyon tanısı koyularak antidepresan tedavisine başlanmış ve depresif davranışların azalmasının yanı sıra internet kullanımında da belirgin azalma görülmüştür. Yapılan değerlendirmeler sonucunda hastanın internet bağımlılığına sebep oluşturabilecek ruhsal süreçler açısından depresyonun ciddi bir faktör olabileceği, altta yatan psikiyatrik bozukluğun tedavisi sonucunda hastanın şikayetlerinde de gerileme görülmesiyle doğrulanmıştır. Yine 17 yaşında lise 3'e giden günde 8-10 saat internet üzerinde oyun oynayan ve bu yüzden zaman zaman evden, ve okuldan kaçan internet bağımlısı erkek bir hastanın değerlendirilmesinde anksiyete, depresyon, sosyal problemler ve içe dönüklük yüksek bulunmuştur" (Odabaşoğlu vd., 2007).

"Ulusal literatürde yer alan bir vaka ile ilgili tedavi edilemeyen Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu vakalarında çeşitli madde bağımlılıklarının gelişme riskinin yanı sıra internet bağımlılığının da gelişebileceği tespitinde bulunulmuştur. Örneğin, bir vakada 12 yaşında 6. Sınıfa giden erkek hasta annesi tarafından son bir senedir artan ve ders başarısının düşmesine sebep olan derslerde dikkatsizlik şikayetiyle getirilmiştir. Derslere odaklanamama, aktivitelere dahil olmama, kimi zaman derslerde uyuma, okula devamsızlık yapma, unutkanlık gibi belirtilerle kendini gösteren bu dikkatsizlikle ilgili uzmanlar, hastanın 2 senedir internet üzerinden oynanan oyunlarla ilgilenmeye başladığını, son bir senedir bu ilginin çok artıp zaman zaman günde 12-14 saate çıktığını, ailesi ile, oyuna daha çok zaman ayırabilmek için okula gitmek istemediğinden dolayı çatıştığını ve bu nedenle okul gitmediği günlerin arttığını tespit etmişlerdir. Bununla beraber hasta durumu kabul etmemekte ve ders başarısının düşmesini başka değişkenlerle ilişkilendirmektedir. Hastaya 9 yaşında Dikkat Eksikliği, Hiperaktivite Bozukluğu tanısı konmuş ve ilaç (ritalin) tedavisi başlanmış ancak hastanın ailesi zararlı etkileri olur diye 15 günlük kullanımın ardından ilacı kesmişlerdir bu bilginin üzerine yapılan test ve değerlendirmeler sonucu Dikkat Eksikliği, Hiperaktivite Bozukluğunun yanı sıra karşıt olma-karşıt gelme ve internet bağımlılığı tanı kriterlerine karşıladığı bulunmuştur. Geçmişte de DEHB olduğu düşünülen ama bu konuda gerekli tedaviyi alamayan hastada internet bağımlılığının geliştiği düşünülmektedir (Odabaşoğlu vd., 2007)".

### **2.1.7. İnternet Bağımlılığının Nedenleri**

İnternet insanların hayatına girdikten sonra bağımlılık halini almasında, hiçbir fark ayırt etmeksizin seri bir şekilde yayılmasında, diğer bütün bağımlılıklardan daha yaygın olmasında, kullanıcıya sunduğu sınırsız imkanların etkisi yadsınamaz bir gerçektir.

Kişilerin internette süre kısıtlamasının olmaması ve gün içerisinde keyiflerince herhangi bir zamanda internet faaliyetlerinden faydalanmaları; karakterlerini ve kişiliklerini kendi arzu ettikleri biçimde tanıtabilme olanağına sahip olmaları, sosyal kabul görme kaygısı taşımadan anonim bir şekilde kendilerini ve samimi fikirlerini ifade edebilmeleri, fiziksel mekan kısıtlaması olmadan dünyanın her noktasındaki insanlarla iletişim ve etkileşim sağlayabilmeleri, aynı düşünce, ilgi ve değerlere sahip olup başka yerde karşılaşmalarının olası olmadığı insanlarla iletişim kurabilmeleri, diğer insanlarla etkileşime geçmek için masrafsız ve hızlı gerçekleşmesi, keyifli vakit geçirdikleri

alanlarda diğere seçeneklerle karşılaştırıldığında oldukça masrafsız ulaşabilmeleri, arzu ettikleri vakit iletişimi durdurma ve hangi aktivite ile uğraşıyorsa onu bırakma özgürlüğünün olması, sosyal statü, maddi durum, etnik köken, cinsiyet ayrımı bulunmaksızın bütün diğere internet kullanıcılarıyla eşit düzeyde kendilerini ifade edebilmeleri, herhangi bir endişe duymadan kolayca sosyal ortamda yer almanın mümkün olması, nasıl bir insan gibi görünmek istiyorsa o şekilde kendisini gösterebilmesi, daha önce görüşmediği kişilerle nispeten zarar görme endişesi olmadan sohbet edebilme ve dostluk kurmanın mümkün olması, günlük hayatın stres ve yoğunluğundan uzaklaşmak için çokça seçeneği insanlara sunabiliyor olması cezbeden özelliklerindedir (Kaypakoğlu 2004).

Tüm internet kullanıcılarına eşit olarak sunulan bu özelliklerin neden bazı insanlar tarafından dengeli, bazı insanlar tarafından bağımlılık derecesinde kullanılıyor sorusuna cevap bulmak zordur. Yapılan araştırmaların internet bağımlılığının nedenlerini ortaya koyma konusunda yetersiz kaldığı görülmüştür.

Sosyal olarak değerlendirildiğinde araştırmacılar problemin merkezinde ilgi gösterilmeyen, ebeveyni ile güvenli ve olumlu bir bağ kuramayan, evin kavgacı ve tekinsiz oluşu, travmatik olayların olduğu, arkadaş grubuna dahil olmamış, akraba ilişkileri zayıf, akademik anlamda geri kalmış çocukların teknoloji ve interneti bu ortamdan ve durumdan bir kaçış olarak gördükleri ve bu risk grubunun internetin olumsuz etkilerine maruz kalmakta olduğu ve en çok onların etkilendiği belirtilmiştir (Kelleci 2008: Bayraktutan 2005).

## **2.2 Duygu**

Araştırmacılar, duyguları zaman içinde farklı şekilde kavramsallaştırmışlardır, bu nedenle tek bir duygu tanımını kullanmak zordur. Cornelius (2000), duygu literatüründe etkili olan çeşitli teorik yaklaşımları (yani, Darwinist bakış açısı, Jamesian bakış açısı, bilişsel bakış açısı, sosyal yapılandırmacı bakış açısı) ana hatlarıyla belirtmekte ve bu yaklaşımlar arasındaki duygu açıklamasında çeşitli örtüşmeler ve farklılıkları açıklamaktadır.

Darwin'in (1890) teorisine göre, insanlar ilerledikçe ve temel olarak hayatta kalma işlevleri olarak hizmet ederken duygular gelişmiştir. Yani, davranışı değiştirmek ve hayatta kalmak için dünyaya uyum sağlamak için bir duygu deneyimi gereklidir. Örneğin,

ormanda bir ayıyla karşılaşırsanız, korku deneyiminin hayatta kalma şansını arttırmak için durmadan koşarsınız. Bu nedenle, farkındalık ve ortaya çıkan duyguların anlaşılması, Darwin'e göre yararlı bir adaptasyon olarak görülmektedir. Bir kişi korkuyu korku olarak doğru şekilde tanımlayamazsa, "kavga ya da uçuş" tepkisi ile harekete geçme olasılığı daha düşüktür. Temel duyguların tüm kültürlerde yüz ifadeleriyle kanıtlanması gerçeği, duyguların, sonuçların ve sergileme kurallarının yayınlanması kültürden kültüre değişebilse de Darwin'in teorisini desteklemektedir (Cornelius, 2000'de belirtildiği gibi).

William James (1884, 1890) alternatif bir duygu teorisi önermiştir ve bir tür teşvikten sonra bedensel reaksiyonların algılanmasının önemini vurgulamıştır. Ona göre duygu, bedenimizin yaşadığı bir olayın algısıdır. Diğer bir deyişle, ormanda bir ayı görürse, vücut kaçış hazırlığı sırasında sempatik olarak uyandırabilir (örneğin, kalp atış hızını artırabilir). Kişi daha sonra fizyolojik bir deneyim hissedebilir ve onu "korku" olarak yorumlayabilir. Böylece, vücudumuzun çevrede bulunan bazı uyaranlara fiziksel olarak nasıl tepki verdiğimizi algıladığımız duygudur. James, biri çevreyi yeterince değerlendirmek için farklı fizyolojik tepki türlerinin nedenlerini tespit etmek durumunda olsaydı, farkındalık geliştirmenin ve duyguların anlaşılmasının uyarlayıcı olarak değerlendirilebileceğini savunmuştur (Cornelius, 2000'de belirtildiği gibi).

Bilişsel bakış açısına göre, düşünce ve duygular birbirinden ayrılamaz. Başka bir deyişle, tüm duygular bu perspektif içinde, Arnold (1960) 'ın değerlendirme dediği şeye bağlı olarak görülmekte, bu da çevremizdeki olayları bizim için iyi ya da kötü değerlendirme sürecidir. Bu nedenle, durumun değerlendirilmesi bir bireyi kişinin ortamında hareket etmeye hazırlayan bir duygu deneyimi ile sonuçlanmaktadır (Cornelius, 2000'de belirtildiği gibi).

Sosyal yapılandırmacı bakış açısı ise, çeşitli düzeylerde duyguların örgütlenmesinde merkezi bir rol oynayan kültürü vurgulamaktadır. Başka bir deyişle, duygu üreten değerlendirmelerin içeriği kültür tarafından sağlanmaktadır. Değerlendirme süreci biyolojik bir adaptasyon gerektirebilir; ancak, değerlendirmelerimizin içeriği kültüre dayanmaktadır. Böylece insanları sınırlendiren şeylerin kültürel ve kişisel farklılıklarını gözlemlemekteyiz. Kültür, duygu için "senaryo" olarak adlandırılacak şeyleri sağlayan sosyal kurallar şeklinde, davranışları da duyguları da düzenlemektedir. Kültür nasıl sınırleneceğimizi veya korkacağımızı belirler. Bu yüzden; Öfke ve korkunun ayrıntıları bazı kültürlerde farklı görünmektedir (Cornelius, 2000'de belirtildiği gibi).



Çeşitli duygu teorilerinin, duygu tanımı konusunda farklı bakış açılarına sahip olmalarına rağmen, genellikle duyguların işlevselliğini içermektedirler. Duyguyu tanımlamak zordur, ancak duyguların farklı yönlerini açıklamak için çoklu teorileri bütünleştiren araştırmayı kullanmak, şu anda literatürde duygunun nasıl tanımlandığını açıklamaya yardımcı olmaktadır. Cole, Martin ve Dennis (2004), duyguları, hayatta kalmak için gerekli olan biyolojik olarak hazırlanmış yetenekler olarak tanımlamaktadır. Ayrıca, Campos ve Barrett (1989), duyguların kişilerarası ve işlemsel önemini vurgulamakta ve “kişi ile iç veya dış çevre arasındaki ilişkileri kurma, sürdürme veya bozma süreçleri” olarak tanımlamaktadır (s.395).

Lang (1968), insanların üç sistem veya süreç setinde zorlu uyaranlara yanıt verir; nörofizyolojik, motor ve bilişseldir. Davranışsal, motorlu ve fizyolojik tepkileri düzenlemede, karar vermeyi teşvik etmede, önemli olaylar için belleği arttırmada ve kişilerarası etkileşimleri müzakere etmede duyguların önemi, çağdaş duygu teorileri tarafından da vurgulanmaktadır (Gross ve Thompson, 2007).

Duygusal iletişim ve sosyal etkileşimlerin koordinasyonu, duygunun ifade edici özellikleri ile sağlanmaktadır. Bireyler, duyguları düzenlemek için belirli bir duyguyu artırır, azaltır veya devam ettirir. Duygular hem olumlu hem de olumsuz etkileri içerebilmektedir. Ek olarak, duygular öznel deneyim, davranış ve periferik fizyoloji alanları arasındaki tutarlılığa katkıda bulunabilecek müdahale sistemlerini organize edebilmektedir (Kring ve Sloan, 2010).

Modal duygu modeline göre (Gross ve Thompson, 2007), prototipik bir duygusal cevap birkaç özelliğe sahiptir; bunlardan biri ne olursa olsun, içsel veya dışsal faktörlerin neden olduğu psikolojik olarak alakalı bir durumla başlamaktadır. Duygunun ikinci bir özelliği de dikkattir. İster harici ister dahili olsun, durumlar duygusal tepkilerin gerçekleşmesi için bireyin dikkatini çekmelidir. Duygunun üçüncü bir özelliği, değerlendirmedir. Dikkatleri çektikten sonra, durumun tanıdıklığı, değerliği ve diğer şeyler arasındaki hedefin uygunluğunun yargılanması için durumlar değerlendirilmektedir. Duygunun dördüncü bir özelliği, değerlendirmenin harekete geçirdiği tepkidir. Duygunun beşinci özelliği, işlenebilirliğidir. Yani, bir kere başlatılmış; duygusal tepkiler mutlaka sabit ve kaçınılmaz bir seyir izlemez. Duygular yaptığımız şeyle karışabilir ve farkındalığımız üzerine kendilerini zorlayabilmektedir.

Duygusal uyarılmanın ne ölçüde gözlemlendiğine, değerlendirildiği veya kontrol edildiğine bağlı olarak, duygular sosyal iletişim ve etkileşimi, kişilik süreçlerini, bilişsel süreçleri ve erken yaşlardan itibaren hedef başarısını desteklemekte veya baltalamaktadır (Thompson, 1991). Duygular her zaman uyarlanabilir bir işlev görmez. Bu, yanlış türde olduklarında ve çok yoğun olduklarında veya uygunsuz bir bağlamda meydana geldiklerinde ve çok uzun sürdüklerinde sorunlu olabilecekleri anlamına gelmektedir. Böyle bir anda bir birey duygusal açılımlarını etkilemeye veya değiştirmeye çalışabilmektedir (Kring ve Sloan, 2010). Sırayla, duygusal düzenleme süreçleri duygusal uyarılmayı, deneyimi, bilişleri ve davranışları başlatma, düzenleme ve sürdürme işlevini yerine getirmektedir (Eisenberg ve Fabes, 1992).

### **2.2.1 Duygu Düzenlemesi**

Duygu düzenleme üzerine yapılan güncel araştırmalar, psikolojik savunma (Freud, 1926, 1959), psikolojik stres ve başa çıkma (Lazarus, 1966), bağlanma teorisi (Bowlby, 1969) ve duygu teorisinden (Frijda, 1986) yapılan araştırmadan ilham almıştır. (Gross ve Thompson, 2007). Duygu düzenleme ilk önce gelişimsel literatürde (Campos ve diğerleri, 1989; Thompson, 1991) ve daha sonra yetişkin literatüründe ayrı bir yapı olarak ortaya çıkmıştır (Izard, 1990; Gross ve Levenson, 1993). Yetişkin edebiyatında tanımlanan duygusal düzenlemenin çeşitli şekilleriyle ilgili tam bir tartışma, bu incelemenin kapsamı dışındadır.

Duyguların zaman içinde çeşitli teorisyenler ve araştırmacılar tarafından farklı bir şekilde kavramsallaştırılması, duygu düzenlemenin tanımını değiştirmekte ve bu tanımları bazen çelişkili kılmaktadır. Duygu düzenleme tanımının en az üç ayrı anlamı olan net olmadığı iddia edilmektedir. Buna göre, duyguların bazı dış düzenleyiciler (duyguların düzenlenmesi) tarafından düzenlendiği anlamına gelmektedir. Ayrıca, bazı dış yapıları (duygular tarafından düzenleme) düzenleyen duyguların veya bazı düzenlemelerin duygusal olmadığını ve bazılarının duygusal olduğunu ima ederek duygunun nitel bir düzenleme tanımlayıcısı olabileceği anlamına da gelebilmektedir. Aslında, duygu düzenleme terimi, tüm bu şekillerde kullanılmıştır (Dodge ve Garber, 1991).

Duygu düzenlemesinin erken kavramsallaştırmalarından birinde, Dodge (1989), duygu düzenlemesini “bir yanıt alanındaki aktivasyonun başka bir yanıt alanındaki aktivasyonu değiştirmeye veya modüle etmeye hizmet ettiği süreç” olarak

tanımlamaktadır (s. 340). Bu kavramsallaştırma davranışsal, deneyimsel ve fizyolojik cevap alanlarını içermektedir. Genel olarak, içsel süreçler araştırmacıların yetişkin edebiyatındaki odak noktasıdır (Gross, 1998b). Aksine, dışsal süreçler gelişim literatüründeki araştırmacılar tarafından daha fazla vurgulanmaktadır, çünkü dışsal süreçler bebeklik döneminde ve erken çocukluk döneminde çok belirgindir (Cole vd., 1994).

Thompson (1991), duygu düzenleme süreçlerinin birkaç özelliğini vurgulamaktadır. Bunlardan biri, duygusallık gelişiminin önemli bir bileşeni olarak görülmektedir, çünkü duyguların yönetimi çocuklar büyüdükçe giderek daha fazla kendini düzenlemektedir. Duygusal düzenlemenin bir başka özelliği de duygusal uyarılmanın anlamı ve öneminin, belirli bağlamda uyarlamalı yollarla yönlendirilmesidir. Yine bir diğeri, kişilik ve sosyal işlevsellikteki bireysel farklılıkların büyümesi için bir bakış açısı sağlamasıdır. Bir başka deyişle, bireyin sosyal ve sosyal olmayan dünyayla etkileşim tarzını yansıtmaktadır. Bir başka karakteristik ise duygusal öz-yönetimdir. Buna göre, etkili bilişsel performans, uzun vadeli hedeflerin acil teşvikler için engellenmesi ya da ikame edilmesi çoğunlukla dikkat ve problem çözme stratejilerine ve dolayısıyla duygusal özyönetimi gerektirmektedir. Son olarak, duygu düzenleme, çocuğun klinik bozukluklarının incelenmesi ve etiyojisi ve tedavisi ile ilgili olduğu için önemlidir. Thompson (1994) 'e göre, duygu düzenlemesi, duygusal hedefleri, özellikle de yoğun ve zamansal özelliklerini izlemek, değerlendirmek ve değiştirmekle görevli olan dışsal ve içsel süreçlerden, hedeflerini gerçekleştirmeye yöneliktir (s. 27-28).

Gross (1998a) 'a göre, bireyler hangi duygulara sahip olduklarını, ne zaman sahip olduklarını ve bu duyguları nasıl yaşadıklarını ve ifade etmişlerdir. Thompson (1990) 'a göre, duygu düzenleme süreçleri otomatik veya kontrollü, bilinçli veya bilinçsiz olabilir ve duygu üretme sürecindeki etkilerini bir veya daha fazla nokta üzerinde etkileyebilmektedir. Ayrıca, duygusal düzenlemenin, duygusal tondaki ve birincisinin ruh halini karakterize eden özel duyguya (mutlu, kederli, vb.) atıfta bulunarak duygusal dinamikleri içerdiğini ve ikincisinin yoğunluğu, menzili, yükümlülüğü ifade ettiğini belirtmektedir. Gecikme, yükselme süresi, iyileşme ve duyguların kalıcılığıdır. Bu çerçevede, duygu düzenlemesi, deneyimlenen (öfke ve iğrenme) spesifik duyguyu etkileyebilir veya duygu, duygunun geçici ve yoğun özellikleri ile düzenlenebilmekte, duyguların süresini sınırlandırabilmekte veya uzatabilmektedir (Thompson, 1990).

Her ne kadar Gross'un tanımı benlik içinde duygusal düzenlemeyi tespit etse de, diğer tanımlar, başta diğer insanlar olmak üzere, duygusal düzenleme işlevlerine de hizmet veren dışsal faktörlere daha fazla önem vermiştir (Thompson, 1994). Bu, özellikle duygu düzenleme üzerindeki dış etkilerin özellikle çocuk gelişimi için belirgin olduğunu belirten gelişimsel psikoloji araştırmacılarının özellikleridir; burada bakıcılar çocuklarına duygularını kendi kendilerini kontrol etme stratejileri öğretirler (Fox ve Calkins, 2003). Zeman ve arkadaşlarına göre( 2006), bir çocuğun davranışlarını kişisel hedeflerine uygun olarak eşzamanlı yönetirken, duygusal bilgileri belirleme, anlama ve bütünleştirme becerisi, duygu düzenlemesi için esastır. Duygunun düzenlenmesi, iç sistemleri, davranışsal bileşenleri ve dış bileşenleri içeren çeşitli sistemlerin ve bileşenlerin yönetimini ve organizasyonunu içermektedir. Çocukların bir duyguyu düzenleme yeteneği, onların sosyal çevre ile olan önceki etkileşimlerine ve onların gelişimsel durumuna bağlıdır.

Cole ve diğerleri (2004) ayrıca, duygusal düzenlemede hem iç hem de dış etkileri açıkça kabul etmektedir. Geniş tanımlarında, duygu düzenleme, aktif duygularla ilgili değişiklikler olarak tanımlanır. Bu model iki tip düzenleme sürecini açıklamaktadır. İlki, düzenleme olarak duygu, aktif duygudan kaynaklanan değişiklikleri ifade eder. Duygu ve değişimin birbiriyle bağlantılı olmasını sağlamak, duygu düzenlemenin tanımı için çok önemlidir. İkincisi, düzenlenmiş olan duygu, öz ya da insanlar arasında, değerinde, yoğunluğunda ya da zaman dilimindeki değişiklikleri ifade etmektedir. Kısacası, duygular, dikkate odaklanma ve başkalarıyla iletişim kurma gibi diğer süreçler üzerinde düzenleyici bir etkiye sahiptir. Aynı zamanda, duygu, durumun taleplerini karşılamak için duygu deneyiminin ve ifadesinin değiştirilebileceği şekilde düzenlenir. Örneğin, bir ilişkiye zarar vermektan kaçınmak için ifadedeki yoğun öfkeyi hafifletmektedir (Cole vd., 1994).

Bir durumun talepleri, esnek ve esnek bir şekilde bu taleplere cevap vermek, duygusal düzenlemenin önemli gereksinimleridir. Başka bir deyişle, bireyin öznel tehlike ve yetenek değerlendirmeleri, duygu düzenleme sürecinde göz önünde bulundurulmaktadır. Çevresel taleplere esnek ve uyumlu bir şekilde tepki verebilme yeteneğinin, bu taleplerin nasıl değerlendirildiği ile ilgili olduğu ileri sürülmektedir (Smith vd., 1993). Başka bir deyişle, sadece olayların önemi olmadığı, aynı zamanda bireyin bu olaylara sahip olduğu yönündeki değerlendirmeler, duygu düzenleme sürecinin

kaçınılmaz özellikleri olduğunu değerlendirmektedir (Campos vd., 1989). Ayrıca, belirli bir durumda bireyin hedefleri de düzenleme sürecinin tanımlanmasında dikkate alınmalıdır. Bununla birlikte, bir yandan bu tanım, genel beklentilere dayalı dış kriterlere uyan sonuçlar gerektirmez; Öte yandan, bireyin hedeflerine ve değerlerine ulaşılmasını gerektirmektedir (Cole vd., 1994).

Eisenberg ve Spinrad (2004), duygularla ilgili öz düzenlemeyi, içsel duygu durumlarının oluşumunu, yoğunluğunu, biçimini veya süresini başlatma, engelleme, önleme, sürdürme veya modüle etme süreci olarak tanımlamaktadır. Ayrıca, etkiyle ilgili biyolojik veya sosyal adaptasyonu başarmada veya bireysel hedeflere ulaşmada, duygularla ilgili fizyolojik ve dikkat süreçleri, motivasyonel durumlar ve duyguların davranışsal yandaşları da önemlidir. Duygu düzenlemenin çalışma tanımı, kendinin ve başkalarının düzenlemesini birbirinden ayırmakta ve deneyim, davranış ve fizyolojinin değiştirilmesini içermektedir. Hedeflere her zaman ulaşamayacak olsa da, motivasyon düzenleme sürecinin gerekli bir bileşenidir (Eisenberg vd, 2007).

Duygu düzenlemesi üzerine çalışan sosyal bilimciler, olası düzenlemenin en az dört ayrı alanına odaklanmışlardır. İlk alan, duygunun öznel yönlerini içeren duygu deneyimidir. Duygu düzenleme ile ilgili öznel deneyimler, tipik olarak, duygusal ya da duygusal tepkilerin öz raporları yoluyla değerlendirilmektedir (Eisenberg vd., 1991). İkinci alan duygusal uyarılmanın fizyolojik yandaşlarıdır. Kagan (1982), kalp hızı, diastolik kan basıncı, pupil dilatasyonu, nöroendokrinolojik önlemler ve damar yüzeyindeki arteriyovenöz anastomozun vazokonstriksiyonu gibi çeşitli alanlarda fizyolojik olarak gözlemlenebilecek duygusal reaktiviteyi listelemiştir. Bir sonraki alan, yüz ifadeleri, jestler veya utanma gibi gözlemlenebilir davranışsal endeksleridir. Duygu düzenleme, bireyler, yüz ifadeleri ve jestleri gibi duygunun gözlemlenebilir davranışsal göstergelerini değiştirebildiği veya uyarlayabildiği zaman gerçekleşmektedir. Genel olarak duygusal deneyimlerin günlük olaylara uyumunu ifade eden kontrol ve düzenleme arasında ayırım yapmak önemlidir (Walden ve Smith, 1997).

Duygu ifadesinin düzenlenmesi iki genel formdan birini alabilir. Birincisi, kabul edilemez duyguların ifadesini maskeleyen yeteneğidir (Saarni, 1984). Düzenleyici ifadenin ikinci şekli, sosyal iletişimin sinyalleri veya formları olarak hizmet edebilecek uygun ifadeleri göstermektir (Malatesta ve Haviland, 1985). Dahası, düzenleme sadece ifadeyi durdurma meselesi değildir, aynı zamanda duygusal ifadeyi başkalarıyla iletişim

kurmak ve etkilemek için kullanma kapasitesini de içerir (Walden ve Smith, 1997). Duygu düzenlemesini inceleyen sosyal bilimcilerin odaklandığı dördüncü alan, en azından kısmen duygunun aracılık ettiği varsayılan davranışlardır (Walden ve Smith, 1997). Dodge (1989), objektif davranışların düzenlemenin sonucunu veya birinin duygusal olarak uyandırıcı bir duruma verilen tepkileri koordine etme şeklini gözlemlemeyi ifade ettiğini önermektedir. Duygu düzenlemenin sonuç davranışlarını değerlendirmenin en yaygın yollarından biri, duygusal olarak uyarıcı bir olaya veya duruma yanıt olarak baş etme davranışlarını incelemektir. Düzenleme, duygu odaklı ya da problem odaklı başa çıkma şeklinde olabilecek bir karşılaşmayla başa çıkmaya yönelik kaynakların değerlendirilmesini içermektedir (Lazarus ve Folkman, 1984).

### **2.2.2. Duygu Düzenleme Stratejileri**

Kennedy-Moore ve Watson (1999), duygusal deneyimleri ve ifadeleri nasıl işlediğini ve düzenlediğini gösteren beş aşamalı bir model önermektedir. Ayrıca, bu sürecin farklı noktalarındaki aksaklıkları tanımlayarak bireylerin psikolojik iyi oluşları için farklı sonuçlar doğurmaktadır. Bu modele göre, gizli duygusal deneyimler, duygusal deneyimin yönlendirdiği içsel bilişsel-değerlendirme adımları yoluyla açık duygusal ifadeye çevrilmektedir. Bu modelin temel bileşenleri, ilk tepki olan duygusal uyandırma, öznel hissetme duygusu olan deneyim ve duygunun davranışsal bileşeni olan ifadedir. İkincil bileşen, uyarılma, deneyim ve anlatımın izlenmesi gibi temel bileşenlerin düşüncelerini içeren duygusal yansımadır; onları anlamlandırmak ve onları değerlendirmektir. Bu, modelin bilişsel değerlendirme aşamaları boyunca gerçekleşmektedir. Bu modele göre, ilk adım duygusal uyarıcıya önceden bilinçli reaksiyonu içerir. Örneğin, bir birey otomatik olarak bir durumu değerlendirebilmekte ve biraz uyarılma ile tepki verebilmektedir. Bu uyarılmanın yoğunluğu kişiden kişiye değişebilir. Sonuç olarak, sıkıntı için yüksek bir eşik değerine sahip bireyler, düşük eşikli olanlara göre olumsuz bir duygu yaşayamayabilir, dolayısıyla düzenlemeye etki etmediğinden, modelin ana hatlarıyla belirtilen sürece dahil değildir. İkinci adımda bireyler sıkıntılarının farkına varmaktadırlar. Bununla birlikte, duygusal deneyimler farkındalıktan uzak tutulursa, duyguları uyarlamalı olarak işlemek ve düzenlemek mümkün değildir.

Gross (1998b), bastırmanın, olumsuz duyguların davranışsal ifadesini etkili bir şekilde azaltabileceğini ancak bunun deneyimini azaltamayacağını öne sürmektedir.

Üçüncü adımda, duygusal deneyim bilişsel süreci oluşmaya başlamakta ve duygusal tepkinin etiketlenmesi ve yorumlanmasına yardımcı olmaktadır. Bazı bireyler kendilerini kötü hissettiğini veya kötü olarak etiketleyebildiklerini açıkça bilmelerine rağmen, duygusal deneyimlerini incinmiş, küçük düşürülmüş ve korkmuş olarak etiketlemek ve ayırt etmek konusunda zorluk çekerler. Sonuç olarak, duygusal deneyimleri etiketleyememek ve ayırt edememek kişinin etkilerini en uygun veya istenen duruma düzenleme yeteneğini kesintiye uğratabilmektedir (Mayer ve Salovey, 1997). Aksine, duygusal deneyimleri daha eksiksiz bir şekilde anlamak ve farklılaştırmak, kişinin daha etkili başa çıkma yollarını bulmasını sağlamaktadır. Bir önceki adıma ulaşanlar, duygusal yanıtın kabulü olan dördüncü adıma kolayca geçebilirler. Bununla birlikte, bu aşamada bozulma, bireyler duyguya karşı olumsuz tutum geliştirdiğinde meydana gelmektedir. Diğer bir deyişle, bir duygunun kabulü ile kişinin kişisel değerleri ve inançları arasında bir tutarsızlık olduğunda, duyguyu reddetmek veya duygusal tepki hakkında olumsuz inançlara sahip olmak mümkündür. Son adım, algılanan sosyal bağlamda duygusal tepkilerin değerlendirilmesidir. Bununla birlikte, bozulma, sosyal bağlam nedeniyle algılanan fırsat eksikliğini içermektedir.

Gross (1998a), stratejilerin, duygusal üretme süreci üzerindeki birincil etkisine ne zaman sahip olduklarına göre ayırt edildikleri geçici bir duygusal düzenleme modeli önermiştir: Tepkiden önce (önceden odaklanmış) veya yanıtın sonradır (yanıt odaklı). Öncelikli stratejilere, 'olumlu değerlendirme' ya da olumsuz duygusal tecrübeyi azaltmak için durumu veya bir durumun anlamını değiştirmek denir. Bir duygunun ortaya çıkmasından önce, davranışsal ve fiziksel duygunun tepki eğilimleri tamamen harekete geçmeden önce ortaya çıkmaktadır. Örneğin, sınırda bir kişilik bozukluğu olan bir kişi, samimi bir ilişkiden kaçınabilir, böylece olası bir reddedilmeye katlanmak ve terk edilmiş hissetmek zorunda kalmaz (önceden odaklanmış). Thompson ve Calkins (1996) uyarlanabilir duygu düzenlemenin, duygusallaşmanın ve duygulardaki farkındalığın önemini vurgulayarak, modifiye etmenin yanı sıra duygusal deneyimlerin izlenmesini ve değerlendirilmesini içerdiğini öne sürmektedir.

Buna karşılık, "baskılama" olarak da adlandırılan yanıt odaklı stratejiler, duygusal tepkiler ve düşüncenin ortaya çıkmasından sonra düşünceleri engellemeye aktif olarak müdahale etmeye atıfta bulunmaktadır. Örneğin, sınırda kişilik bozukluğu olan bir kişi, ortağı bir iş gezisinde olduğu için terkedilmiş hissediyor, kendisini acı verici duygulardan

uzaklaştırmak veya rahatsız etmek için kendisini kesebilir. Bununla birlikte, duygusal ifadeyi veya yanıtı değiştirmek için bastırmanın kullanılması aslında içsel duygu deneyimini değiştirmeyebilir, ancak sempatik uyarılmanın artması gibi diğer zararlı etkilere neden olabilir (Hagemann vd, 2006), hatırlama ve tanıma için hafızayı engelleme gibidir (Quartana ve Burns, 2007). Cole ve arkadaşları (1994), duygusal tepkileri kabul etmenin ve değerlemenin önemini vurgulamaktadır. Duygusal kabul eksikliği, uyumsuzdur ve duygu düzenlemede daha büyük zorluklarla ilişkilidir (Hayes vd., 1999).

Ayrıca, daha önce de belirtildiği gibi, duygusal düzenlemeyi değerlendirirken bireyin durumunun ve hedeflerinin talepleri göz önünde bulundurulmalıdır, çünkü duygusal düzenleme yalnızca belirli bir bağlamda anlaşılmalı ve değerlendirilmektedir. Bu nedenle, bu bilginin yokluğunda, bir birey tarafından kullanılan özel duygu düzenleme stratejileri bilgisi, bireyin duygularını etkili bir şekilde düzenleme becerisi hakkında çok az bilgi sağlamaktadır (Cole vd., 1994; Thompson, 1991). Araştırmacılar ayrıca, uyarlanabilir duygu düzenlemenin, belirli duyguları ortadan kaldırmak yerine duygu deneyiminin modülasyonunu içerdiğini öne sürmüşler. Bu uyarılma modülasyonunun, bireyin davranışlarını kontrol edebilmesi için duyguya bağlı aciliyeti azalttığı düşünülmektedir. Bu duygu düzenleme düzenlemelerinin kavramsallaştırılması, uygunsuz veya dürtüsel davranışları engelleme ve olumsuz duygular yaşarken istenen amaçlara uygun davranma yeteneğini vurgulamaktadır (Linehan, 1993).

### **2.2.3. Duygu Düzenlemenin Gelişimi**

Duygu düzenleme, kişisel düzenleme, sosyal yeterlilik ve hatta bilişsel işlevsellik ile ilişkilendirildiğinden, duygusal düzenleme önemli kişisel sonuçları olan temel bir gelişimsel başarıdır (Thompson ve Goodman, 2010). Thompson'un (1994) duygu düzenlemesinin tanımı, duygunun, başkalarının dışsal etkileri ve kişinin kendi çabaları ile yönetildiğini ortaya koymaktadır. Bu analiz gelişimsel olarak önemlidir, çünkü duygular öncelikle yaşamın başında bakım verenler tarafından yönetilir ve duygusal repertuar ve çocuğun toleransı bu dışsal duygu düzenleme deneyimleri tarafından şekillendirilir. Ek olarak, Thompson'un (1994) duygu düzenleme tanımının bir diğer temel özelliği de, duygu düzenleme düzenlemesinin, düzenleyicinin belirli bir duygu uyandıran bağlamdaki hedefleri tarafından yönlendirilmesidir. Bu analiz aynı zamanda gelişimsel olarak da çok önemlidir, çünkü çocukların duygu yönetimi konusundaki yanlış anlamalarını anlamak, yetişkinlerin onları iyi işleyen durumlarda duygusal olarak



düzensiz olarak algılamasına neden olabilir. Son olarak, Thompson'un (1994) duygu düzenleme tanımlaması, duygusal düzenleme ve duygusal düzenleme için bilişsel değerlendirmelerin önemini vurgulamaktadır. Bu analiz, gelişimsel olarak da önemlidir, çünkü çocuğun duyguları değerlendirme kapasitesi, bebeklikten ergenliğe kadar önemli ölçüde değişir ve bunun duygusal öz düzenlemenin büyümesi üzerinde önemli bir etkisi vardır (Thompson ve Lagattuta, 2006).

Kısacası, duyguları yönetme, bağlamsal etkiler, diğer insanların duyguları düzenleme üzerindeki etkileri ve bilişsel değerlendirme ve öz-izleme amaçlarını anlamak gelişimsel analizler için önemlidir, çünkü bu özellikler hayat boyu bebeklik döneminden itibaren önemli ölçüde değişmektedir.

### **2.3. Ergenlik**

Bronfenbrenner, teorisinde bir çocuğun çevresinin beş temel seviyesinden bahseder: mikrosistem, mezosistem, exosistem, makrosistem ve kronosistem (1992). İlk seviye olan mikrosistem, ev, okul, oyun alanı vb. İçeren en yakın sosyal ve fiziksel ortamı ifade etmektedir (Bronfenbrenner, 1979). Bu birinci seviyedeki etkileşimler yüz yüze gerçekleşmektedir. Bu ilk aşamadaki önem, ergenin etkilediği bireyleri ve ayrıca ergenin etkilediği bireyleri içermesidir. Ekolojik Teorinin ilk çevresel seviyesini dikkate alan bu çalışma, ergenlerin benlik kavramlarını ve semptomatik ergenleri semptomatik olmayanlarla karşılaştırarak ebeveynlik ve sosyal destek algılarını incelemektedir.

Semptomatoloji, bireylerin normal işleyişlerinden veya duygularından sapmalarına dair algıları olarak tanımlanmaktadır (Edwards, 2012). Belirtilerin daha önce cinsel ve agresif davranışlardan kaynaklandığı düşünülmektedir (Freud, 1916-1917). Öte yandan, bireyin şartlar karşısında verdiği tepkiler bir bozukluk olarak görülebilir. Bireyin yaşı bu reaksiyonları belirlemektedir (Wicks-Nelson ve Israel, 2009). Semptomatolojinin tespiti özellikle bir ergen için önemlidir, çünkü ergenlik önemli değişikliklerin gerçekleştiği bir dönemdir (Compas vd., 1986). Semptomların normal çocuklarda da görülebilmesi nedeniyle (Lapouse ve Monk, 1958; 1959), ergenler semptomlar açısından taranmalıdır. Bu tarama sürecinin, ergenlerde belirtilerin ayrı ayrı içselleştirilmesi ve dışsallaştırılması hakkında, semptomatoloji tipinin, ergenlerin yaşı, sosyo-kültürel çevre, benlik kavramı, aile tipi, algılanan ebeveynlik uygulamaları gibi değişkenlerle ilgili olması için bilgi verilmesi önemlidir.

Benlik kavramı, bir insanın kendini nasıl algıladığı olarak tanımlanmaktadır (Shavelson vd., 1976). Bu kavram iki temel unsuru içermektedir: ustalık ve benlik saygısı (Turner vd., 2010). Shavelson ve diğerleri bireyin kendini algılamasının davranışlarını etkileyebileceğini ve davranışlarının sırayla algılarını etkileyebileceğini ileri sürmüştür (1976). Ayrıca, öz-kavramdaki hasar çocuklarda kısa vadeli sıkıntı ve yetişkinlerde uzun vadeli sonuçları açıklamaktadır (Turner vd., 2010). Bu düşünceyi dikkate alarak, Ekolojik Modelin mikrosistem seviyesi ile, öz-kavramı bu çalışmaya dahil etmek önemlidir. Katılımcıların öz-kavramlarını diğer değişkenlerle karşılaştırarak ve ilişkilendirerek, ergenlerin belirli durumlar ve belirli ortamlar karşısında nasıl düşündüklerini ve nasıl davrandıklarını anlamak için daha geniş bir bakış açısı oluşturulmaktadır.

Çocukların ve ergenlerin sosyalleşmesi için ebeveynler birincil ajan olarak kabul edilmektedirler (Darling ve Steinberg, 1993). Her ne kadar çocuklar ebeveynleriyle en yakın ilişkiyi kursalar da, ergenliğin başından itibaren ana dikkatlerini ebeveynlerinden akranlarına kaydırırlar. Bu dönemin temel ikilemi, aynı zamanda bağımsızlık ve sorumluluk kazanma çabaları olduğu söylenmektedir (Cole vd., 2005). Ayrıca, ebeveyn yetiştirme davranışı ve bu davranışları algılama biçimi çocukların psikososyal gelişimi için çok önemlidir (Main vd., 1985; Perris, 1994). Bu çalışmanın amacı için ebeveynliğin dört yönü; duygusal sıcaklık, ebeveyn reddi, aşırı koruma ve iyilik denemesi, çocuklar üzerinde önemli etkileri olan ebeveynlik davranışları olarak dikkate alınmıştır. Ayrıca, çocuklarda psikopatoloji, uyumsuz ebeveynlik ile ilgilidir (Perris, 1994) ve dört yönün tümü de semptomatoloji ile ilgilidir.

Ergenlerin aldıkları sosyal destek, psikososyal gelişimleri için büyük önem taşıyan bir diğer faktördür. Ergenler akranlarıyla çok fazla zaman geçirdiklerinden, akranlarından ebeveynlerinden daha yüksek düzeyde destek algılamaya başlamaktadırlar (Bokhorst vd., 2009). Ancak yine de, en yüksek desteğin ebeveynlerinden geldiğinin farkında olmaktadır. Öğretmenler ayrıca ergenlerin aldıkları sosyal destek konusunda da önemli bir rol oynamaktadır (Stewart ve Suldo, 2011). Araştırmalar, sosyal desteğin yaşam streslerini azalttığını ve genel refahı iyileştirdiğini göstermiştir (Demaray vd., 2005).

Önceki araştırmalar, öz-kavram, ebeveynlik ve sosyal desteğin tamamen ergenler üzerinde önemli etkilere sahip olduğunu göstermiştir (Lau ve Leung, 1992). Ayrıca, Bronfenbrenner'ın Ekolojik Modeli aynı zamanda çocukların psikososyal gelişiminde ev

ve okul bağlamlarının zorunlu olduğunu ima etmektedir (1979). Bu çalışma, ergen ve benlik kavramında semptomatoloji, algılanan ebeveynlik davranışı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin bu kavramları araştırmak suretiyle ortaya çıkardığı etkiyi ortaya koymaya çalışmaktadır. Benlik kavramı, algılanan ebeveynlik ve algılanan sosyal destek arasındaki doğrudan ilişki; ve ergen içselleştirme ve dışsallaşma semptomları ayrı ayrı incelenmiştir. Ayrıca, ebeveyn davranışlarından birinin, favoritizm, adolesan içselleştirme ve dışlayıcı semptomatolojiye etkisi de incelenmiştir. Diğer araştırma soruları, demografik değişkenlerin (cinsiyet, yaş, anne ve baba eğitimi düzeyi, sosyoekonomik durum), ergenlerin semptom gelişimi, kendi kendine kavram, algılanan ebeveynlik ve sosyal destek üzerindeki etkisini içermiştir. Bu araştırmanın dayandığı teori ve fikirler için arka plan bilgisi ve tarihsel perspektifler de verilmiştir.

### **2.3.1. Ergenlerde Psikolojik Semptomatoloji**

Sorunlu olarak kabul edilen çeşitli davranışlar, araştırmacıların bu zamana kadar dikkatini çekmiştir. Bu sorun davranışları; “Anormal davranış, davranış bozukluğu, duygusal bozukluk, psikolojik açık, zihinsel hastalık, psikopatoloji, uyumsuz davranış ve gelişimsel bozukluk” (Wicks-Nelson ve İsrail, 2009; 2). Ayrıca, psikopatolojinin tipik davranışlardan ayırt edilmesi ve sınıflandırılması ihtiyacı pratik nedenlerden dolayı artmıştır, ancak bu sınıflandırma psikopatolojisi olan insanlara damgalanma getirmiştir. (Grand vd., 2009).

Çoğu insan psikolojik sorunları “atipik, garip veya anormal” olarak düşünmektedir. Ancak, atipik veya anormal sayılan davranışların tümü problemlidir. Zekası yüksek veya istisnai atletik becerileri olan insanlar toplumdan dışlanmak yerine tercih edilmektedir. Bir davranış veya düşüncenin problemlidir olarak kabul edilmesi için, bu davranış veya düşüncenin kişiye zarar vermesi veya işlevselliğini bozması gerekmektedir. Profesyoneller genellikle, bir kişinin davranışlarına, konuşmasının içeriğine ve hastalığın belirli bir semptomuna bakarak bir anormallik olup olmadığına karar vermektedir (Wicks-Nelson ve İsrail, 2009). Amerikan Psikiyatri Birliği'ne (APA, 2012) göre, bir hastalık:

1. Bireyde ortaya çıkan davranışsal veya psikolojik bir sendrom veya örüntü
2. Altta yatan bir psiko-biyolojik işlev bozukluğu

3. Sonuçları klinik olarak anlamlı bir sıkıntı (örneğin, acı verici bir semptom) veya sakatlık (yani, bir veya daha fazla önemli çalışma alanında bozulma) olan sonuçları

4. Sadece ortak strese ve kayıplara (örneğin, sevilen birinin kaybı) ya da belirli bir olaya kültürel olarak onaylanmış bir cevap (örneğin dini ritüellerdeki trans devletler) beklenmeyen bir cevap olmamalıdır.

5. Bu öncelikle sosyal sapma ya da toplumla çatışmaların sonucu değildir.

Psikopatolojinin ya da bir bozukluğun getirdiği işlev bozukluğu bireyin içindedir ve bireyin kendisini yaşamında meydana gelen koşullara adapte etmesini önlemektedir. Bir rahatsızlık aynı zamanda bireyin şartlar karşısında verdiği tepkiler olarak da görülebilir. Bu reaksiyonlar bireyin yaşına göre farklılık gösterebilir, çünkü bireylerin davranış beklentileri yaşla birlikte değişmektedir (Wicks-Nelson ve İsrail, 2009).

Davranış değişikliği açısından yaş meselesi ergenlik döneminde çok önem kazanmaktadır; İnsan davranışının bu kadar hızlı değiştiği aşama ergenliktir. Birinin davranışlarını değerlendirirken, “tipik büyüme oranları, büyüme dizileri ve fiziksel beceriler, dil, biliş, duygu ve sosyal davranış biçimlerini” içeren gelişimsel normlar göz önünde bulundurulur (Wicks-Nelson ve İsrail, 2009, 3). Bu “gelişimsel standartları” takip etmeyen davranışlar kolayca atipik, garip veya anormal olarak düşünülmektedir. Ancak, psikopatolojinin basit belirtilerinin, daha sonra işlevselliği bozabilecek davranışlarla gözlemlenebileceği göz önünde bulundurulmalıdır (Freud, 1953a). Bu anlamda, semptomatolojinin tek başına ele alınması önemlidir.

Psikolojik belirtiler, bireylerin kendileri tarafından algılanan normal duygu veya işlevsellikten sapma olarak tanımlanmaktadır (Edwards, 2012). Belirtilerin daha önce “ego savunması ve süperego yasağı ile karıştırılan kavgalı cinsel ve saldırgan saldırılardan” çıktığı düşünülmüştü. Psikolojik semptom oluşumuna önem veren ilk klinisyen ve bilim adamı olan Freud, eserlerinin çoğunda psikopatoloji olarak semptomatolojiyi ele alıyor gibi görünmektedir. Bireylerin zararlı olarak algıladığı koşullara çözüm olarak ortaya çıkan belirtileri görmüştür (Kellerman, 2008). Egoyu zarardan ayırmak için Freud'un genellikle cinsel istek olduğuna inandığı “yasaklı dilekler”, insanlarda belirti olarak ortaya çıkmıştır. Öyleyse, her nevrotik veya psikolojik semptomun bu yasak isteklerden ve baskıcı güçlerden kaynaklanmaktadır. Bu anlamda, bir semptom ruhun sapık bir şekli olarak sayılmaktadır (Freud, 1959).

Freud'u takip eden birçok yazar da semptomların yapısını ve oluşumunu açıklama girişiminde bulunmuştur. Örneğin Brenner (1973), ego savunmasının başarısızlığından kaynaklanan belirtiler bulmuştur. Dahası, Luborsky (1996), bağlamı olan semptomlarda ısrar etmiştir ve semptomları, bir kişinin kontrol edemediği, kişilik özelliklerinden uzak ve semptomların kendisi tarafından kontrol edilen reaksiyonlar olarak açıklamaktadır. Nitekim, Bilişsel Davranış Teorileri, semptomatoloji ile ilgili Psikanalitik görüş ile birlikte ilerlemektedir. Buna göre, semptomların ana işlevi, zihinsel sağlığı, çeşitli yollardan, başarısızlığın yol açtığı zararlardan korumaktır. Öte yandan davranış kuramcıları, semptomatoloji ile ilgili oldukça farklı bir yaklaşıma sahiptir. Semptomatik davranışı, belirli bir davranışın gözlemlenmesi sonucu ortaya çıkan sosyal şartlanma olarak açıklamaktadırlar (Bandura ve Walters, 1963). Bunun yanı sıra, Zigler ve Phillips (1960) “semptomatik davranış kalıplarının, bireyin ya direnme ya da toplumun kurallarına uyma eğilimini gösterme derecesini temsil ettiğini” önermiştir (Seligman, 1975; 237).

Semptomatoloji, ergenlik döneminde daha büyük öneme sahiptir, çünkü bu dramatik değişikliklerin meydana geldiği bir yaşam aşamasıdır (Compas vd., 1986). Çocukluk ve ergenlik dönemini vurgulayan Freud, çocukluk rahatsızlıklarının tüm belirtilerin altında olduğuna inanmaktadır (1959). Ayrıca, son zamanlarda yapılan bir çalışma, ergenlerde kişilik bozukluklarının yaygınlığının yüksek olduğunu ve bu dönemde kişilik bozukluklarının kayda değer klinik belirtiler olduğu ergenlik döneminde teşhis edilebildiğini göstermektedir (Hopwood ve Grilo, 2010). Sonuç olarak, bozukluk belirtileri üzerine birçok araştırma yapılmıştır (Yahav, 2006). Diğer çalışmalar, yüksek oranda semptom insidansının sadece psikiyatrik sorunları olan çocuklarda değil, aynı zamanda çok sayıda normal çocukta da görüldüğünü göstermiştir (Lapouse ve Monk, 1958; 1959). Başlangıçta içselleşmek veya dışsallaşmakla birlikte, bu belirtiler birçok çocukta ortaya çıkmaktadır (Angold ve Costello, 1995). Bu nedenle, ergenlerin semptomlarını izlemekte fayda var, bu daha sonra problemleri içselleştirme veya dışsallaştırma olarak ortaya çıkabilmektedir.

### **2.3.1.1. Ergenlerde Belirtileri İçselleştirmek**

İçselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarının kavramsal gelişimi ilk olarak Achenbach (1966) tarafından önerilmiştir. İçselleştirme sorunları doğal olarak gizlidir (Rodriguez, 2011). İçselleştirici semptomlar anksiyete, psikosomatik şikayetler,

utangaçlık, sosyal gerileme, geri çekilme, düşük özgüven, huzursuzluk ve depresyon gibi güçlükler içermektedir (Dleiden vd., 1999). İçselleştirici semptomları olan çocuklar genellikle ihmal edilmektedir. Bununla birlikte, semptomların içselleştirilmesi belirgin olmadığından, çok fazla dikkat göstermeleri gerekmektedir (Coyle vd., 2003). Gençler dramatik sosyal ve fiziksel değişikliklerden geçtiğinden, ergenlik döneminde semptomları içselleştirmenin anlamı artmaktadır (Kovacs ve Devlin, 1998).

Mevcut işlevsellikte bozulmaya neden olmasının yanı sıra, içselleştirme problemleri gelecekteki duygusal ve davranışsal bozukluklar için de risk faktörleri olmaktadır (Reinherz vd., 2003). Ayrıca yetişkinlikte görülen birçok zihinsel sağlık sorunu içselleştirici sorunları göstermektedir (Hartung ve Widiger, 1998). Bunların arasında kaygı ve ruh hali bozuklukları, ABD ergenleri arasında en sık görülen içselleştirici bozukluklardır. Ayrıca, Türk ergen örneklemeyle yapılan bir araştırma, en yaygın içselleştirme sorunlarının “gerginlik, kaygı ve içe dönüklük” olduğunu göstermiştir (Görker vd., 2004; 103). Çocukluk ve ergenlikte semptomatolojinin içselleştirilmesine yönelik araştırmanın önemini vurgulayan Aronen ve Soininen (2000), çocukluk çağında görülen depresif belirtilerin genç erişkinlikte depresyon ve kaygıya yol açtığını düşünmektedir.

Birçok psikolojik bozuklukta olduğu gibi, semptomatolojinin içselleştirilmesinde görülen cinsiyet farklılıkları; kadın ergenlerde, erkek ergenlerden daha yüksek düzeyde içselleştirici semptomlar bildirilmektedir (Wade vd., 2002). Stresli yaşam olaylarının daha yüksek sayısı erkeklerden daha fazla kadın tarafından bildirilmektedir. Kadınlar ayrıca bu gibi durumlarda erkeklerden daha fazla akut reaksiyonlara sahiptir (Jose ve Ratcliffe, 2004).

Sosyoekonomik durum (SES), zihinsel sağlık sonuçları ile ilgili olan bir başka faktördür (Adler vd., 1994). Ergenlerle yapılan bir araştırma, sosyal dezavantajın, stresin artmasının bir göstergesi olduğunu ortaya koymuştur Ergenler arasında, daha yüksek düzeylerde depresif ve anksiyete belirtileri düşük SES düzeyleriyle ilişkilidir. Düşük SES ayrıca stresi artıran bir faktör olarak da düşünülmektedir (Goodman ve ark. 2005).

### **2.3.1.2. Ergenlerde Belirtilerin Dışlanması**

Dışsallaştırıcı semptomlar duygusal kontrol eksikliği, kişilerarası saldırganlık ve toplumsal normlara bağlılık eksikliğidir Davranışlara aktarıldığında, bu semptomatik model düşük akademik yeterliliğe ve madde kullanımına karşı savunmasızlığa ve kalıcılığa yol açacaktır (Brook vd., 2012; 175).

Önceki bir çalışma, erken çocukluk döneminin dışsallaştırma davranışlarının başlaması için kritik bir dönem olduğunu göstermiştir. Dışsallaştırıcı davranış sergileyen çocukların daha sonra yaşamlarında okulu bırakma, akademik başarısızlık, psikolojik bozukluklar, madde bağımlılığı, saldırganlık, suçluluk ve suçluluk gibi çeşitli problemleri olması muhtemeldir. Ayrıca, davranış bozuklukları ve madde kullanım bozuklukları, ABD'deki ergenler arasında en sık görülen dışsallaştırıcı bozukluklardır. Ancak, Türk ergenlerindeki bir çalışma, “okulda başarısızlık, tırnak ısırma, akranlarla iyi geçinememe ve kardeş rekabetinin” olduğunu göstermiştir, ergenler arasında en sık görülen dışsallaştırıcı problemlerdir (Görker vd, 2004; 103).

Semptomatolojinin dışsallaştırılmasında cinsiyet farklılıkları, semptomatolojinin içselleştirilmesinde görüldüğü gibi; ancak bu sefer çoğunluğu olan erkeklerdir. Çocukluk ve ergenlik döneminde, erkeklerin dışsallaştırma sorunlarının oranı kızları aşmaktadır. Bu bulgu, erken yaşta ortaya çıkan nörogelişimsel bozuklukların, kendi savunmasızlıkları nedeniyle erkekleri kadınlardan daha fazla etkilediği gerçeğiyle bağlantılı olabilir. Ayrıca, sorunlarını dile getirme şekilleri erkekler ve kadınlar arasında farklılık gösterebilir. Erkeklerin fiziksel saldırganlık gösterme olasılığı kadınlardan daha fazladır (Zalecki ve Hinshaw, 2004).

### **2.3.2. Ergenlerde Benlik Kavramı**

Benlik kavramı temel olarak “bir kişinin kendini algılaması” olarak tanımlanmaktadır (Shavelson vd., 1976; 411). Shavelson ve arkadaşları çevre ve diğer önemli kişilerin bu algıları etkilediğini ve şekillendirdiğini öne sürmüştür. Ayrıca, bir kişinin kendini algılayış şeklinin birinin eylemlerini açıklayabileceği ve tahmin edebileceğini ve bunun da eylemlerinin kendisiyle ilgili algılarını etkileyebileceğini iddia etmişlerdir (1976). Benlik kavramı için iki temel yön belirlenmiştir. Bunlar: ustalık ve benlik saygısıdır (Turner vd., 2010).

### 2.3.2.1. Uсталık

Uсталık “ölümcül bir şekilde yönetilmenin aksine, birinin hayatını birinin kendi kontrolü altında olma şansı olarak gördüğü durum” olarak tanımlanmaktadır.. Uсталıkla ilgili birkaç yapı vardır. Bunlar: kontrol odağı (Rotter, 1966), kişisel kontrol ve öz yeterlik, esneklik ve kaderciliktir. Her ne kadar aynı olmasa da, tüm bu kavramlar, insanın işleyişinde ve gelişiminde önemli bir beklentinin, yaşamdaki sonuçların insanların kendileri tarafından kaynaklanabileceği fikrini içermektedir (Pearlin ve Schooler, 1978; 5).

Kontrol odağı - veya donatı kontrolü - ilk olarak, bireylerin yaşamda güçlenip güçlenmediğini belirleyen olayları belirleyen ima (1966) tarafından sunulmuştur. İç kontrol ve dış kontrol olmak üzere iki kontrol odağı boyutu vardır. İç kontrol odağı olan kişiler, içinde buldukları durum üzerinde kontrol sahibi oldukları inancına sahiptir. Diğer taraftan dış kontrol odağı olan kişiler, olayların kendi isteklerinin dışında meydana gelebilecek kontrol edilemeyen kuvvetler tarafından belirlendiğine inanmaktadır. İçinde buldukları olayları ve durumu kontrol ettiklerini algılayanların, tehdit edici durumlarla daha iyi başa çıkacak şekilde davranma olasılıkları daha yüksektir, şansın veya diğer dış kuvvetlerin durumları etkilediğine inanan insanlardan daha iyidir (Phares, 1962).

Uсталık, kişisel kontrol ve öz yeterlikle ilgili diğer yapılar Bandura (1982) tarafından tanıtılmıştır. Kontrol mekanizmasının önemi, diğer teorisyenlerin de literatüre katkıda bulunmalarını sağlamıştır. Kişisel kontrol, “insanların yaşamlarını etkileyen olayların kontrolünü kullanmadır. Değerli sonuçlar üretme ve istenmeyen olayları önleme” girişimi olarak açıklanmaktadır. İnsanlar bazı kontroller uygulayabildiklerinde gelecekteki olayları daha net görebilirler ve kontrolü kullanarak bu geleceği kendi isteklerine göre şekillendirme şansına sahip olabilirler. Birçok kişisel ve sosyal fayda yarattığından, insanların yaşamlarındaki olayları kontrol altına alma girişimleri insanların yaptığı her şeyi etkilemektedir. Olayların sonuçları, insanlar onları etkileyebildiği zaman tahmin edilebilir hale gelmektedir. Ayrıca, insanlar sonuçları tahmin edebildikçe, yaşayacakları şeyler için hazırlanırlar. İnsanların olumsuz etkileri olan şeyleri kontrol edememek, “tutuklama, ilgisizlik veya çaresizliğe” neden olmaktadır (Bandura, 1992; 1).



Öte yandan, öz yeterlilik, kişisel kontrole benzer olsa da, oldukça farklı bir içeriğe sahiptir. Albert Bandura, bir kişinin kendini düşündüğü belirli bir görevin yeterliliğinden öte, öz yeterliği ele alan ilk teorisyendir (1977). Bandura şöyle açıklamaktadır:

“Birinin çevresiyle başa çıkmadaki etkinlik sabit bir eylem değildir ya da ne yapacağını bilme meselesi değildir. Daha ziyade, bilişsel, sosyal ve davranışsal becerilerin, sayısız amaca hizmet etmek için bütünleşik eylem dersleri halinde düzenlenmesi gerektiği bir üretici yeteneği içermektedir” (Bandura, 1982, s. 122).

Bir yetenek, mevcut iyi veya kötü olarak etiketlenmesi için eylemler tarafından kullanılmalı ve gösterilmelidir. Ayrıca, yeterlilik, çeşitli becerilerin kullanılması ile yönetilmeli ve değişen zaman ve ayarlar ile birlikte yayılmalıdır. Bu nedenle, etkinlik kendisi ve algılanan öz yeterlik birbirinden ayırt edilmektedir. “Algılanan öz yeterlik, birinin olası durumları yönetmek için gerekli eylem kurslarını düzenleme ve yürütme yeteneklerine olan inançları ifade eder” İnsanlar öz yeterlilikleriyle ilgili bazı inançlara sahip olma eğilimindedir. Bandura, etkinlik inancının insanların düşüncelerini, duygularını, motivasyonlarını ve eylemlerini etkilediğini belirtmiştir. Kişinin kendi yeteneklerini doğru bir şekilde tahmin etmek bir kişi için işlevsel bir değere sahiptir, çünkü davranışları kişisel etkinlik hakkındaki yanlış kararlara göre yönlendirmek olumsuz etkilere neden olmaktadır. İster doğru ister yanlış olun, öz yeterlik konusundaki değerlendirmeler sadece faaliyet seçeneklerini değil, aynı zamanda bir kişinin katılmak için seçtiği ayarları da etkilemektedir (Bandura, 1982; 2).

Öz yeterlik sürecinde etkinlik beklentileri ve etkinlik inançları birbirinden ayırt edilmelidir. Psikolojik prosedürler öz yeterlik beklentilerini oluşturmak ve desteklemek içindir. Bu düşüncede, cevap-sonuç beklentileri etkinlik beklentilerinden farklılaşmaktadır. Bandura, sonuç beklentisini “bir kişinin belirli bir davranışın belirli sonuçlara yol açacağını tahmin ettiği” olarak nitelendirirken, etkinlik beklentisi “kişinin sonuçları üretmek için gereken davranışı başarıyla uygulayabileceği inancı”dır. İnsanlar belirli davranışların belirli sonuçlara yol açacağına inanma eğilimindedir, ancak bu belirli sonuçların gerekliliklerini yerine getiremeyebilecekleri fikrine kuvvetle sahip olurlarsa, sahip oldukları bilgilerin davranışları üzerinde bir etkisi yoktur. İnsanların kendi etkinlikleriyle ilgili inançları, belirli bir durum için çaba göstermeye çalışacaklarsa ve ayrıca belirli bir durum için ne kadar çaba göstereceklerini etkilemektedir. Bu nedenle, birleştirdikleri ayarlar kendi kendine yeterlilik algıları tarafından seçilmiş bir şekildedir.

İnsanların becerilerinin yetersiz olduğuna inandığı durumlar, tehdit edici olarak nitelendirilmekte ve önlenmektedir; oysa insanlar, şeylerle başa çıkabildiklerini düşündükleri durumlarda harekete geçmektedir (Bandura, 1977; 193).

Bandura, etkinlik beklentilerinin farklılık gösterdiği ve davranışlar hakkında önemli ipuçları veren çeşitli boyutların olduğunu öne sürmüştür (1977). Büyüklük, etkinlik beklentilerini değiştiren ilk özelliktir. Birden fazla görevde farklı zorluk seviyelerinin olduğu bir durumda, kendi etkinlik beklentilerine göre farklı bireylerin farklı görev seçenekleri olacaktır. Daha basit işlerle kendilerini sınırlama eğilimindedirler veya verilen görevler arasında geniş bir zorluk seçeneği olabilir. Etkinlik beklentilerinin buna göre farklılık gösterdiği ikinci bir boyut da geneldir. Bazı görevler ustalık beklentileri gerektirirken, bazıları ise daha genel bir etkinliğin uygun olacağı bir duruma kolaylıkla dahil olmaktadır. Dahası, etkinlik beklentileri güç bakımından farklılık göstermektedir. Onaylamayan deneyimler, zayıf beklentilerle kolayca sönmekte, ancak güçlü beklentilerle donatılmış olmaları, ne kadar onaylayıcı deneyimleri olursa olsun, başa çıkma stratejilerini kullanmaya devam etmektedirler (Bandura, 1977).

Diğer yandan, etkinlik inançları, özyeterliliğin oldukça farklı bir yönüdür. Önceki araştırmalar, etkinlik inancının insan motivasyonunda ve başarılarında önemli bir rolü olduğunu ortaya koymuştur (Bandura, 1992). Bandura, bireyin etkinlikleri hakkındaki inançlarını etkileyen dört ana form ortaya koymuştur. Güçlü bir etkinlik duygusu en iyi ustalık deneyimleri tarafından yaratılmaktadır. Bir insanın başarılı olmak için her şeyi bir araya getirip getiremeyeceğine dair kesin kanıtlar elde etmektedirler (Bandura, 1982). Bireyler, öz yeterlikleri konusunda başarı ile güçlü bir inanç geliştirir. Öz yeterlilik başarısızlıkla zayıflanırken, başarı onu güçlendirmektedir. Ancak yine de, başarısızlık, kolay başarılarla ve hızlı sonuçlara alışkın olanları kolayca ortadan kaldırmaktadır (Bandura, 1997). Sosyal modellerin sağladığı belirgin deneyimler, etkinlik inançlarını üretmenin ve desteklemenin başka bir yoludur. Bireyler, başkalarının kalıcı çabalarıyla başa çıkarken kendilerine benzeyen diğer insanları gözlemlediklerinde, gözlemleyen bireylerin de benzer bir görevi başarabilecek yeterliliğe sahip olduklarına inanmaktadır (Bandura, 1986). İnsanların başarılı olma çabası için inançlarını pekiştirmenin üçüncü yolu sosyal iknadır. Sözlü olarak belirli etkinlikleri idare etme yeteneğine sahip olduklarını belirten bireyler, kendileriyle ilgili şüpheleri olan ve bir sorunla karşı karşıya kaldıklarında kişisel eksikliklerine yoğunlaşan insanlardan daha fazla çaba göstermeye

ve sürdürmeye eğilimlidirler (Litt, 1988). Kişisel etkinlik inançlarını güçlendirmenin son yolu, insanların kendi fizyolojik ve duygusal durumlarıdır. Bireyler, stres tepkilerini ve verilen bir durumun önündeki gerginliği kırılganlıkları olarak görmektedir. Benzer şekilde, insanlar etkinlik gerektiren güç sırasında yorgunluk, acı ve sıkıntı hissedince, onları fiziksel bir zayıflık olarak düşünmektedirler (Ewart, 1992). Ayrıca, Kavanagh ve Bower, ruh halinin öz-yeterlilik yargıları üzerinde büyük bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Algılanan öz yeterlik, olumlu ruh hali ile artarken, olumsuz ruh hali ile azalmaktadır.

Esneklik ve kadercilik, bireyin stresli durumlar karşısında kullandığı başa çıkma stratejileri üzerinde etkili olan bireyin kişisel kaynaklarının bir parçası olarak düşünülen kavramlardır. Kişisel kaynaklar, başa çıkma sürecinin arka plan faktörleri olarak kabul edilen kişiliğin farklı yönleri olarak düşünülmektedir. Esneklik, insanların her stresli durumda belirli başa çıkma mekanizmalarını tercih etmesi olarak tanımlanmaktadır. Ek olarak, strateji daralması anlamına gelmektedir. Dış uygunluğa inanç, standartların katı bir şekilde uygulanması, güvensizlik ve korunma gibi özellikler ve değer sosyalleşmesinde mutlak bir vurgu, örneğin, düzgünlük ve itaat bir vurgu gibi özellikler, özellikle başa çıkma kabiliyetinin sonuçları olan, esnekliğin farklı yönlerini göstermektedir (Wheaton, 1983; 211).

Fatalizm, farklı durumlarda farklı başa çıkma becerilerinin kullanılmasında yeteneklerin azaldığını da ortaya koymaktadır, ancak bu aynı zamanda fazladan bir nosyon anlamına da gelmektedir . Wheaton, kaderciliği “hem başarı” hem de “başarısızlık” sonuçları da dahil olmak üzere, yaşam sonuçlarının nedenlerini anlamada kişisel güçlerden ziyade çevrenin etkinliğine inanma eğilimi olarak tanımlamaktadır. Bu nedenle, en belirgin sonuç, kaderciliğin başa çıkma eylemlerine belirsizlik katmasıdır (Wheaton, 1983; 211).

“Başa çıkma kabiliyetindeki” bir azalma psikiyatrik belirtiler üzerinde esneksizlik etkisine aracılık etmektedir. Ayrıca, çaba gösterme eğilimlerindeki muhtemel bozulma, kadercilik etkisine aracılık eder. İnsanların çabalarını yetenekleri için yapabildiklerinden daha kolay artırabilmeleri nedeniyle, istikrarlı olmayan stres kaynaklarının etkisinin düşük ölümcül seviyelerle daha etkin biçimde azaltılması beklenmektedir (Wheaton, 1983; 211).

### 2.3.2.2. Benlik Saygısı

Benlik saygısı kavramı psikoloji alanında önemli bir değere sahiptir. Bu yapı, yıllarca yapılan çeşitli araştırmaların dikkatini çekmiştir. Pek çok kuramcı benlik saygısı için tanım önermektedir. Rosenberg yapısı “bireyin kendine ve kendine özgü bir şekilde kendine doğru tuttuğu değerlendirme: kendilerine karşı onaylama ya da reddetme tutumunu ifade eder” olarak tanımlamıştır (1965; 5). Benlik saygısının, bir insanın bir başkasına karşı olumlu ya da olumsuz tutum sergisi olduğunu öne sürmüştür (Rosenberg, 1965). Öte yandan James’in tanımı, kendisinden veya kendisinden memnun olmayan ya da tatmin olmayan bir kişiyi içermektedir (James, 1963, s. 193).

Tüm bu fikirlere benzer şekilde Coopersmith, bu kavramla ilgili birçok tanımı birleştiren geniş bir özgüven tanımını vermiştir: Bireyin kendisi ile ilgili yaptığı ve geleneksel olarak koruduğu değerlendirme: onaylama veya onaylamama tutumunu ifade eder ve bireyin kendisinin ne kadar yetenekli, anlamlı, başarılı ve layık olduğuna inandığını göstermektedir. Kısacası, benlik saygısı, bireyin kendine karşı tuttuğu tutumlarda ifade edilen kişisel bir değer yargısıdır (1967; 4-5).

Bunun yanı sıra, Papa, McHale ve Craighead, konsepti, gerçek benlik ve ideal benlik aracılığıyla açıkladıkları özgüven için başka bir tanım vermişlerdir. Benlik saygısını, bir insanın kendine karşı duyduğu duyguları ve kişinin büyük ölçüde layık olduğu hissi olarak tanımlamıştır. Gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki ayrımın benlik saygısını değerlendirdiği iddia edilmektedir. Asıl benlik, temel olarak, nesnel olarak algılanan bir benlik anlamına gelirken, diğer yandan, ideal benlik, kişinin olmak istediği tipte bir kişidir. Gerçek ve ideal benlik arasındaki fark, benlik saygısı arasında önemli bir kriter olarak kabul (Marsh, 1986; Marsh ve Shavelson, 1985).

### 2.3.2.3. Benlik Kavramı ve Semptomatoloji

Ergen semptomatolojisinin gelişiminde, muhtemelen kritik bir faktör ergenin kendi kavramı olmaktadır. Hammen (1988), bireyin kendisiyle ilgili bilişlerin, semptomları içselleştirmeyi içeren depresyon gelişiminde önemli bir etkisi olduğunu belirtmiştir. Öz-kavramdaki muhtemel bir bozulma, çocukların kısa vadeli ve yetişkinlerin uzun vadeli sonuçlarında ortaya çıkan sıkıntılarına bir açıklama olmaktadır. Kişisel stres kavramının gelişmesinin, önemli stres faktörlerinden etkileneceği düşünülmektedir. Çocukların sosyal çevrelerinde yaşadıkları başarı ve başarısızlık ve

başkalarının kendileri hakkındaki fikirlerini nasıl algıladıklarının, çocukların ustalık ve benlik saygısının gelişimini oluşturduğudur. Öte yandan, son zamanlarda yapılan bir araştırma, akıl hastası çocukların kardeşlerinin kendilerine duydukları duyguların, çevrelerinde akıl hastası kardeşlerinin bulunmasından etkilenmediğini ortaya koymuştur Aynı çalışma bu bulguyu, olası bir koruyucu faktör olarak yeterli bir öz kavrama sahip olmakla özdeşleştirmeyi bir yapı olarak vurgulamakla ilişkilendirmiştir (Barnett ve Hunter, 2012).

Benlik kavramının, benlik saygısının önemli bir yönü “gençlik suçluluğu, akademik performans ve psikolojik depresyon” ile ilişkili bulunmuştur (Rosenberg, 1989; 1005). Kaplan (1975) benlik saygısı ve suçluluk arasında negatif bir ilişki olduğunu gösteren bir araştırmaya vurgu yapmıştır. Wells ve Rankin ayrıca “değerlendirici sosyal deneyimler, kendi kendini değerlendirme ve çeşitli suçlu davranışlar arasında tutarlı bir ilişki olduğunu gösteren” benzer çalışmalara da değinmiştir (1983, s. 13). Ayrıca, iyi ayarlanmış ergenler, strese dayanıklı ergenler ve strese maruz kalan ergenler arasındaki farklılıkları ortaya koyan önceki bir çalışma, benlik saygısının seviyesinin iyi ayarlanmış ergenlerden korunmasız olanlara düştüğünü göstermiştir (Dumont ve Provost, 1999).

Bazı araştırmalarda benlik saygısı ile depresyon arasındaki olumsuz ilişkiye büyük bir yer verilmiştir. Bu durum hemen hemen tüm yaş grupları için geçerlidir; “Çocuklar, ergenler ve yaşlılar” (Rosenberg vd., 1989; 1005). sınıftaki 2213 erkek öğrenciler tarafından yapılan bir araştırma, benlik saygısı ile depresif etki arasında orta-yüksek düzeyde bir korelasyon olduğunu ortaya koymuştur (Bachman, 1970). Daha yeni bir araştırmada, düşük algılanan kişisel kontrolün çocukların içselleştirme sorunlarına kötüye aracılık ettiği bulunmuştur. Ayrıca, çocukluk döneminde akranlar tarafından sözlü olarak mağdur edilmek ve genç erişkinlik döneminde depresyon, düşük özgüvene aracılık etmektedir. Dahası, Rosenberg ve meslektaşlarının 1989'daki çalışmaları, depresyon ve benlik saygısı arasındaki iki yönlü ilişkiyi iyi tanımlamıştır. Benlik saygısı teorisinin, bir depresyon nedeninin düşük özgüven olabileceğini öne sürdüğünü belirtmiştir: “Olumlu bir özerklik arzusu, insanlığın ana nedenlerinden biriye, o zaman böyle bir sebebin hayal kırıklığı kaçınılmaz olarak iç karartıcı olarak deneyimlenir”. Aynı çalışma, benlik saygısının nedeninin de depresyon olabileceğini ve bu nedenin tutarlılık ilkesiyle bağlantılı olduğunu göstermektedir. Depresif kişiliğin bilişsel terapistlere ilişkin temel

yönlerinden biri, olumsuz bilişlerin nüfuzudur. Rosenberg ve meslektaşları bunu şöyle açıklar (Rosenberg ve diğerleri, 1989, s. 1007).

Depresyondaki kişi dünyanın çürümüş bir yer olduğunu, insanların bencil olduğunu ve geleceğin umutsuz olduğunu düşünür. Hayata dair bu olumsuz görüşle tutarlı olarak, depresyonda olan kişinin de kendine karşı olumsuz tutumlar geliştirmesi beklentisi, örneğin kendini değersiz, suçlu ve önemsiz hissetme beklentisidir. Eğer öyleyse, depresyonun düşük benlik saygısına neden olduğu ileri sürülür (1989, s. 1007).

Üstatlık - çaresizlik, algılanan kontrol, kadercilik ve öz yeterlikle ilgili öz kavramın diğer bir yönü de depresif belirtilerle bağlantılıdır. Çeşitli popülasyonlarla yapılan araştırmalar, ustalık ve tehlike semptomları ve depresyon arasında açık bağlantılar bulmuştur (Aneshansel, 1992). Veriler, benlik kavramı ile suçluluk ve depresyon gibi problemler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiş olsa da, sorunların neden veya sonuç olup olmadığı açık değildir (Rosenberg vd., 1989).

#### **2.4. Ebeveynlik ve Ergenler**

Ebeveynler, çocuklar ve ergenlerin sosyalleşme için birincil ajanları olarak kabul edilmektedir. Yapı olarak ebeveynlik, çocukların ebeveynlerin hedeflerine göre sosyalleştirildiği bir kanal olarak tanımlanmaktadır. Sosyalleşme amaçları belli olabileceğinden, onlar da daha genel olmaktadır (Maccoby ve Martin, 1983). Ebeveynliğin üç farklı yönünün, ebeveynliğin ergen veya çocukların gelişimi üzerindeki etkisine dair bir anlayışa sahip olduğu düşünülmelidir: sosyalleşmeye yol açan hedefler, ebeveynlik uygulamaları, ebeveynlik tarzıdır. Benzer kavramlar olarak kullanılsa da, ebeveynlik uygulamaları ve ebeveynlik stili birbirinden ayrılmalıdır. Ebeveynlik uygulamaları, ebeveynlerin çocuklarını sosyalleşmeye yol açan, belirli durumları dikkate alan hedeflere ulaştırmak için kullandıkları kalıpları temsil etmektedir. Ebeveynlik tarzı veya duygusal iklim ise, “çocuklar ve ergenler için sonuçları etkileyen tutum setleri, hedefler ve ebeveynlik uygulama kalıpları” olarak kavramsallaştırılmıştır (Wicks-Nelson ve İsrail, 2009; 53).

#### 2.4.1. Ebeveynliğe Tarihsel Yaklaşımlar

20. yüzyılın başında, ebeveynlik davranışının çocuk gelişimi üzerindeki etkisi hem davranış teorisyenleri hem de Freud teorisi için öne çıkan bir konu olmuştur. Çocuk davranışçılarının ilgi odağı, yakın çevrede pekiştirmenin gelişimine katkısı olmuştur. Freudyen teorisyenlere göre, kalkınmanın temel göstergeleri insan biyolojisinden gelmekte, ebeveynlerin istekleri ve toplumun gereksinimleriyle çelişmektedir. Çocuk gelişiminde kişisel farklılıklar, çocuğun aile ortamı ile etkileşime giren libidinal ihtiyaçlarının bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Darling ve Steinberg, 1993).

Ebeveynlik uygulamalarının çocuk gelişimi üzerindeki etkisi konusunda genel bir fikir birliği olduğu için ebeveynlerin çocuklarına - yani ebeveynlik tarzı – önem kazanmaktadır. Ebeveynlik stilini değerlendirmek için yapılan önceki çalışmalar, esas olarak “ebeveyn ile çocuk arasındaki duygusal ilişki, ebeveynin uygulamaları ve davranışları ve ebeveynin inanç sistemleri” olan üç faktörü vurgulamaktadır. Çeşitli bakış açıları, ebeveynliğin çocukları ve ergenleri nasıl etkilediği hakkında farklı teoriler sunmaktadır (Darling ve Steinberg, 1993, s. 488).

Psikanalitik bakış açısı alan sosyalleşme araştırması, çocuğun “psikoseksüel, psikososyal ve kişilik gelişimi” nin ebeveyn-çocuk duygusal ilişkisinden etkilendiğini vurgulamıştır. Psikanalitik bakış açısı teorisyenleri, farklı ebeveyn özelliklerinin, çocuklar ve ebeveynler arasındaki duygusal ilişkiler açısından bireysel farklılıkları ortaya çıkardığını iddia etmişlerdir (Darling ve Steinberg, 1993; 488).

Buna göre, belirli ebeveyn uygulamaları kavramsal kategorilerine göre gruplar halinde toplanmıştır. Bu kategoriler duygusal süreçlerde değişiklik yapma güçleri ile belirlenmiştir. Molar nitelikleri “çocuğun bir yük olarak algılanması, ihmal edilmesi, cezalandırılması, çocuğun bir yük olarak algılanması, katılık, kontrol etme korkusunun kullanılması ve şefkat ifadesi” dir (Schaefer, 1959, 1965).

Davranışçı ve sosyal öğrenme araştırmacıları ebeveynlik stillerini sınıflandırmak için ebeveyn davranışlarını da göz önünde bulundursalar da, psikanalitik bakış açısı alan araştırmacılardan dikkat ettikleri noktadan ayrılmaktadırlar. Ebeveyn tutumlarına odaklanmak yerine, dikkatlerini ebeveyn uygulamalarına yöneltmişlerdir. Öğrenme teorisyenleri, çocukların maruz kaldıkları öğrenme ortamının, çocukların gelişiminde değişimin anahtarı olduğu fikrine sahiptir. Kontrolü, fiziksel cezalandırmanın,

mastürbasyon toleransının, saldırgan davranışların sonuçları, kuralların uygulanmasında başarısızlık ve ebeveynlerin gerçekleştirdiği genel yerlerde kullanılan kuralların altında yatan davranışsal özellikler olarak görmektedirler. Öğrenme teorisyenleri, psikanalitik teorisyenlerin aksine, ebeveynlik stilini, belirli ebeveynlik uygulamalarında uygulanan birçok analizin sonuçlarını özetledikleri stenografi olarak kullanmışlardır (Darling ve Steinberg, 1993).

Ebeveynlik teorileri arasında Baumrind'in tipolojisi önemli bir yere sahiptir. Baumrind'e göre, ebeveynlerin temel rolü, çocukların bir yandan kişisel bütünlüklerini korumalarına yardımcı olmak ve diğer taraftan insanların temel taleplerine uyarak çocukların sosyalleşmelerini sağlamaktır. Çocuk gelişiminin ilk yıllarında ebeveyn otoritesinin önemine odaklanmış ve ebeveyn kontrol yapısını genişletmiştir (Baumrind, 1966). Baumrind, ebeveyn kısıtlılığı ve kontrol arasındaki farka dikkat çekmiş ve kontrolün, çocuğu topluma ve aileye dahil etmek için uyum gerektiren bir ebeveyn tutumu içerdiğini iddia etmiştir (Darling ve Steinberg, 1993). Temel olarak iki tür ebeveyn kontrolü önermiştir: izin verici, otoriter ve otoriter olmayandır. Yetkili ebeveynler kesin bir kontrole sahiptir ve çocuklarının kurallarına uymalarını beklemektedir; çocuklarının ihtiyaçlarını göz önünde bulundurmaktadırlar. Sonuç olarak, yetkili ebeveynlerin çocukları genellikle sosyal olarak sorumlu, bağımsız ve özgüvene sahiptir (Wicks-Nelson ve İsrail, 2009). Öte yandan, otoriter ebeveynlerin "katı psikolojik kontrolü" vardır ve izin verilen ebeveynlerin yüksek derecede duyarlı ve hoşgörülü olduğu, ancak talepkar olduğu konusunda çok düşük olduğu ifade edilmektedir. Baumrind, izin veren ve otoriter ebeveynlerin, yetkili ebeveynlerle karşılaştırıldığında, daha az talepkar olduğunu, daha az etkili iletişim kullandıklarını ve besleyici ve kontrol edici olarak kullanmadıklarını keşfetmiştir. Ayrıca, ilginç bir şekilde, otoriter ebeveynler ile otoriter veya izin verilen ebeveynler arasında çocuklarına gösterdikleri sevgi ve sıcaklık bakımından önemli bir fark olmadığını tespit etmiştir (Baumrind, 1967).

Baumrind'in ebeveyn kontrolü teorisine karşı çıkan bazı teorisyenler vardı ki bu ebeveyn değerlerinin çocuklar tarafından içselleştirildiğini savunmuştur. Lewis, çocukların ebeveynleri ile karşılıklı iletişim içinde oldukları yetkili ailelerin belirli özelliklerini deneyimlemelerini önermiştir. Böyle bir aile ortamında, ebeveyn kuralları, çocuk ve ebeveynler arasındaki tartışmalarla değiştirilmektedir. Lewis'e göre, otoriter ailelerin sunduğu böyle bir deneyim, otoriter ailelerin sahip olduğu yüksek kontrol



özelliğine sahip olmak yerine, çocukları özerk ve bağımsız bir benlik duygusu geliştirmeye desteklemektedir (Lewis, 1981; Darling ve Steinberg, 1993).

Lewis'ten sonra Maccoby ve Martin (1983), Baumrind'in teorisini önceki yaklaşımlarla birleştirerek ebeveynlik üzerine başka bir yaklaşım öne sürmüşlerdir. Ebeveynlik tarzının üç değil iki işlevsel boyuta sahip olduğunu öne sürmüşler; bunlar talepkarlık ve cevap verebilirliktir. "Talep etme, ebeveynin sosyalleşme aracı olarak hareket etme isteğini ifade ederken, yanıt verme, ebeveynin çocuğun bireyselliğini tanıma anlamına gelir" (Darling ve Steinberg, 1993; 492). Hem talepkarlık hem de sorumluluk, yetkili ebeveynler için yüksektir; ancak otoriter ebeveynler için taleplilik yüksek ancak cevap verme oranı düşüktür. Ayrıca, Maccoby ve Martin (1983) Baumrind'in izin verilen ebeveynlik türünü hoşgörülü ve ihmal edici olarak ikiye bölmüştür. Hoşgörülü ebeveynleri yüksek derecede duyarlı ancak düşük taleplere sahip olarak tanımlamışlardır; Oysa cevap verme ve talep etme, ebeveynleri ihmal etmede düşüktür (Maccoby ve Martin, 1983).

#### **2.4.2. Ebeveynlik ve Ergen Gelişimi**

Ebeveyn-çocuk ilişkisi, çocuğun ergenliğe girdiği ve akranlarıyla ebeveynlerine göre daha fazla zaman geçirdiği zaman değişmektedir. Ergenler, kendilerini çeşitli ortamlarda yönetme konusunda tavsiyeler almak için kendilerini ebeveynlerine göre daha fazla yönlendirmektedir. Ergen gelişimi ile ilgili birçok çalışma, gelişim dönemindeki ergenlerde meydana gelen değişikliklere işaret etse de, ergenlerin ebeveynleri yaşlarına ilişkin bazı önemli değişikliklerden geçmektedir. Ergenlerin ebeveynleri işlerinde büyük sorumluluk almakta ve ebeveynlerin ebeveynleri yaşlanmaktadır, bu nedenle yardıma ve bakıma ihtiyaçları olmaktadır. Aynı zamanda, ergenlerin ebeveynlerinin öncekinden daha az fiziksel güce sahip olmaları muhtemeldir. Çocuğun ergen olma süresi hem ergen hem de ebeveyni için stresli olduğundan, aralarında çatışma olması muhtemeldir (Steinberg ve Duncan, 2002).

Ergenliğin temel ikileminin, bir yandan bağımsızlık kazanma kavramı ile diğer yandan sorumluluk alma kavramı arasında sıkışmış oldukları düşünülmektedir. Bu çelişki, ergenler ve ebeveynler arasındaki çatışmaların en büyük sebeplerinden biridir. Laursen, Coy ve Collins, ebeveynler ve çocuklar arasındaki çatışmanın ergenlik dönemi boyunca değiştiğini belirtmişlerdir (1998). Çatışmanın erken ergenlik döneminde güç ve

sıklık bakımından daha yüksek olduğunu düşünmüş, ancak daha sonra azalma göstermiştir. Bu düşüştü ergenlerin ebeveynleri ile daha az zaman geçirmeleri ve akranlarıyla ebeveynlerinden daha fazla duygusal bağlar kurmalarıyla ilişkilendirmişlerdir. Ayrıca, çatışmalar ergenler arasında yoğun duygular yaratmaktadır. Csikszentmihalyi ve Larson tarafından yapılan bir çalışmada, ergenlerden, işgal etmeleri istendiği bir sesi çalındığı anda, işgal ettikleri şey hakkında bir form doldurmaları istenmektedir (1984). Ergenlerden bu rutini bir hafta boyunca yapmaları istenmiştir. Çalışmadaki ergenler bu deneyimi oldukça elverişsiz olarak bildirmiştir. Ergenler ve ebeveynleri arasındaki en sık tartışılan konu, ev işi, buluşma, spor ve ekonomik bağımsızlık olarak bulunurken, en az sıklık siyaset ve din ile ilgilidir (Holmbeck, 1996).

Bir başka çatışma ortaya çıkan durum Turiel (1998) tarafından vurgulanmaktadır. Ergenlerin ve ebeveynlerin kişisel alan hakkındaki fikirleri üzerinde anlaşamadıkları zaman çatışmaların ortaya çıkabileceğini belirtmiştir. Farklı kültürlerden gelen ebeveynler çocuklarına karşı farklı davranma eğilimindedir. Önceki çalışmalar, Brezilya ve Amerika'daki ebeveynlere göre çocuklara kişisel alan vermenin önemli olduğunu göstermiştir. Diğer taraftan, Avrupalı Amerikan ailelerine kıyasla, orta sınıftan Afrikalı Amerikalı ailelerin, ergenlerin kişisel yargıları hakkında daha kısıtlayıcı bir tutumu vardır (Smetana, 2000).

Her ne kadar birçok teorisyenler, ergenler ve ebeveynleri arasında çatışmaya yol açan ipuçlarını bulsalar da, bu ilişkilerin çok azı bu nedenle zarar görmüştür (Schneider ve Stevenson, 1999). Son zamanlarda yapılan bir araştırma, ailelerinin sıcaklığını algılayan, ebeveynleri akademik açıdan yüksek beklentileri olan ve aileleriyle entelektüel ve akademik sorunları tartışan ergenlerin, okulda ergenlerin daha az sıcaklık ve ebeveynlerinin katılımını algıladıklarından daha yüksek performans gösterdiğini göstermektedir. Afrikalı Amerikalı ve Avrupalı Amerikan aileleri arasında yapılan bir araştırma, ergenlerin değerlerinin, kendilerini ebeveynlerle pozitif olarak tanımlamakla oldukça bağlantılı olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, Fuligni ve Eccles (1993), ebeveynlerinin katı davrandığı durumlarda çocukların akranlarına daha yakın olduklarını veya ergenlik gelişimi boyunca ailevi meseleler hakkındaki görüşlerini almadıklarını tespit etmişlerdir. Aynı çalışma, ebeveynleri tarafından izlenen ergenlerin, ebeveynlerinin dışarıda olacak zamanlar hakkında kural koymadıklarından ve evde ne zaman olacağını

farkında olmak istemediklerinden, akranlarına dönme ihtimallerinin daha düşük olduğunu göstermiştir.

Araştırma, ebeveynlik tarzının da ergen davranışını etkilediğini göstermektedir. Buna göre, okulda daha yüksek başarılarla sahip olan ve yaşamlarında çok fazla sorun yaşamamış olan ergenlerin genellikle yetkili ebeveynleri vardır (Steinberg, 2001). Ebeveynlik tarzı ergenlerin arkadaşlarına uzanmaktadır. Ebeveynleri çocuklarına karşı etkili davranan arkadaşları olanların da okulda daha iyi performans göstermeleri olasıdır (Fletcher vd., 1995).

Ebeveynlik açısından annelerin rolleri, tarih boyunca babaların rollerinden çok daha fazla dikkat çekmiştir. Anneler çocuk gelişimi için birincil bakıcılar olarak görülmüştür ve çocuklarıyla ilgili her şeyden sorumlu olmaktadır. Araştırmalar, babaların çocukların gelişimi boyunca annelerden oldukça farklı roller üstlendiklerini göstermiştir. Babalar, çocukların rekabet ve bağımsızlık duyguları geliştirmelerine yardımcı olur ve ayrıca etkili babaları olan kızların sağlıklı cinsel kimlikleri vardır (Cabrera vd., 2000).

### **2.4.3. Ebeveynlik Davranışları**

Çocukların psikososyal gelişiminde en önemli faktörlerden biri, ebeveynlerin yetiştirme davranışlarıdır. Bu nedenle, uyumsuz ebeveynlik çocuklarda psikopatolojiye neden olmaktadır (Perris, 1994). Araştırmalar, ebeveynliğin hem ebeveyn hem de çocuğun iletişimine katılımı içerdiğini göstermiştir. Ayrıca, ebeveynlik davranışlarının zihinsel temsillerinin çocuklar üzerinde etkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Gerçek ebeveyn davranışları ve çocuğun bu davranışları algılayış biçimi çocuktan çocuğa değişebildiğinden, ebeveynlik çalışmaları çocukların algılarını dikkate almalıdır (Bell ve Chapman, 1986).

#### **2.4.3.1. Duygusal Sıcaklık**

Ebeveyn sıcaklığı, çocukların psikososyal gelişiminde önemli bir faktör olarak kabul edilmektedir. Duygusal sıcaklık, ebeveyn - çocuk arasındaki duygusal bağın kalitesi ve ebeveynlerin bu duyguları ifade etmek için kullandıkları fiziksel ve sözel davranışlarla ilişkilidir. Ergenlik yıllarında ebeveynlerin duygusal sıcaklıkları ve duyarlılıkları, çocukların gelişiminde önemli faktörler olarak görülmektedir. Ebeveynlerin sıcaklıklarının ve firma kontrollerinin yüksek olduğu yetkili ebeveynlik, en

etkili ebeveynlik türü olarak düşünülmektedir (Baumrind, 1991). Kerr ve Stattin, ergenlerin açıklama düzeyinin, ebeveynlerin kendilerine yönelik eylemleri tarafından belirlendiğini ileri sürmüşlerdir (2000). Ergenlerin, ebeveynlerin bilgiye tepkileri ve sıcaklık ve kabul düzeyleriyle ilgili önceki deneyimlerinin, ergenlerin ifşa edilmesinin göstergeleri olduğunu savunmaktadırlar (Rohner vd., 2005; 305).

Son araştırmalar, ebeveynlerinden sıcaklık ve pozitif etki yaşayanların dışsallaştırma davranışları geliştirmelerinin daha az olası olduğunu bulmuştur. Ek olarak, sıcaklık ve pozitif ebeveyn katılımı davranış problemleri için koruyucu faktörler ve dışsallaştırıcı semptomlar işlevi görmektedir. Ayrıca, yıkıcı davranış yetersiz sıcaklık ve pozitif katılımı ilişkilendirilmiştir (Strassberg vd.,1994).

Bağlanma araştırmalarının geç çocukluk ve ergenlik için ebeveyn sıcaklığının önemi hakkında bazı etkileri vardır. Karavasilis, Doyle ve Markiewicz, ergenlerin bağlanma tipinin ebeveynlik tarzına göre değiştiğini bulmuşlardır (2003). “Sıcak katılımı yüksek, psikolojik özerklik sağlama ve davranışsal izleme / kontrol” ebeveynleri olanların güvenli bir şekilde bağlandıkları bulunmuştur (Karavasilis vd, 2003; 161).

#### **2.4.3.2. Ebeveynlerin reddi: Cezalandırma, Duygusal Baskı ve Fiziksel Ceza**

Ebeveynlerin reddi; çocukların, ebeveynleri ve diğer bakıcıların davranışlarından ve çeşitli fiziksel olarak varlığından yaşadıkları sıcaklık, şefkat, bakım, rahatlık, endişe, destek ya da basitçe sevgi durumundan yoksunluk anlamına gelir ve psikolojik olarak incitici davranışlar ve duygulardır. (Rohner vd., 2005; 305).

Reddedilme ve ebeveynler tarafından sevilme duyguları, çocuklarda ebeveynleri ihmal ederken veya çocuklar ebeveynlerini ihmal ederken algılandığında ortaya çıkmaktadır. Bu duygular çocuklar tarafından sevgi dolu ve sıcak ailelerde de yaşanmaktadır. Bir çocuğun duygularını daha iyi anlamak için, gerçek mi yoksa algılandığı; çocuğun ebeveyn reddi algısı göz önünde bulundurulmalıdır (Rohner vd., 2005). Kagan'ın işaret ettiği gibi, “ebeveynlerin reddi ebeveynlerin özel bir eylem dizisi değil, çocuğun inancıdır” (1978; 61).

Ergen ebeveynleri reddeden çocuklar, çevreleri ve kendileri hakkında uyumsuz zihinsel temsiller geliştirmektedir; bu da ebeveyn ile çocuk arasındaki bağ bağıni zedeleyerek çocuğun ebeveyn değerlerini reddetmesine neden olmaktadır (Rohner,

2004). Hoeve ve meslektaşları, ebeveyn reddi, düşmanlık ve ihmalin suçlu davranışlarla ilişkili olduğunu bulmuşlardır (2009). Ayrıca, desteklerin olumsuz yönlerinin, yetersiz destek ve sıcaklıkla karşılaştırıldığında suçlulukla daha güçlü bir bağlantıya sahip olduğunu bulmuşlardır. Reddedilen ebeveynlerin çocuklarında daha fazla düşmanlık, suçlu davranış ve saldırganlık, düşük benlik saygısı, duygusal dengesizlik ve bağımlılık görülmüştür (Palmer ve Hollin, 2000).

Daha genel olarak, ebeveyn reddinin semptomları içselleştirme ve dışsallaştırma ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Yetişkinlikte depresyon, çocuklukta ebeveynlerin reddetmesinin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır. İşlevsel olmayan, uyumsuz ebeveynlik yönleri kullanan annelerin ve babaların dışsallaştırıcı semptomları olan çocukları olması muhtemeldir. Hem anne hem de babanın reddi, çocuklarda semptomatolojinin gelişiminde merkezi bir rol oynamasına rağmen, çocuğun reddettiği zaman, babanın reddettiği zamana göre daha yüksek bir durumu ifade etmektedir (Perris vd., 1980).

#### **2.4.3.3. Aşırı koruma**

Ebeveynlerin koruyucu davranışları, ihmalden aşırı korunmaya kadar geniş bir aralıkta gerçekleşmektedir. Ebeveynlerin aşırı korunması, ebeveynlerin aşırı koruyucu davranışları olarak tanımlanmaktadır. Son zamanlarda yapılan bir araştırmada, “ebeveynlerin aşırı korumasının, belirli davranışlara (örneğin, çocuğun ne yediğini veya giydiğini, çocuğun belli bir zamanda uyumaya gitmesini, çocuğun tuvalete gittiğinde çocuğun adına karar vermesine) atıfta bulunduğunu göstermiştir. Levy, aşırı korumacı annelerin çocuklarına hem fiziksel hem de sosyal olarak, diğerlerinden daha fazla temas etmelerini önermiştir (1970). Ayrıca aşırı korumacı ebeveynlerin çocukları için son derece endişe duyduklarını ve çocuklarının bağımsız eylemlerini önlediklerini belirtmektedir. Ebeveyn aşırı korumasının çocuklarda eksiklik veya kabul edilmeme duygularını uyandırabileceği fikrini vurgulanmıştır. (Hullmann vd., 2010; 358).

Aşırı korumacı anne-babaları olan çocuklar, ebeveynlerinin eylemlerinin onları çocuksu, yüksek kontrol sahibi olduklarını ve özel bir yaşamları olmadığını hissettirdiğini bildirmiştir. Holmbeck ve arkadaşları, aşırı korunma ve davranışsal özerklik arasında negatif bir ilişki bulmuşlardır. Janssens, Oldehinkel ve Rosmalen (2009) 'un çocuklarını aldıkları raporda yaptıkları bir araştırmada, ebeveynlerin aşırı korumacılığının

fonksiyonel somatik semptomlarla ilişkili olduğunu ve aşırı korumacılığın fonksiyonel somatik semptomların bir öngörücüsü olduğunu belirtmiştir. Ebeveynlerin aşırı korunması da suçlu davranışı, kaygı, depresyon ile ilişkilendirilmiştir. Ayrıca, hem erkek hem de kadın uyuşturucu bağımlılarının ebeveynlerinin kayıtsız, müdahaleci ve soğuk algınlığı kontrol ettikleri bildirilmiştir (Schweitzer ve Lawton, 2006).

#### **2.4.3.4. Bir Çocuğun Bir Başkasına Karşı Ebeveyn Favorizmi**

Belirli bir çocuğa yönelik “sevgi, yakınlık, hayranlık ve ilgi” ebeveyn ifadeleri, çocuğun bir başkasına karşı ebeveyn lehine olmasının göstergesi olarak düşünülmektedir. Bieber, çocukların ebeveynleri tarafından kimin daha çok tercih edildiğini öğrendiklerini ve bunun sonucu olarak da çocuklar için bazı sonuçlar doğuracağını öne sürmektedir. Ayrıca, her çocuğun kendine özgü özelliklerine gelince, ebeveynlerin çocuklarına karşı birbirlerini tercih etmeden farklı davranabileceklerini ifade etmektedir (Bieber, 1977; 291).

Favoritizm, çocuklarda belirli kişilik özelliklerine yol açmaktadır. Tercih edilen çocuk, aynı zamanda hem büyüklük hem de suçluluk duygusu geliştirmeye meyillidir. Suçluluk duyguları, tercih edilen çocuğun, var olduğu için kardeşinin ebeveynlerinin saygı, destek ve şefkatinden yoksun olduğu fikrinden gelmektedir. Diğer yandan, tercih edilmeyen çocuğun, tercih edilen çocuğa karşı aşağı ve düşmanca hissetme olasılığı yüksektir; ve kontrolsüz çocuğun da ebeveynleri tarafından kabul edilmesi gerekmektedir (Yahav, 2006). Bununla birlikte, tercih edilen çocuğun, ailesinin kendisini seçmesine neden olan sebeplerini bilmesi gerekir. Böylece çocuk gücünü diğer yaşam alanlarında kullanmaktadır (Bieber, 1977).

Ebeveynlerin iyilikçiliği, çocukları tercih ettiği için rahatsız ettiğinden, hem tercih edilen hem de tercih edilmeyen çocukların, psikopatoloji geliştirme konusunda benzer olanakları vardır. De-Man, Wong ve Leung, olumsuz ebeveynliğin (örneğin, kayırmacılığın) ergenlerde intihar düşüncesiyle bağlantılı olduğunu bulmuşlardır. Elde ettiği bulgulara göre, favoriteyi algılayan ergenlerin, favoriteyi algılamayanlardan daha intihar düşünceleri olma olasılığı daha yüksektir (2003). Benzer bir sonuç, ebeveyn lehçiliği algıları ile patolojik semptomlar arasında da ilişkiler bulunan Hui tarafından da bulunmuştur (2004).

Doğum sırasının ebeveynlerin çocuk tercihlerini etkilediği bulunmuştur. Rohde ve meslektaşları, iki veya üç çocuklu bir ailenin son çocuğunun en çok tercih edildiğini ortaya koymuşlardır (Rohde vd., 2003). Bir açıklama, küçük çocukların ebeveynlerinden daha büyük çocuklara göre daha fazla duyarlılık, sözelleştirme ve duygusal ifade alması olmaktadır; bu da aynı çalışmanın bir başka bulgusudur. Favorizmin rapor edilmesine gelince, daha fazla kardeş olan çocukların lehçiliği az sayıda kardeş olanlara göre daha doğru rapor ettikleri bulunmuştur (Suitor vd., 2006).

#### **2.4.4. Ebeveyn Davranışları ve Duygu Yönetmeliği**

Duygular etkileşimi ve ebeveyn davranış kontrolü için, literatür genel olarak ılımlı bir davranış kontrol düzeyi uygulamasının çocukların yoğun duygularını düzenlemelerine yardımcı olduğunu öne sürmektedir. Ebeveyn kontrolü olmayan çocuklar ve ergenler daha duygusal ve davranışsal sorunlar göstermektedir. Bunun nedeni, ebeveynlerin çocuklarına doğrudan ve dolaylı yollarla duygu düzenleme becerilerini kazanmalarında yardımcı olmaları gerekmektedir. Duygu düzenleme için model olmakta veya çocuklarının duygularını sözlü olarak tartışırken çocuklarına davranışları hakkında geri bildirim vermektedir (Zeman vd., 2006). Örneğin, bir çalışmada, Mazaiede ve arkadaşları, (1990), öfke düş kırıklığına uğramış ergenler ebeveyn davranışsal kontrolden yoksunlarsa, aynı özelliklere sahip ancak uygun düzeyde davranış kontrolü uygulanmış ergenlerden daha fazla dışsallaştırma sorunu gösterdiklerini ortaya koymuşlardır. Ayrıca, Melnick ve Hinshaw (2000) duyguya bağlı ebeveynlik davranışları ve başa çıkma stratejileri arasında pozitif bir ilişki bulurken Zhou, Eisenberg, Wand ve Reiser (2004), otoriter ebeveynlik ile düşük zahmetli kontrol arasında duygu ile benzer bir kavram olan bir ilişki bulmuştur.

Ancak, ebeveyn kontrolünün çocukların duygu düzenleme yetenekleri üzerindeki olumlu etkisi sağlam değildir. Örneğin Morris ve diğerleri (2007), düşmanlık, psikolojik kontrol, olumsuz kontrol ve hassasiyet eksikliği gibi olumsuz ebeveynlik davranışlarının çocuklarda zayıf duygu düzenleme yetenekleriyle ilişkili olduğunu belirtmektedir. Ek olarak, Finkenauer ve arkadaşları (2005), sıkı ebeveyn kontrolü ile ergenlerin Hollandalı ergenlerde duygusal ve davranışsal sorunları arasında pozitif bir ilişki bulmuşlardır. Ebeveynlerini kısıtlayıcı ve davranışsal olarak kontrol eden olarak algılayan ergenlerin suçluluk, saldırganlık, depresyon, stres ve düşük özgüven gösterme olasılığı daha yüksektir. Ebeveyn kontrolünün ergenler üzerinde aynı olumsuz etkiye sahip olmama

nedeni, ergenlerin ebeveynlerinin davranışlarını algılama şekli ile açıklanmaktadır. Rohner ve Pettengill'de (1985) gösterildiği gibi, Kuzey Amerikalı gençler sıkı ebeveyn kontrolünü ebeveyn düşmanlığının ve reddinin bir yansıması olarak algılayarak, Kore'deki ergenler bu davranışları ebeveyn sıcaklık ve düşük ihmal belirtileri olarak algılamaktadırlar.

#### **2.4.5. Ebeveynlik Davranışlarında Anne-Baba Tutumu**

Ebeveyn tutumları, ebeveynlerin çocuğun sosyalleşme sürecindeki rolünü anlamak ve bu rolün çocuğun psiko-sosyal gelişimi üzerindeki etkilerini incelemek için tasarlanmış bir kavramdır. Ebeveynlerin çocuk yetiştirmeye karşı tutumu; Her kültürde çocukların ebeveyn tutumlarının sosyalleşme süreçlerini açıklayan temel dinamik olduğu kabul edilen inançlar, davranışlar ve beklentiler olarak tanımlanmaktadır (Steinberg 1993 kanunu. Kılıç, 2007: 42).

Ebeveynlerin tutumu, ebeveynlerin çocuklara davranış şeklidir. Bu davranış, çocukların aile üyeleriyle ilişkilerini ve aile dışında yaşama bakış açılarını belirlemektedir. Ayrıca çocukların sevgi, nefret, öfke vb. Duygularını şekillendirmede etkilidir. Ebeveynlerin çocuklarına karşı tutumu, gelecekte nasıl bir kişiliğe sahip olabileceği şeklinde tahmin edilebilmektedir. Her şeyden önce, çocuklar üzerinde çok etkili olan tutumların benimsenmesinde etkili olduğu düşünülen unsurları bilmek gerekir. Ebeveynlerin eğitim düzeyi, ebeveynlerin çocukluğu, ebeveynlerin yaşı, çocukların cinsiyeti, ebeveynlerin gelir düzeyi vb. ebeveynlerin tutumlarını belirleyen birçok faktördür (Toksöz, 2010: 14).

Ebeveynlerin ebeveynlik tutumu çocuğun sosyal gelişimini olumlu veya olumsuz yönde etkileyen önemli değişkenlerden biridir. Ailenin çocuklara gösterdiği sevgi, çocuğun temel güven duygusunu pekiştirir ve sonuç olarak çocuğun etrafındaki insanlara karşı tutumunu olumlu yönde etkilemektedir. Aile; Demokrat ve eşitlikçi, aşırı korumacı veya otoriter davranış, çocukların farklı sosyal davranışlar benimsemelerine neden olur (Eraslan, 2010: 19).

Ebeveynler manken olurlar ve davranışlarını çocuklarını yetiştirirken sergiledikleri tutumlarla şekillendirirler (Sezer, 2007: 95). Her şeyden önce, ebeveynleri ile özdeşleşen çocuk, kendine saygısı yüksek, eşitlikçi, akademik ve sosyal hayatında



başarılı, topluma ve hayata uyumlu, özerkliği geliştiren bir birey olacak ebeveynlere uygun tutumlar sergilemektedir (Yılmaz, 2007: 1).

Ebeveyn tutumlarının en belirgin iki özelliği “duygusal” ilişki boyutu ve boyuttaki belirgin kontroldür. Ebeveynlerin çocuklarla duygusal bir ilişki içinde olduğu, çocuk merkezli, reddedilme tutumunu kabul ettiği ve çocuk eğitiminde sağlıklı tutum ve davranış ve kuralları içerdiği anlaşılmaktadır. Denetimin büyüklüğü, kısıtlayıcı tutumdan hoşgörülü tutumlara kadar değişmektedir. Denetimin büyüklüğü, insanların mutlu yaşaması, iyi ilişkiler kurması için zorunludur (Özgüven, 2001: 209).

Anne baba tutumlarını Yavuzer (1986) beş ana başlıkta açıklamıştır:

1. Aşırı Baskılı ve Otoriter Tutum
2. Aşırı Hoşgörülü Tutum-Çocuk Merkezci Aile
3. Dengesiz ve Kararsız Tutum
4. Aşırı Koruyucu Tutum
5. Güven Verici ve Hoşgörülü Tutum

#### **2.4.5.1. Aşırı Baskılı ve Otoriter Tutum**

Bu tutuma sahip olan ebeveyn kendisini sosyal otoritenin temsilcisi olarak görmekte ve çocuğunun davranışını şekillendirmeye, kontrol etmeye ve değerlendirmeye çalışmaktadır. Çocuktan mutlak itaat etmeyi erdem olarak bekler. Ebeveynler kendilerine her kararı verir. Katı ve dogmatik düşünceye duyarlıdır ve sözlü iletişime izin vermez. Otoriter aileler çocuğun davranışını sıkı kontrol ve otorite ile şekillendirmeye çalışırlar. Bu tür ailelerde yetişen çocuklar zihinsel ve sosyal olarak yetersiz olmaktadır. Genellikle olumsuz kişilik sergileyen bu tür çocukların akran ilişkileri de zayıf olabilir. Takip eden yıllarda ebeveynlerden bağımsız özerk bir kişilik geliştirmeyi zor bulmuşlardır. Baskı altında büyüyen çocuklar utangaç olan aşırı duyarlı bir kişilik yapısına sahip olabilirler, başkalarının etkisi altında kolayca kalabilirler. Çocuğun gereğinden fazla korunması, kontrolü ve bakımı, genellikle başkalarına bağımlı, bireyin kendine güvenebileceği konusunda kendine güvenebilmektedirler (Ersin, 2010: 15).

Otoriter ebeveynler yüksek bir düzeyde olmak ister, ancak sorumlu değildirler. Kuralları üzerinde yüksek derecede kontrol beklerler. Talimatlarının izlenmesini beklerler ve tartışma ya da anlaşmazlığı teşvik etmezler (Yardı, 2012: 17). Otoriter ebeveynler için itaat, otoriteye saygı, geleneklerin ve düzenin korunması çok önemlidir (Arcan, 2007: 20). Bu tür ailelerde çocuğun kabulü ve kabulü eksiktir. Bu evlerde, çocuk eğitiminin tek amacı çocuğu baskı altında tutmak ve gözleri açmamaktır. Çocuğa yaklaşım her zaman soğuk, anlayışlı ve sinir bozucudur. Bu tür evlerde yaşayan çocuklar güvensiz ve tedirgin, düşmanca duygularla dolu ve saldırgan davranışa yatkın durumdadır (Yörükoğlu, 1989: 149). Uzmanlar tarafından, otoriter tutumları olan ebeveynlerin çocuklarının özgüveninin düşük olduğu, dış kontrolün kişisel olarak geliştiği ve iç denetimin gelişmediği belirtilmektedir (Özgüven, 2001: 212). Tutumlarla ilgili araştırmalarda, ailede disiplini sağlamada fiziksel ceza ve tehdit gibi yöntemlerin kullanılmasının, çocuklarda öfke ve öfke yarattığı, çocuklara mantıklı açıklamalar yaptığı için çocukların içselleştirilmesinin önlenildiği belirtildi. Bu tutum yerine çocuklarda içselleşme duygusunun iyileştirilmesine yardımcı olacaktır (Toksöz, 2010, 32).

#### **2.4.5.2. Aşırı Hoşgörülü Tutum-Çocuk Merkezci Aile**

Çocuk merkezci aileye, genellikle orta yaşın üzerinde çocuk sahibi olan ailelerde ya da çocuğun kalabalık yetişkinler grubu içinde yetişen tek çocuk olması durumunda sıklıkla rastlanır. Böyle bir ortamda çocuk, ailede içinde inisiyatif sahibi tek kişidir ve aile bireyleri çocuğun isteklerine kayıtsız şartsız uyarlar. Aşırı şımartılmış bu çocuklar, aile bireyleri tarafından yaşamlarının ilk günlerinden itibaren her türlü ihtiyaçlarının karşılanacağını ve isteklerinin buyruk niteliği taşıdığı beklentisini geliştirmişlerdir. Bu çocuklar yetişkin olduklarında da toplum içerisinde sahip olmadığı hakları kendilerine tanımaya kalkışırlar. Her istediklerini yaptırmayı alışkanlık haline getiren bu tür çocuklar okul kurumundaki kurallar karşısında hayal kırıklığına uğrarlar ve kolay uyum sağlayamazlar (Yavuzer, 1986: 31-32). Çocuk kendini denetlemeyi öğrenemez ve bu bakımdan kendini denetleme ve zamanını iyi kullanmayı öğrenmenin şart olduğu okul çevresinde çocuk başarısız olmaktadır (Ersin, 2010: 18).

İlgili çalışmalar incelendiğinde izin verici anne baba tutumunun aşırı hoşgörülü anne baba tutumunun yerine kullanıldığı görülmüştür.

Çocuklarına boyun eğen bir tutumu benimseyen anne babalar, evde çocukların egemenliğini kabul etmekte, çocuklar anne ve babalarına hükmetmekte ve onlara çok az saygı göstermektedirler. Yalnızca anne babalara yönelik olmayan bu tutum, zamanla topluma ve ev dışındaki kimselere de egemen olmanın yollarını arayan bir kişilik yapısına dönüşürler. Yetişkinlikte de toplumun izin vermediği hakları da kendilerine tanımaya kalkarlar. Ailelerin çocuklarına karşı aşırı hoşgörülü ve düşkün olmaları çocuğu bencil yapar. Çocuk daima diğerlerinin dikkatini çekmek ister ve kendisine hizmet edilmesini bekler. Böyle çocukların ev içindeki ve dışındaki sosyal uyum düzeyleri çok düşük olur. Hep almaya alışmış olan çocukların diğer insanlarla paylaşma ve işbirliği yönünden yoksun oldukları söylenebilir (Özgüven, 2001: 217).

#### **2.4.5.3. Dengesiz ve Kararsız Tutum**

Dengesiz ve tutarsız aile tutumu, çocuk gelişimi ve eğitimiyle ilgili çeşitli konularda, anne ve baba arasındaki görüş ayrılıklarından kaynaklanmaktadır. Anne ve babanın tutumu aşırı hoşgörü ile sert cezalandırma arasında gidip gelmektedir. Evde disiplin belli ölçüde vardır, ancak ne zaman nerede uygulanacağı belirsizdir. Çocuk hangi davranışın nerede, ne zaman istenmediğini önceden göremez. Çocuk, tutumunu anne babanın keyifli ya da öfkeli duygu durumuna göre ayarlamaya çalışır. Tutarsızlık, annenin ya da babanın bir gününün bir gününe uymaması biçiminde olabileceği gibi, anne ve babanın birbirine çok aykırı ceza ve eğitim anlayışlarının çatışmasından da doğabilir. Çocuk davranışını kime göre ayarlayacağını bilemez (Yörükoğlu, 1989: 151-152).

Anne baba çocuğun sergilediği aynı davranışa bir gün ödüllendirici bir gün cezalandırıcı ya da normal karşılayabilir. Yavuzer (1986), anne ile babanın, çocuğun yanında, “çocuk konusunda” birbirlerini eleştirmeleri, birinin olumlu yaklaşımına diğerinin olumsuz tutumu ya da taraflardan birinin çocuk kayırması, çok sıklıkla rastlanan terbiye yanlışlarından olduğunu öne sürmüş ve tüm bu etkenlerin, önceleri çocukta bazı iç çatışmalar ve huzursuzluklara, ardından da dengesiz ve tutarsız bir yapının oluşumuna sebep olabileceğini ifade etmiştir.

Tutarsız dengesiz tutuma sahip anne babalarla büyüyen çocuk hangi davranışın nerede ve ne zaman yapılmayacağını kestiremez. Neyin doğru neyin yanlış olduğunu bilemez. Ayrıca çocuk yaptığı davranışın doğru olup olmamasından daha çok ‘Ne zaman

yaparsam cezadan kurtulabilirim?’ düşüncesiyle ilgilenir. ‘Her şey yap ama cezadan nasıl kurtulabileceğini bul’ tekniğini geliştirir (Yılmazer, 2007, 20).

#### **2.4.5.4. Aşırı Koruyucu Anne Baba Tutumu**

Bu tutumda çocuğa gerektiğinden fazla kontrol ve ilgi gösterilmektedir. Anne-baba çok sıcak, verici, ancak çok koruyucu ve kollayıcıdır. Tüm hayatları çocuğa göre düzenlenmiştir. Yalnız çocuk için yasar gibidirler, her ihtiyacını anında karşılarlar, bir dediğini iki etmezler. Bunun sonucu çocuk, diğer kimselere aşırı bağımlı, kendine güveni olmayan, duygusal kırıklıkları olan bir kişi olabilir (Demir, 2006, 24) Bu bağımlılık çocuğun yaşamı boyunca sürebilir ve aynı koruyucu tutumu gelecekte eşinden bekleyebilir (Yavuzer, 1986: 33).

Yavuzer (1986), aşırı koruyucu tutumun, çocuğun otonom- kendi kendini yöneten- bir birey olmasını engellediğini, sosyal gelişimini zedelediğini ve bağımlı bir kişi olmasına sebep olduğunu ayrıca çocuğun, kendini gruba dâhil ettirmek için, zaman zaman toplum dışı ve isyankâr davranışlara başvurabileceğini söylemektedir. Anne babasının dikkat ve ilgisini her an üzerinde toplama ihtiyacında olan bu tür çocukların, aile ortamı dışında sağlıklı ilişkiler kurabilmeleri güç olur. Aşırı ölçülerde korunmuş, her hal ve koşulda hoş görülmüş olmanın yarattığı bağımlı ilişkiler içinde girişkenlik yeteneklerini geliştiremeyen bu tür çocukların kendilerine güvenleri de yetersiz olur (Ersin, 2010: 16).

Aşırıya kaçan tutumun bir sonucu olarak, çocuk diğer insanlara bağımlı bir kişi olabilir, kendine güvenmeyen, duygusal, zayıf bir kişi olabilir, çocuktan bağımsız bir kişi olamaz. Koruyucu bir tutum benimseyen çocuğun, yetişkinlik döneminde dıştan kontrol edilen bir birey olarak hayatta kalması muhtemeldir. Koruyucu bir aile ortamında, çocuğun kendisini fark etmesi ve kendini tanıması pek mümkün değildir. Ailede çocuğa aşırı bakım gösterilmekte, özellikle anneler, çocuğa çok yardım etmekte, şımartmakta, bebek gibi muamele görmekte ve çocuk büyüdüğü zaman ebeveynleri çocuğu devraldığı için belli sayıda uyumsuz davranış göstermektedir. Çocuk yemekte, kıyafetlerde, derste destek bekler hale gelmektedir. Genellikle bağımlı bir insan haline gelir, liderlik özellikleri düşük ve zayıf bir kişiliğe sahiptir. Güvensiz ve tereddütlü hissetmekte, duygusal biri olabilir ve ailenin içinde ve dışında sosyal bütünleşme sorunları ortaya çıkmaktadır (Özgüven, 2001: 215).

#### 2.4.5.5. Güven Verici ve Hoşgörülü Tutum

Ana babanın çocuklarına karşı hoşgörü sahibi olmaları, çocukların bazı kısıtlamalar dışında, arzularını diledikleri biçimde gerçekleştirmelerine izin vermeleri anlamına gelir. Ana babanın hoşgörünün normal bir düzeyde gerçekleşmesi, çocuğu kendine güvenen, yaratıcı, toplumsal bir birey olmasına yardım eder. Böyle bir tutuma sahip ailelerde, evde kabul edilen ve edilmeyen davranışların sınırları bellidir. Bu sınırlar içinde çocuk özgürdür. Söz hakkı vardır. Sevgi ve teşvik görür. Böyle bir ortamda çocuk girişim yeteneğine sahip olur. Özgüvenini kazanır ve kendi kendine karar verip sorumluluk taşımaya öğrenir (Yavuzer, 1986: 34). Bu olumlu özelliklerde çocuğun karar verme sürecindeki bilgilere ve bilgi kaynaklarına ulaşmada, karar verirken ortaya çıkan motivasyon kaybının önlenmesi ve bireyin gizilgüç ve potansiyellerinin farkına varmasında önemli rol oynar (Yılmaz, 2009: 3). Böyle bir ortamda çocuk, kendi benliğini tanıma, potansiyelini ortaya çıkarma ve kendini gerçekleştirme olanağı bulur. Hoşgörülü ve destekleyici anne baba tutumları, çocuğa doğruları ve yanlışları ile kendisinin değerli olduğu ve sevildiği mesajını verir ve çocuk yapıcı, yaratıcı, kendine ve çevresine karşı hoşgörülü, kendine olan güveni yüksek davranışlarının sorumluluğunu alabilen bir kişilik geliştirir (Özgüven, 2001: 213).

Anne baba tutumları konusunda yapılan araştırmalar incelendiğinde demokratik tutumun güven verici ve hoşgörülü tutumun yerine kullanıldığı görülmektedir.

Demokratik anne-babalar, çocuklarından olgun davranışlar beklemektedirler. Bu anne babaların, açıkça ortaya konmuş ve çocuklarının uymalarını istedikleri kural ve standartları vardır. Gerekli gördükleri zaman yaptırım ve yönlendirmelerde bulunurlar, ancak bir taraftan da çocuğun bağımsızlığını ve bireyselliğini desteklerler. Bu anne babalar; gerek çocuğun, gerekse kendilerinin haklarını gözetirler. Çocukları ile aralarındaki iletişime önem verirler. Bunun için çocuklarını sözel alış-veriş konusunda desteklerler. Anne-babaların bu tarz tutumlarının sonucunda da çocuklarının sosyal ve bilişsel yeterlilikleri, diğer tutumlardaki anne-babaların çocuklarına kıyasla, daha yüksek olmaktadır (Arcan, 2007: 21). Yılmaz (2007), çocuklarına karşı demokratik tutuma sahip anne babaların, onların davranışlarını daha akılcı şekilde yönlendirdiği söylemiştir. Ersin (2010), demokratik ve otoriter ailelerde yetişen çocuklarda akademik başarı oranlarının daha yüksek olabilmektedir. Buna ek olarak yine bu tipte ailelerde yetişenler çocuklar, duygusal ve sosyal olarak daha duragandırlar. İzin verici ve otoriter

ailelerde yetişenlere göre alkol, uyuşturucu vb. maddeleri daha az kullanma eğilimi gösterdiklerini ifade etmiştir.

Uyumlu ilişkiler içinde, güvenli bir aile ortamında sevgi ve anlayışla büyüyen birey, olgunlaşır, kişilik kazanır, kendi kanatlarıyla uçmayı öğrenir. Sevildikçe güven duygusu pekişir, desteklendikçe özsaygısı artar. Anlayış gördükçe hoşgörölü olmayı, sorumluluk aldıkça bağımsız davranmayı öğrenir (Yörüköğlü, 1997: 85).



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın tasarımını oluşturan evren, örneklem, örneklem seçim yöntemi, veri toplama ve veri çözümleme teknikleri ile araştırmanın amacı, önemi, problemleri, sınırlılıkları sunulmaya çalışılacaktır.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin duygu düzenleme ve ebeveyn tutumlarının ve bazı kişisel bilgi formlarının internet bağımlılığı ile ilişkisini belirlemeye yönelik kesitsel bir çalışmadır. Genel tarama modellemelerinden biri olan kesitsel tarama, araştırmalar da belirlenen bazı değişkenlerin özelliklerine uygun olarak bir seferde ölçüm yapmaktadır. Değişkenler arası ilişkilerin incelenmesinde sıklıkla kullanılmaktadır.

#### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın çalışmanın evreni, 2018-2019 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Gaziosmanpaşa ilçesinde bulunan bulunan Şehit Anıl Kaan Aybek ortaokulunun 7. ve 8. sınıflarında okuyan öğrenciler ve bu öğrencilerin annelerinden oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise İstanbul ili Gaziosmanpaşa ilçesinde bulunan Şehit Anıl Kaan Aybek 7. ve 8. sınıflarında okuyan 150 öğrenci ve bu öğrencilerin 150 ebeveynlerinden oluşmaktadır. Örneklem grubunu oluşturan öğrenci ve ebeveynler öğretim kurumundan basit seçkisiz örnekleme tekniği ile seçilerek toplam 150 öğrenci ve 150 anneye ölçekler ve kişisel bilgi formları uygulanmıştır. Ölçeklerden hatalı doldurulmuş olanlar araştırmaya dahil edilmemiştir.

#### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan öğrenci ve ebeveynlerden ihtiyaç duyulan verileri elde etmek amacıyla, ergenlerde internet bağımlılık düzeylerini ölçmek için, Günüş ve Kayri (2010) tarafından geliştirilen " İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ)"; ergenlerde duygu düzenleme yöntemlerini belirlemek için, Phillips ve Power (2007) tarafından geliştirilen , Duy ve Yıldız (2014) tarafından uyarlanan "Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)"; ebeveynlerin sahip olduğu tutumları belirlemek için, Schaefer ve Bell tarafından geliştirilen Güney Le Comte, Ayhan Le Comte ve Serap Özer (1998) tarafından uyarlanan

"Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARİ); öğrencilerin internet kullanımı ile ilgili ve ebeveynlerin kişisel özelliklerini belirlemek için araştırmacı tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu (KBF)" kullanılmıştır.

### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formları

Araştırmacı tarafından oluşturulan öğrenciler için olan internet kullanımı ile ilgili sorular bulunduran kişisel bilgi formu (Ek-1) toplam 8 sorudan oluşmaktadır. Ebeveynlere verilen form (Ek-2) ise 6 sorudan oluşan kişisel bilgileri öğrenmek için oluşturulmuştur.

### 3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Bu çalışmada kullanılan ölçeklerden biri olan İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ), Günüş ve Kayri (2010) tarafından Türkçe olarak geliştirilmiştir. Türkiye’de geliştirilmiş bir internet bağımlılık ölçeğine rastlanmaması nedeniyle ölçek geliştirme ihtiyacını karşılama amacı ile ölçek geliştirilmiştir. İnternet bağımlılığın en çok ergenlerde görülmesi ve bu dönemdeki bireylerin her türlü etkiye açık olması nedeni ile örneklem ergenlerden oluşturulmuştur (Günüş, 2009). Ölçek 754 ergen üzerinde geliştirilerek katılımcıların yaş ortalaması 15.8'tir. 35 maddeden oluşan ölçek beşli likert tipinde derecelendirilmiştir. Ölçek maddelerinin likert tipi derecelenmeleri "*Kesinlikle Katılmıyorum (1), Katılmıyorum (2), Kararsızım (3), Katılıyorum (4) ve Tamamen Katılıyorum (5)*" şeklinde derecelenmiş olup 1' den 5' e doğru puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça bağımlılık düzeyi artmakta ve internet bağımlılığına işaret etmektedir (Günüş ve Kayri, 2010).

Ölçekte bulunan maddeler bağımlılığı ölçer ve ölçekten alınacak en düşük puan 35, en yüksek puan ise 175 olmaktadır. 35 maddeden oluşan ölçeğin dört alt boyutu vardır; yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma, sosyal izolasyon. Ölçeğin toplam internet bağımlılığı puanı hesaplanabildiği gibi dört alt boyuta ilişkin puan da oluşmaktadır. İlk alt boyut olan "Yoksunluk"; , 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 ve 11 numaralı maddeleri, "Kontrol Güçlüğü" boyutunun 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 ve 21 numaralı maddeleri, "İşlevsellikte Bozulma" boyutunun 22, 23, 24, 25, 26, 27 ve 28 numaralı maddelerin, son alt boyut olan "Sosyal İzolasyon" boyutunun ise 29, 30, 31, 32, 33, 34 ve 35 numaralı maddeleri alt boyutlara alt puan verdiği görülmektedir.



Ölçeğin 35 maddeye ilişkin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı 0.94, dört alt boyutuna ilişkin toplan varyans % 47.46 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin toplam puanları üzerinden analizler yapılarak ölçek tek boyut olarak ele alınmıştır.

### 3.3.3. Ergenler için Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)

Phillips ve Power (2007) tarafından ergenlerin duygu düzenlemelerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ergenler için duygu düzenleme ölçeği, ergenlerin duygu düzenlemelerini içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme şeklinde sınıflayarak değerlendiren bir kendini değerlendirme aracıdır. Duy ve Yıldız (2014), ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmasını yapmışlardır. Ölçek toplam 18 maddeden oluşmaktadır ve beşli likert tipi derecelendirme ölçeği “Hiçbir zaman (1), Nadiren (2), Bazen (3), Çoğu zaman (4) ve Her zaman (5)” üzerinden puanlanmaktadır.

Ergenlerin duygu düzenleme yöntemlerini ölçmeyi amaçlayan ölçek “içsel işlevsel duygu düzenleme”, “dışsal işlevsel duygu düzenleme”, “içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme” ve “dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme” olarak tanımlanan dört alt boyuta sahiptir. Her bir alt boyutta yer alan maddelerin yanıtlarının toplanmasıyla dört ayrı puan elde edilmektedir. Bir alt boyuttan alınan toplam puan, bireyin ilgili duygu düzenleme yöntemine ne sıklıkta başvurduğunu göstermektedir. En yüksek puan elde edilen alt boyut, ergenin en sık başvurduğu duygu düzenleme yöntemidir. Alt boyutlardan alınan puanların yükselmesi ergenin o alt boyuta göre duygu düzenleme sıklığı arttığı, puanı düştükçe o yöntemin kullanma oranı düşmekte olduğu görülmektedir. Tersten puanlanan herhangi bir madde ölçekte bulunmamaktadır.

Ölçeğin, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılarak yapı geçerliğini test edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizleri (DFA) kapsamında ölçeğin orjinal çalışmada yapı test edilerek 19 madde üzerinden DFA yapılmış, açıklayıcı faktör analizinde farklı boyuta sahip olan 4. madde (“Dikkatimi hoşuma giden bir faaliyete yoğunlaştırırım.”) çıkarılmıştır. DFA bulgularında 4. maddenin yer almasıyla standartlaştırılmış hata oranlarının yüksek olması nedeniyle iyi bir uyum göstermediği görülmüş ve analizlerden çıkarılmıştır.

Ölçeğin güvenilirliği için iç tutarlılık katsayıları ve test-tekrar test güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Ölçekte her alt boyutun iç tutarlılığını gösteren Cronbach Alfa

katsayı sırasıyla dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .59, içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .74, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .76, ve içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .68 ve olarak bulunmuştur. Ölçeğin iki hafta ara ile 175 öğrenciye uygulanması sonucunda elde edilen test-tekrar test güvenilirlik katsayısı sırasıyla dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .52, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .70, içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .51 ve içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .56 olarak bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda EİDDÖ'nün ergenler üzerinde yeterli düzeyde geçerlik ve güvenilirlik değerlerine sahip olduğu bulunmuştur.

EİDDÖ'nün dört alt boyutların kuramsal altyapısına göre belirtilen duygu düzenleme yöntemlerini içermektedir.

**İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme:** kendine zarar vermek, ruminasyon, bastırma, olumsuz sosyal karşılaştırma ve gerçekten uzaklaşma (derealization)

**İçsel işlevsel duygu düzenleme:** olumlu yeniden değerlendirme, amaçların değiştirilmesi, plan yapmak, bakış açısını oturtmak, dikkatini vermek

**Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme:** zorbalık yapmak, sözlü saldırı, fiziksel saldırı, eşyalara vurmak ya da kırmak, başkalarını kötü hissettirmeye çalışmak

**Dışsal işlevsel duygu düzenleme:** duyguları ifade etmek, tavsiye arama, fiziksel ilişki kurmak ve egzersiz yapmak

### 3.3.4. Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI)

Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI) Schaefer ve Bell (1958) tarafından geliştirilmiştir. Her biri beşer maddelik 23 alt ölçekten oluşan 115 maddelik bir ölçektir. Güney Le Compte, Ayhan Le Compte ve Serap A. Özer (1978) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak anne babaların çocukların tutumlarını ölçmeyi amaçlamıştır. Türkçeye çevrildiğinde anlam kaybına neden olabilecek maddeler çıkarılarak toplam 60 madde sayısı saptanmıştır. PARI aile hayatı ve çocuk yetiştirme tutumu ölçeğinin Türkçe formunun geçerliliği Psikolog Şenay A. Küçük (1982) tarafından Boğaziçi Üniversitesi'nde yapılmıştır (Kabaklıoğlu, 1991). Ölçekteki maddeler soru şeklinde olmayıp olumlu ve olumsuz ifadeleri içermektedir. Toplam ölçek 60 madde ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. 4'lü Likert tipi olan ölçeğin derecelenmesi "*Çok uygun*

*buluyorum*” (4), “*Oldukça uygun buluyorum*” (3), “*Biraz uygun buluyorum*” (2), “*Hiç uygun bulmuyorum*” (1) şeklindedir. Her madde için işaretlenen seçenek numarası, madde puanı olarak değerlendirilir. Ölçeğin değerlendirilmesinde yüksek puan olumlu, düşük puan ise olumsuz aile hayatı ve çocuk yetiştirme tutumunu göstermektedir. Bu alt boyutlar; aşırı annelik (aşırı koruyuculuk), demokratik tutum ve eşitlik tanıma, ev kadınlığı rolünü reddetme, geçimsizlik (aile içi çatışma) ve sıkı disiplindir.

**1-Aşırı Koruyuculuk:** 16 maddeden oluşan bu boyut aşırı kontrol, müdahalecilik, çocuktan bağımlı ve çalışkan olmasını isteme, annenin fedakar olması ve çocuğun bunu anlaması gerektiği gibi özellikleri kapsamaktadır. Aşırı koruyuculuk, annenin çocuğa zorla müdahalesini, anne- babaya olan çocuğun bağımlılığını ölçmektedir. Bu boyutun maddeleri;

Maddeler: 1, 3, 4, 7, 11, 12, 14, 26, 27, 28, 32, 34, 36, 46, 51, 57.

**2- Demokratik Tutum ve Eşitlik:** Çocuğa eşit haklar tanıma, fikirlerini açıkça belirtmesini destekleme, çocukla arkadaşlık etme ve birçok şey paylaşma gibi konuları içeren 9 sorudan oluşmaktadır. Anne ve babanın cesaret verici konuşmalarını, çocukla paylaşma onayını kapsamaktadır. Bu boyutun maddeleri;

Maddeler: 2, 13, 18, 22, 29, 37, 44, 45, 59.

**3- Ev Kadınlığı Reddetme:** Kadının kendi annesi ya da başkalarına bağımlılığını desteklemek, sinirlilik hali, çocukla uzun süre bir arada kalmaktan hoşlanmama, yeni doğan bebeğin bakımından ürkmek gibi konuları kapsayan 13 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler evde sessiz duran kadının mutsuzluk durumunu, ev ve çocuklara bakma görevi ile ilgili doyumsuzluğu ölçmektedir. Boyutun maddeleri:

Maddeler: 6, 9, 16, 17, 21, 23, 31, 38, 41, 42, 49, 52, 55.

**4- Karı-Koca Geçimsizliği:** Eşler arasındaki geçimsizliğin çocuk yetiştirmedeki etkisi, kocanın düşüncesizliği ve anneye yardımcı olmayışı konuları kapsayan 6 maddeden oluşur. Genel olarak çiftlerin evliliklerinde ne derece ayrılıkların olabileceği konusunu belirler. Boyutun maddeleri:

Maddeler: 8, 19, 33, 40, 48, 54.

**5- Baskı ve Sıkı Disiplin:** Olumsuz çocuk yetiştirme tutumunu gösteren bu boyut saldırganlık, cinsel davranışları bastırma, sıkı disipline inanma, çocuğu zorlama ve anne-babanın çocuklar üzerine hakimiyet kurmanın gerekliliğine inanma gibi konuları içeren 16 maddeden oluşmaktadır. Cezalandırma, katı disiplin ve baskıya çocuğun verdiği tepkiye genel anne-baba tutumlarını ölçer.

Maddeler: 5, 10, 15, 20, 24, 25, 30, 35, 39, 43, 47, 50, 53, 56, 58, 60.

### **3.4. Veri Çözümleme Teknikleri**

Araştırmanın verilerinin yüklenmesinde ve çözümlenmesinde Statistical Package for the Social Sciences'ın (SPSS) 21.00 versiyonu kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde daha öncede bahsedildiği gibi şu aşamalar izlenerek analizler yapılacaktır;; A) Öğrencilere ait bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki etkileri; A1) Öğrencilerin internet bağımlılıklarının değerlendirilmesine yönelik algıları aritmetik ortalamalarının ailelerinin tutumlarına göre değişkenlik gösterip göstermediği; A2) Öğrencilerin internet bağımlılıklarının değerlendirilmesine yönelik algıları aritmetik ortalamalarının ailelerinin demografik değişkenlerine göre değişkenlik gösterip göstermediği A3) Öğrencilerin internet bağımlılıklarının değerlendirilmesine yönelik algının aritmetik ortalamalarının cinsiyete göre değişkenlik gösterip göstermediği ve gösteriyorsa eğer, cinsiyetin öğrenci algıları üzerindeki bağımsız etkisini gösteren varyans analizi.

### **3.5. Araştırmanın Geçerlilik ve Güvenilirlik Analizi**

Araştırmada kullanılan anket formunda yer alan ölçekler, ilgili kavramlar üzerine yapılmış birçok araştırmada kullanılan, geçerliliği ve güvenilirliği test edilen ölçeklerdir. Bu doğrultuda, yapılan çalışmada kullanılmış olan örgütsel adaletin bir boyutu olan etkileşimsel adalet, algılanan örgütsel destek ve örgütsel bağlılığın bir boyutu olan duygusal bağlılık ölçeklerinin güvenilirlik analizleri yapılmıştır. “Güvenilirlik kavramı yapılan her ölçüm için gereklidir, çünkü güvenilirlik bir test ya da ankette yer alan soruların birbirleri ile olan tutarlılığını ve kullanılan ölçeğin ilgilenilen sorunu ne derece yansıttığını ifade eder. Güvenilirlik, elde edilen ölçümler üzerindeki yorumlar ve daha sonra ortaya çıkabilecek analizler için bir temel teşkil eder. Güvenilirlik analizi ölçmede kullanılan testlerin, anketlerin ya da ölçeklerin özelliklerini ve güvenilirliklerini değerlendirmek üzere geliştirilmiş bir yöntemdir. Güvenilirlik analizi ile toplam skorların

söz konusu olduğu Likert. Q tipi vb. ölçeklerin güvenilirliğini belirleyen katsayılar hesaplanır ve ölçekte yer alan sorular arasındaki ilişkiler hakkında bilgi edinilir.

Bu yöntem, ölçekte yer alan k sorusunun homojen bir yapı gösteren bir bütünü ifade edip etmediğini araştırır. Ağırlıklı standart değişim ortalamasıdır ve bir ölçekteki k sorusunun varyansları toplamının genel varyansa oranlanması ile elde edilir. 0 ile 1 arasında değer alan bu katsayı (Cronbach) Alfa katsayısı olarak adlandırılır.” (Kalaycı, 2008).

Alfa ( $\alpha$ ) katsayısına bağlı olarak ölçeğin güvenilirliği aşağıdaki gibi yorumlanır:

- $0,00 \leq \alpha < 0,40$  ise ölçek güvenilir değildir,
- $0,40 \leq \alpha < 0,60$  ise ölçek düşük güvenilirliktedir,
- $0,60 \leq \alpha < 0,80$  ise ölçek oldukça güvenilirdir,
- $0,80 \leq \alpha < 1,00$  ise ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçektir.

Uygulama için İstanbul ilinde 300 bireye ölçeğe aracı uygulanmıştır. Ölçeğin uygulama sonucunda elde edilen Alpha Cronbach katsayıları Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1. Ölçeklerin güvenilirlik analizi**

Değişkenler	Güvenilirlik Katsayısı
Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)	,614
İnternet Bağımlılık Ölçeği	,855
Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARİ)	,790

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Çalışmadan elde edilen veriler aşağıda açıklamalarıyla tablolar halinde verilmiştir.

#### 4.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Demografik değişkenler; bilimsel araştırmalar kapsamında elde edilen ve genellikle düzensiz olan verilerin yapısını ortaya çıkarmak için kullanılan testlerdir diğer bir ifade ile bilimsel araştırmalar kapsamında elde edilen ham verinin işlenmesi sürecinde kullanılmaktadır.

Tanımlayıcı istatistik testleri kapsamında önce araştırmaya katılan veri grubunun “kişisel bilgi formu” kapsamında yanıtladığı sorulara; cinsiyet, yaş, öğrenim düzeyi, bilgisayara sahip olma, interneti kullanma süresi, interneti kullanma amacı, interneti kullanma yeri, ebeveynlerin yaşı, çalışma durumu ve eğitim durumuna ilişkin cevaplar analiz edilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin demografik bilgileri dağılımları

		N	%
<b>Cinsiyetiniz</b>	Erkek	73	52,9%
	Kadın	65	47,1%
<b>Sınıfınız</b>	7	72	52,2%
	8	65	47,1%
<b>Kardeş Sayınız</b>	1	18	13,3%
	2	53	39,3%
	3	48	35,6%
	4	15	11,1%
	Diğer	1	0,7%
<b>Evde Bilgisayar Var Mı?</b>	Evet	102	73,9%
	Hayır	36	26,1%
<b>Günlük Olarak İnternet Kullanma Süreniz Ne Kadar</b>	1 Saatten Az	27	19,6%
	1 Veya 2 Saat	43	31,2%
	3 Veya 4 Saat	49	35,5%
	5 Saat Ve Üzeri	19	13,8%

Araştırmaya dahil edilen örneklem grubunun % 52,9'unu (73 kişi) erkek, % 47,1'ini (65 kişi) kadın bireyler oluşturmaktadır. Öğrencilerin , % 52,2'si (72 kişi) yedinci sınıf ve % 47,8'i (65 kişi) sekizinci sınıf okumaktadır. Kardeş sayısı bakımından incelendiğinde ise bir kardeşe sahip olan 18 öğrenci, iki kardeşe sahip olan 53 öğrenci, 3 kardeşe sahip olan 48 öğrenci, ve dört kardeşe sahip olan 15 öğrenci bulunmaktadır.

**Tablo 3. Öğrencilerin internet kullanma amaçlarına göre dağılımları**

		Yanıtlar		Grup İçi Yüzde
		N	%	
İnterneti Kullanma Amaçları	Ödev Yapma	110	21,4%	79,7%
	Film İzleme	78	15,2%	56,5%
	Araştırma Yapma	92	17,9%	66,7%
	Oyun Oynama	93	18,1%	67,4%
	Müzik Dinleme	98	19,1%	71,0%
	Diğer	42	8,2%	30,4%
Toplam		513	100,0%	371,7%

Öğrencilerin internet kullanma amaçlarına göre dağılımları Tablo 3' de verilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin % 21,4'ü (110 kişi) ödev yapma, % 15,2'si (78 kişi) film izleme, % 17,9'u (92 kişi) araştırma yapma, % 18,1'i (93 kişi) oyun oynama, % 19,1'i (98 kişi) müzik dinleme amacıyla internet kullanmaktadır.

**Tablo 4. Öğrencilerin internet kullanma yerlerine göre dağılımları**

		N	%
İnternet Kullanım Yeri	Ev	118	85,5%
	İnternet Cafe	27	19,6%
	Okul	10	7,2%
	Cep Telefonu / Tablet	115	83,3%

İnternet kullanma yerleri öğrencilerin imkanları ve tercihlerine göre değişmektedir. Bu nedenle öğrencilerin internet kullandığı ortamlara bakılmıştır. Tablo 4.3' de internet kullanım yerleri gösterilmiştir. Öğrencilerin % 85,5'i (118 kişi) evde, % 19,6'sı (27 kişi) internet kafede, % 7,2'si (10 kişi) okulda, % 83,3'ü (115 kişi) cep telefonu/tablette internet kullanmayı tercih ettikleri bulunmuştur.

**Tablo 5. İnternet kullanan kişilere göre dağılımlar**

		N	%
İnternet Kullanan Kişiler	Anne	111	80,4%
	Baba	110	79,7%
	Kardeşler	112	81,2%
	Birlikte Yaşadığımız Akrabalar	17	12,3%

İnternet kullanan kişilere göre evlerinde kendileri hariç annesi internet kullanan 111 kişi, babası internet kullanan 110 kişi, kardeşleri interneti kullanan 112 kişi ve birlikte yaşadığı akrabaların toplam 17 kişi interneti kullandığı Tablo 4.4' te görülmektedir (Tablo 4.4).

**Tablo 6. Ebeveynlerin yaşları açısından dağılımları**

	N	Min.	Max.	Ortalama	Ss (±)
Anne Yaşı	85	27	57	40,20	5,750
Baba Yaşı	85	31	62	44,71	6,141

Araştırmaya katılan ebeveynlerin yaşlarının ortalamasına bakıldığında öğrencilerin annelerinin yaşları 27-57 arasındadır ve ortalama  $40,20 \pm 5,75$ ' dir. Babalarının yaşları ise 31-62 arasındadır ve ortalama  $44,71 \pm 6,14$ ' dür.

**Tablo 7. Annelerin eğitim durumları açısından dağılımları**

	N	%	Geçerli Yüzde	Yığılmış Yüzde
İlkokul Mezunu	36	42,4	42,4	42,4
Ortaokul Mezunu	20	23,5	23,5	65,9
Lise Mezunu	26	30,6	30,6	96,5
Üniversite Mezunu	3	3,5	3,5	100,0
Toplam	85	100,0	100,0	

Araştırmaya katılan örneklem grubunun annesi ilkokul mezunu olan 36 kişi ortaokul mezunu olan 20 kişi, lise mezunu olan 26 kişi, üniversite mezunu olan 3 kişi bulunmaktadır.

**Tablo 8. Babaların eğitim durumları açısından dağılımları**

	N	%	Geçerli Yüzde	Yığılmış Yüzde
İlkokul Mezunu	24	28,2	28,2	28,2
Ortaokul Mezunu	27	31,8	31,8	60,0
Lise Mezunu	29	34,1	34,1	94,1
Üniversite Mezunu	5	5,9	5,9	100,0
Toplam	85	100,0	100,0	



Araştırmaya katılan örneklem grubunun babası ilkokul mezunu olan 24 kişi ortaokul mezunu olan 27 kişi, lise mezunu olan 29 kişi, üniversite mezunu olan 5 kişi bulunmaktadır.

**Tablo 9. Annelerin iş durumları açısından dağılımları**

	N	%	Geçerli Yüzde	Yığılmış Yüzde
Ev Hanımı	69	81,2	81,2	81,2
Düzenli Bir İşi Var	16	18,8	18,8	100,0
Toplam	85	100,0	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilerden annelerinin çalışma durumlarına bakıldığında, ev hanımı olan 69 kişi, düzenli bir işi olan 16 kişi bulunmaktadır.

**Tablo 10. Babaların iş durumları açısından dağılımları**

	N	%	Geçerli Yüzde	Yığılmış Yüzde
Çalışmıyor	6	7,1	7,1	7,1
Düzenli Bir İşi Var	79	92,9	92,9	100,0
Toplam	85	100,0	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilerin babalarının çalışma durumlarına bakıldığında çalışmayan 6 kişi, düzenli bir işi olan 79 kişi bulunmaktadır.

**Tablo 11. Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği**

	N	Min.	Max.	Ortalama	Ss (±)
Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği: PARİ	85	1,92	4,15	2,6770	,38852

Araştırmaya katılan ebeveynlerin PARİ ölçeğine verdikleri cevaplar 1,92 ile 4,15 arasındadır ve ortalama  $2,67 \pm ,38$ dir.

#### 4.2. İnternet Bağımlılık Ölçeğine İlişkin Bulgular

İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden (İBÖ) elde edilen verilerin analizi sonucunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

**Tablo 12. İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden elde edilen ortalama puanlar**

	N	Min.	Max.	Ortalama	Ss (±)
Yoksunluk	138	1,00	4,64	2,6298	,82612
Kontrol Güçlüğü	138	1,00	4,60	2,0191	,74689
İşlevsellikte Bozulma	138	1,00	4,50	1,8324	,72187
Sosyal İzolasyon	138	1,00	4,00	1,7300	,69237

Araştırmanın ölçeği olan internet bağımlılığı ölçeğinin alt boyutu olan yoksunluk puan değerleri 1,00-4,64 arasında olmakta ve ortalama 2,629'dur. Kontrol güçlüğü alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,60 arasında olmakta ve ortalama 2,019'dur. İşlevsellikte bozulma alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,50 arasında olmakta ve ortalama 1,832'dir. Sosyal izolasyon alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,00 arasında olmakta ve ortalama 1,730'dır. İnternet bağımlılık ölçeğinin alt boyutları arasında en yüksek ortalamaya sahip boyut 2,6298 ortalama ile yoksunluk boyutudur.

**Tablo 13. Öğrencilerin cinsiyeti ve İnternet Bağımlılık Ölçeği**

	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss (±)	P
Yoksunluk	Kadın	66	2,5000	,85329	,640
	Erkek	72	2,7487	,78759	
Kontrol Güçlüğü	Kadın	66	1,9591	,73589	,693
	Erkek	72	2,0741	,75777	
İşlevsellikte Bozulma	Kadın	66	1,7197	,62175	,030
	Erkek	72	1,9358	,79307	
Sosyal İzolasyon	Kadın	66	1,7229	,66577	,872
	Erkek	72	1,7364	,72049	

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyeti ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin puanlarına bakıldığında yoksunluk, kontrol güçlüğü ve sosyal izolasyon alt boyutlarına ilişkin yapılan Independent-Samples T-testi sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Diğer bir ifade ile kız ve erkek öğrencilerin algılarına göre yoksunluk, kontrol güçlüğü ve sosyal izolasyon alt boyutlarının düzeyleri aynı seviyededir. Ölçeğin alt boyutu olan işlevsellikte bozulma, öğrencilerin cinsiyetine ilişkin Independent-Samples T-testi sonuçlarına bakıldığında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p>0,05$ ). Erkek öğrencilerin, kız öğrencilere göre işlevsellikte bozulma ortalamaları daha yüksek çıktığı görülmektedir.

**Tablo 14. Sınıf ile İnternet Bağımlılığı arasındaki ilişki**

	Sınıf	N	Ortalama	Ss (±)	P
Yoksunluk	7	73	2,5504	,80701	,118
	8	65	2,7189	,84439	
	Total	138	2,6298	,82612	
Kontrol Güçlüğü	7	73	1,9288	,68445	,203
	8	65	2,1205	,80458	
	Total	138	2,0191	,74689	
İşlevsellikte Bozulma	7	73	1,6866	,71265	,038
	8	65	1,9962	,70190	
	Total	138	1,8324	,72187	
Sosyal İzolasyon	7	73	1,6813	,66917	,837
	8	65	1,7846	,71879	
	Total	138	1,7300	,69237	

Araştırmaya katılan öğrencilerin ait olduğu sınıf ile İnternet Bağımlılık Ölçeğinin puanlarına bakıldığında yoksunluk, kontrol güçlüğü, ve sosyal izolasyon alt boyutuna ilişkin One-Way ANOVA sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Farklı sınıftaki öğrencilerin algılarına göre internet bağımlılık ölçeğinin yoksunluk, kontrol güçlüğü, ve sosyal izolasyon alt boyutları düzeyleri aynı seviyede olduğu söylenebilir. İşlevsellikte bozulma alt boyutu sınıf ile puanlarına bakıldığında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p>,038$ ). İşlevsellikte bozulma alt boyutu sınıflara göre aynı seviyede değildir. 8. sınıfa giden öğrencilerin, 7. sınıf öğrencilerine göre ortalaması daha yüksek çıkmıştır.

**Tablo 15. Öğrencilerin bilgisayara sahip olma durumuna göre İBÖ'den elde edilen puanların karşılaştırılması**

	Yanıt	N	Ortalama	Ss (±)	P
Yoksunluk	Evet	102	2,6239	,82738	,888
	Hayır	36	2,6465	,83398	
	Toplam	138	2,6298	,82612	
Kontrol Güçlüğü	Evet	102	1,9876	,76656	,406
	Hayır	36	2,1083	,69050	
	Toplam	138	2,0191	,74689	
İşlevsellikte Bozulma	Evet	102	1,8113	,73621	,564
	Hayır	36	1,8924	,68606	
	Toplam	138	1,8324	,72187	
Sosyal İzolasyon	Evet	102	1,7565	,70126	,450
	Hayır	36	1,6548	,67039	
	Toplam	138	1,7300	,69237	

Araştırmaya katılan öğrencilerin bilgisayara sahip olma durumuna göre İnternet Bağımlılık Ölçeğinin puanlarına bakıldığında yoksunluk, kontrol gücüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt boyutlarına ilişkin One-Way Anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 16. Öğrencilerin günlük internet kullanımına göre İBÖ'den elde edilen puanlar karşılaştırılması**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
Yoksunluk	1 Saatten Az	27	2,1785	,76663	,000
	1 Veya 2 Saat	43	2,3848	,78375	
	3 Veya 4 Saat	49	2,9128	,76195	
	5 Saat Ve Üzeri	19	3,0957	,68399	
	Toplam	138	2,6298	,82612	
Kontrol Gücüğü	1 Saatten Az	27	1,7667	,68106	,001
	1 Veya 2 Saat	43	1,7915	,67902	
	3 Veya 4 Saat	49	2,1980	,71603	
	5 Saat Ve Üzeri	19	2,4316	,80419	
	Toplam	138	2,0191	,74689	
İşlevsellikte Bozulma	1 Saatten Az	27	1,5509	,61165	,004
	1 Veya 2 Saat	43	1,6890	,67058	
	3 Veya 4 Saat	49	1,9668	,74642	
	5 Saat Ve Üzeri	19	2,2105	,72295	
	Toplam	138	1,8324	,72187	
Sosyal İzolasyon	1 Saatten Az	27	1,5238	,55186	,375
	1 Veya 2 Saat	43	1,7481	,75086	
	3 Veya 4 Saat	49	1,8047	,68803	
	5 Saat Ve Üzeri	19	1,7895	,73981	
	Toplam	138	1,7300	,69237	

Öğrencilerin günlük internet kullanımı ile İBÖ Ölçeğinin alt boyutlarının puanlarına ilişkin One-Way ANOVA analizi yapılmıştır. Tablo 16' da Yoksunluk, kontrol gücüğü ve işlevsellikte bozulma alt boyutlarına bakıldığında öğrencilerin günlük internet kullanımı puanlarına ilişkin One-Way ANOVA sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yoksunluk, kontrol gücüğü ve işlevsellikte bozulma alt boyutlarının internet kullanımı süresi incelendiğinde ortalamının üzerinde olan 3 ve ya 4 saat, ve 5 saat ve üzeri internet kullanımı olduğunu belirten toplam 68 kişi bulunmaktadır.

İBÖ Ölçeğinin alt boyutu olan sosyal izolasyonun günlük internet kullanım puanlarına bakıldığında yapılan One-Way ANOVA sonuçlarına göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>,375$ ). Öğrencilerin günlük internet kullanımına göre sosyal izolasyon alt boyutu düzeyleri aynı seviyededir.

**Tablo 17. Anne eğitim durumlarına göre İBÖ'den elde edilen puanların karşılaştırılması**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
Yoksunluk	İlkokul Mezunu	36	2,8687	,95555	,347
	Ortaokul Mezunu	20	2,4318	,75421	
	Lise Mezunu	26	2,7098	,82923	
	Üniversite Mezunu	3	2,6061	,18924	
	Toplam	85	2,7080	,86268	
Kontrol Güçlüğü	İlkokul Mezunu	36	2,3028	,94491	,300
	Ortaokul Mezunu	20	2,0100	,67738	
	Lise Mezunu	26	1,9462	,64822	
	Üniversite Mezunu	3	1,9333	,32146	
	Toplam	85	2,1118	,79439	
İşlevsellikte Bozulma	İlkokul Mezunu	36	2,0799	,76890	,148
	Ortaokul Mezunu	20	1,7250	,69609	
	Lise Mezunu	26	1,7644	,61576	
	Üniversite Mezunu	3	1,5000	,45069	
	Toplam	85	1,8794	,71116	
Sosyal İzolasyon	İlkokul Mezunu	36	1,8135	,81946	,682
	Ortaokul Mezunu	20	1,6143	,61331	
	Lise Mezunu	26	1,8516	,68271	
	Üniversite Mezunu	3	1,6190	,43644	
	Toplam	85	1,7714	,71944	

Araştırmaya katılan ebeveynlerin ilkokul, ortaokul, lise, ve üniversite eğitim durumuna göre İnternet Bağımlılık Ölçeğinin puanlarına bakıldığında ölçeğin yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt boyuna ilişkin yapılan One-Way ANOVA sonuçlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 18. Baba eğitim durumlarına göre İBÖ'den elde edilen puanların karşılaştırılması**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
Yoksunluk	İlkokul Mezunu	24	2,7576	,98922	,891
	Ortaokul Mezunu	27	2,7778	,78298	
	Lise Mezunu	29	2,6238	,86780	
	Üniversite Mezunu	5	2,5818	,79148	
	Toplam	85	2,7080	,86268	
Kontrol Güçlüğü	İlkokul Mezunu	24	2,1458	,89975	,798
	Ortaokul Mezunu	27	2,0222	,65182	
	Lise Mezunu	29	2,2000	,87831	
	Üniversite Mezunu	5	1,9200	,52154	
	Toplam	85	2,1118	,79439	
İşlevsellikte Bozulma	İlkokul Mezunu	24	2,1250	,78799	,177
	Ortaokul Mezunu	27	1,8657	,62685	
	Lise Mezunu	29	1,6897	,70760	
	Üniversite Mezunu	5	1,8750	,60596	
	Toplam	85	1,8794	,71116	
Sosyal İzolasyon	İlkokul Mezunu	24	2,7576	,98922	,891
	Ortaokul Mezunu	27	2,7778	,78298	
	Lise Mezunu	29	2,6238	,86780	
	Üniversite Mezunu	5	2,5818	,79148	
	Toplam	85	2,7080	,86268	

Araştırmaya katılan ebeveynlerin baba eğitim durumuna göre İnternet Bağımlılık Ölçeğinin puanlarına bakılmıştır. Yapılan One-Way ANOVA sonuçlarına göre İnternet bağımlılık ölçeğinin yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulmak ve sosyal izolasyon alt boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 19. İnterneti kullanım yerine göre İBÖ'den elde edilen puanların karşılaştırılması**

	İnternet Kullanım Yeri							
	Ev		İnternet Cafe		Okul		Cep Telefonu / Tablet	
	Ortalama	%	Ortalama	%	Ortalama	%	Ortalama	%
<b>Yoksunluk</b>	2,61	83,3	2,76	19,6	2,86	8,0	2,61	85,5
<b>Kontrol Güçlüğü</b>	2,00	83,3	2,18	19,6	2,35	8,0	2,00	85,5
<b>İşlevsellikte Bozulma</b>	1,82	83,3	2,06	19,6	2,23	8,0	1,80	85,5
<b>Sosyal İzolasyon</b>	1,75	83,3	1,93	19,6	2,00	8,0	1,70	85,5

Araştırmaya katılan öğrencilerden interneti evde kullananların yoksunluk alt boyutuna ilişkin puanları 2,61, kontrol gücülüğü alt boyutuna ilişkin puanları 2,00, işlevsel bozulma alt boyutuna ilişkin puanları 1,82, sosyal izolasyon alt boyutuna ilişkin puanları 1,75'dir. Araştırmaya katılan öğrencilerden interneti internet kafede kullananların yoksunluk alt boyutuna ilişkin puanları 2,76, kontrol gücülüğü alt boyutuna ilişkin puanları 2,18, işlevsel bozulma alt boyutuna ilişkin puanları 2,06, sosyal izolasyon alt boyutuna ilişkin puanları 1,93'tür. Araştırmaya katılan öğrencilerden interneti okulda kullananların yoksunluk alt boyutuna ilişkin puanları 2,86, kontrol gücülüğü alt boyutuna ilişkin puanları 2,35, işlevsel bozulma alt boyutuna ilişkin puanları 2,23, sosyal izolasyon alt boyutuna ilişkin puanları 2,00'dır. Araştırmaya katılan öğrencilerden interneti cep telefonu/tablet de kullananların yoksunluk alt boyutuna ilişkin puanları 2,61, kontrol gücülüğü alt boyutuna ilişkin puanları 2,00, işlevsel bozulma alt boyutuna ilişkin puanları 1,80, sosyal izolasyon alt boyutuna ilişkin puanları 1,70'dir.

**Tablo 20. İnternet Bağımlılığı Ölçeği ile Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeğinin cinsiyetler açısından dağılımları**

		Yoksunluk	Kontrol Gücülüğü	İşlevsellikte Bozulma	Sosyal izolasyon
		Ortalama	Ortalama	Ortalama	Ortalama
Cinsiyet	Kadın	2,50	1,96	1,72	1,72
	Erkek	2,75	2,07	1,94	1,74
		İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme
		Ortalama	Ortalama	Ortalama	Ortalama
Cinsiyet	Kadın	3,57	1,66	2,37	3,03
	Erkek	3,63	1,87	2,48	3,09

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetleri, internet bağımlılığı ve duygu düzenleme ölçekleri açısından incelendiğinde internet bağımlılığı ölçeğinin alt boyutları olan yoksunluk alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 2,50 erkek öğrencilerde 2,75, kontrol gücülüğü alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 1,96 erkek öğrencilerde 2,07, işlevsellikte bozulma alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 1,72 erkek öğrencilerde 1,94 ve sosyalizasyon alt boyutu kız öğrencilerde 1,72 erkek öğrencilerde 1,74'dür. Ergenler için duygu düzenleme ölçeğinin alt boyutları olan içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 3,57 erkek öğrencilerde olan ortalama 3,63 dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 1,66 erkek öğrencilerde

ortalama 1,87, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 2,37 erkek öğrencilerde ortalama 2,48 ve dışsal işlevsel duygu düzenleme kız öğrencilerde ortalama 3,03, erkek öğrencilerde ortalama 3,09'dur.

**Tablo 21. İnternet Bağımlılığı Ölçeği ile Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeğinin karşılaştırılması**

		EİDDÖ	Yoksunluk	Kontrol güçlüğü	İşlevsellik te bozulma	Sosyal izolasyon
EİDDÖ	PearsonCorrelati on	1	,360**	,348**	,283**	,340**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,001	,000
	N	138	138	138	138	138
Yoksunluk	PearsonCorrelati on	,360**	1	,682**	,508**	,465**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000
	N	138	138	138	138	138
Kontrol güçlüğü	PearsonCorrelati on	,348**	,682**	1	,583**	,478**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000
	N	138	138	138	138	138
İşlevsellikte bozulma	PearsonCorrelati on	,283**	,508**	,583**	1	,573**
	Sig. (2-tailed)	,001	,000	,000		,000
	N	138	138	138	138	138
Sosyal izolasyon	PearsonCorrelati on	,340**	,465**	,478**	,573**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	
	N	138	138	138	138	138

Araştırmanın ölçeklerinden ergenler için duygu düzenleme ölçeği ile internet bağımlılığı ölçeğinin alt boyutlarının ilişkisini incelemek için yapılan Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda ergenler için duygu düzenleme ölçeğinin; içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme, içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutları ile internet bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk, kontrol güçlüğü işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt boyutlarının hepsinde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.



### 4.3. Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeğine İlişkin Bulgular

Tablo 22. EİDDÖ elde edilen ortalama puanlar

	N	Min.	Max.	Ortalama	Ss (±)
İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	138	1,00	5,00	3,6033	,77585
Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	138	1,00	4,00	1,7710	,69179
İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	138	1,00	4,20	2,4275	,80770
Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme	138	1,00	5,00	3,0634	,82395

Araştırmanın ölçeği olan ergenler için duygu düzenleme ölçeğinin alt boyutlarının ortalama puanları Tablo 22' de verilmiştir. İçsel işlevsel duygu düzenleme puan değerleri 1,00-5,00 arasında olmakta ve ortalama 3,603'tür. Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,00 arasında olmakta ve ortalama 1,771'dir. İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,20 arasında olmakta ve ortalama 2,427'dir. Dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-5,00 arasında olmakta ve ortalama 3,063'tür. EİDDÖ'nin alt boyutlardan alınan puanlar yükseldikçe ergenin o alt boyuta göre duygu düzenleme yönteminin sıklığı da artmaktadır. Tablo 22' de ergenlerin içsel işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarını daha fazla kullandıkları görülmektedir.

Tablo 23. Öğrencilerin cinsiyetine göre EİDDÖ' den elde edilen puanların ilişkisi

	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss (±)	P
İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	Kadın	66	3,5720	,80952	,652
	Erkek	72	3,6319	,74820	,653
Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	Kadın	66	1,6636	,58930	,081
	Erkek	72	1,8694	,76483	,078
İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	Kadın	66	2,3727	,84116	,447
	Erkek	72	2,4778	,77826	,449
Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme	Kadın	66	3,0303	,87543	,653
	Erkek	72	3,0938	,77872	,655

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyeti ve EİDDÖ Ölçeğinin puanlarına Tablo 23'e bakıldığında içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutlarına ilişkin Independent-Samples T-

testi sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Kız ve erkek öğrencilerin içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemlerinin düzeyleri aynı seviyede olduğu görülmektedir.

Öğrencilerin cinsiyeti ve EİDDÖ ve içsel işlevsel olmayan alt boyutlarına bakıldığında kız ve erkek öğrenciler arasında yapılan Independent-Samples T-testi sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme yöntemini tercih ettiği ortalamaya göre yorumlanır.

**Tablo 24. Öğrencilerin sınıfına göre EİDDÖ' den elde edilen puanların ilişkisi**

	Sınıf	N	Ortalama	Ss (±)	P
İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	7	73	3,7671	,74574	,053
	8	65	3,4192	,77322	
	Total	138	3,6033	,77585	
Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	7	73	1,7370	,64625	,624
	8	65	1,8092	,74282	
	Total	138	1,7710	,69179	
İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	7	73	2,4082	,83695	,252
	8	65	2,4492	,77945	
	Total	138	2,4275	,80770	
Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme	7	73	3,1849	,80798	,226
	8	65	2,9269	,82647	
	Total	138	3,0634	,82395	

EİDDÖ ile öğrencilerin ait olduğu sınıf arasında ilişki olup olmadığına bakmak için yapılan One-Way ANOVA sonucunda içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutları anlamlı bir farklılık olduğu bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 25. Öğrencilerin bilgisayar sahibi olmasına göre EİDDÖ' den elde edilen puanların ilişkisi**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	Evet	102	3,6422	,78705	,323
	Hayır	36	3,4931	,74279	
	Toplam	138	3,6033	,77585	
Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	Evet	102	1,7549	,71083	,647
	Hayır	36	1,8167	,64209	
	Toplam	138	1,7710	,69179	
İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	Evet	102	2,4137	,80605	,737
	Hayır	36	2,4667	,82254	
	Toplam	138	2,4275	,80770	
Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme	Evet	102	3,1201	,84558	,175
	Hayır	36	2,9028	,74708	
	Toplam	138	3,0634	,82395	

Bilgisayara sahip olmak, bireyin duygusal gelişimini, zaman yönetimini, gelişim dönemlerini olumlu ya da olumsuz etkileyebilmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin bilgisayara sahip olma durumuna bakıldığında EİDDÖ Ölçeğinin içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarına ilişkin yapılan One-Way ANOVA sonucunda anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 26. Ebeveynlerin eğitim durumuna göre EİDDÖ' den elde edilen puanların karşılaştırılması**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	İlkokul mezunu	36	3,3611	,80499	,332
	Ortaokul Mezunu	20	3,7000	,85301	
	Lise Mezunu	26	3,4904	,77615	
	Üniversite Mezunu	3	4,0000	,66144	
	Toplam	85	3,5029	,80687	
Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	İlkokul mezunu	36	2,0444	,69300	,006
	Ortaokul Mezunu	20	1,6200	,53074	
	Lise Mezunu	26	1,5462	,47179	
	Üniversite Mezunu	3	1,4667	,64291	
	Toplam	85	1,7718	,62955	
İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	İlkokul mezunu	36	2,6722	,75918	,182
	Ortaokul Mezunu	20	2,4800	,84704	
	Lise Mezunu	26	2,3308	,88352	
	Üniversite Mezunu	3	1,8000	,20000	
	Toplam	85	2,4918	,82147	
Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme	İlkokul mezunu	36	3,0069	,75708	,936
	Ortaokul Mezunu	20	3,0875	,88584	
	Lise Mezunu	26	2,9519	,86608	
	Üniversite Mezunu	3	3,1667	,52042	
	Toplam	85	3,0147	,80581	

Ebeveynler, aile içerisinde çocukların ilk sosyalleştikleri kişilerdir. Anne-babaların tutumları, davranışları, düşünceleri ve eğitim durumu çocuğun gelişimini doğrudan etkilemektedir. Çocuklar model aldığı ebeveynleri gibi düşünce, davranış ve duygu geliştirir. Tablo 26’ da araştırmaya katılan ebeveynlerin eğitim durumuna göre EİDDÖ Ölçeğinin puanlarına bakıldığında İçsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarında yapılan One-Way ANOVA sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutuna ilişkin One-Way ANOVA sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p>,006$ ). Ebeveynlerin eğitim durumlarından olan ilkokul mezunu ebeveynlerin ortalamasının üstünde olduğu görülmektedir.

#### 4.4.Aile Hayatı Ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeğine İlişkin Bulgular: PARI

**Tablo 27. PARI' den elde edilen ortalama puanlar**

	N	Min.	Max.	Ortalama	Ss (±)
Aşırı Koruyuculuk	85	1,88	4,00	2,9978	,43392
Demokratik Tutum Ve Eşitlik	85	2,11	3,56	2,8301	,35035
Ev Kadınlığını Reddetme	85	1,31	3,77	2,2733	,54542
Karı Koca Geçimsizliği	85	1,00	3,67	2,3843	,65819
Baskı Ve Sıkı Disiplin	85	1,63	7,00	2,6588	,64590

Araştırmanın ölçeklerinden biri olan aile hayatı ve çocuk yetiştirme tutumu ölçeğini dolduran ebeveynlerin tutumları Tablo 27’ de gösterilmiştir. Aşırı koruyuculuk alt boyutuna ait elde edilen puanlar 1,88-4,00 arasındadır ve ortalama 2,99’dur. Demokratik Tutum ve Eşitlik alt boyutuna ait puanlar 2,11-3,56 arasında ve ortalama 2,83’dır. Ev kadınlığını reddetme alt boyutuna ait puanlar 1,31-3,77 arasında ve ortalama 2,27’dır. Karı-koca geçimsizliği alt boyutuna ait puanlar 1,00-3,67 arasında ve ortalama 2,38’dır. Baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ait puanlar ise 1,63-7,00 arasındadır ve ortama 2,65’dır. Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeğinin alt boyutları arasında en yüksek ortalamaya sahip boyut 2,9978 ortalama ile aşırı koruyuculuk boyutudur.

**Tablo 28. Cinsiyete göre PARI' den elde edilen puanların karşılaştırılması**

	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss (±)	P
Aşırı Koruyuculuk	Kadın	42	2,9256	,42395	,130
	Erkek	43	3,0683	,43682	,130
Demokratik Tutum ve Eşitlik	Kadın	42	2,8519	,34676	,574
	Erkek	43	2,8088	,35662	,574
Ev Kadınlığını Reddetme	Kadın	42	2,2692	,51539	,946
	Erkek	43	2,2773	,57933	,946
Karı Koca Geçimsizliği	Kadın	42	2,4048	,60390	,779
	Erkek	43	2,3643	,71386	,779
Baskı ve Sıkı Disiplin	Kadın	42	2,5848	,41500	,299
	Erkek	43	2,7311	,80958	,297

PARI ölçeği ile öğrencilerin cinsiyeti arasındaki puanların karşılaştırılması için yapılan Independent-Samples T-testi sonucunda aşırı koruyuculuk, demokratik tutum ve eşitlik, ev kadınlığını reddetme, karı koca geçimsizliği ve baskı ve sıkı disiplin alt boyutlarına ilişkin anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 29. Sınıfa göre PARI' den elde edilen puanların karşılaştırılması**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
Aşırı Koruyuculuk	7	38	3,0049	,40462	,428
	8	47	2,9920	,46050	
	Total	85	2,9978	,43392	
Demokratik Tutum ve Eşitlik	7	38	2,7544	,32896	,263
	8	47	2,8913	,35854	
	Total	85	2,8301	,35035	
Ev Kadınlığını Reddetme	7	38	2,2834	,54367	,970
	8	47	2,2651	,55256	
	Total	85	2,2733	,54542	
Karı Koca Geçimsizliği	7	38	2,4211	,72050	,903
	8	47	2,3546	,60952	
	Total	85	2,3843	,65819	
Baskı ve Sıkı Disiplin	7	38	2,5806	,40398	,701
	8	47	2,7221	,78829	
	Total	85	2,6588	,64590	

Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf ile PARI Ölçeğinin puanlarına bakıldığında aşırı koruyuculuk ( $p>,428$ ), demokratik tutum ve eşitlik ( $p>,263$ ) alt boyutuna ilişkin One-Way ANOVA sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Ev kadınlığını reddetme ( $p>,970$ ), karı koca geçimsizliği ( $p>,903$ ) ve baskı ve sıkı disiplin ( $p>,701$ ) alt boyutuna ilişkin One-Way ANOVA sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır (Tablo 4.28).

**Tablo 30. Öğrencilerin bilgisayara sahip olma durumuna göre PARI' den elde edilen puanlar**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
Aşırı Koruyuculuk	Evet	59	3,0000	,46756	,944
	Hayır	26	2,9928	,35414	
	Toplam	85	2,9978	,43392	
Demokratik Tutum Ve Eşitlik	Evet	59	2,8060	,37966	,344
	Hayır	26	2,8846	,27122	
	Toplam	85	2,8301	,35035	
Ev Kadınlığını Reddetme	Evet	59	2,3012	,57214	,481
	Hayır	26	2,2101	,48385	
	Toplam	85	2,2733	,54542	
Karı Koca Geçimsizliği	Evet	59	2,3701	,68793	,766
	Hayır	26	2,4167	,59675	
	Toplam	85	2,3843	,65819	
Baskı ve Sıkı Disiplin	Evet	59	2,6706	,74819	,803
	Hayır	26	2,6322	,31934	
	Toplam	85	2,6588	,64590	

Öğrencilerin bilgisayara sahip olma durumuna göre ebeveynlerin doldurmuş olduğu PARI Ölçeğinin puanlarına bakıldığında aşırı koruyuculuk, demokratik tutum ve eşitlik, ev kadınlığını reddetme, karı koca geçimsizliği ve baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ilişkin One-Way ANOVA sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

**Tablo 31. Öğrencilerin günlük internet kullanımına göre PARI' den elde edilen puanlar**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
Aşırı Koruyuculuk	1 saatten az	17	2,9191	,38194	,553
	1 veya 2 saat	25	3,0425	,41760	
	3 veya 4 saat	29	2,9504	,46513	
	5 saat ve üzeri	14	3,1116	,46718	
	Toplam	85	2,9978	,43392	
Demokratik Tutum ve Eşitlik	1 saatten az	17	2,8758	,37860	,483
	1 veya 2 saat	25	2,7511	,34588	
	3 veya 4 saat	29	2,8276	,33804	
	5 saat ve üzeri	14	2,9206	,35520	
	Toplam	85	2,8301	,35035	
Ev Kadınlığını Reddetme	1 saatten az	17	2,2036	,51883	,183
	1 veya 2 saat	25	2,1385	,45345	
	3 veya 4 saat	29	2,3103	,61211	
	5 saat ve üzeri	14	2,5220	,54156	
	Toplam	85	2,2733	,54542	
Karı Koca Geçimsizliği	1 saatten az	17	2,3137	,64518	,284
	1 veya 2 saat	25	2,2267	,67337	
	3 veya 4 saat	29	2,4425	,66559	
	5 saat ve üzeri	14	2,6310	,60686	
	Toplam	85	2,3843	,65819	
Baskı ve Sıkı Disiplin	1 saatten az	17	2,5404	,38714	,034
	1 veya 2 saat	25	2,6000	,44231	
	3 veya 4 saat	29	2,5582	,40017	
	5 saat ve üzeri	14	3,1161	1,23789	
	Toplam	85	2,6588	,64590	

Öğrencilerin günlük internet kullanımına göre PARI Ölçeğinin puanlarına bakıldığında yapılan One-Way ANOVA sonuçlarına göre aşırı koruyuculuk ( $p>,553$ ),

demokratik tutum ve eşitlik ( $p>,483$ ), ev kadınlığını reddetme ( $p>,183$ ) ve karı koca geçimsizliği ( $p>,284$ ) alt boyutlarına ilişkin sonuçlarda anlamlı farklılık bulunmamıştır. Baskı ve sıkı disiplin alt boyutu ile öğrencilerin günlük internet kullanımını arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p>,034$ ). Baskı ve disiplin tutumuna sahip ailelerin gözü çocuğun üzerinden ayrılmaz. Çocuğun her hareketi, davranışı ebeveynleri tarafından kontrol edilir. Yapılan ölçek çalışması sonucunda baskı ve sıkı disiplin boyutunda öğrencilerin günlük internet kullanım süresinin daha az olması beklenilmektedir. İnternet kullanım süresi 3 veya 4 saat olarak belirten 29 öğrenci ve 5 saat ve üzeri internet kullanımını olduğunu belirten 14 öğrenci bulunmaktadır. Bu sonuç öğrencilerin, ebeveynlerinin baskı ve sıkı disiplin tutumlarından kaçış olarak interneti kullanmaları olarak yorumlanabilir.

**Tablo 32. Öğrencilerin interneti kullanma amaçlarına göre PARI 'den elde edilen puanlar**

	AMAÇ											
	Ödev Yapma		Film İzleme		Araştırma Yapma		Oyun Oynama		Müzik Dinleme		Diğer	
	Ortal ama	%	Ort alama	%	Ortal ama	%	Ortal ama	%	Ortal ama	%	Ort alama	%
Aşırı Koruyuculuk	2,97	79,0%	3,03	56,5%	2,92	66,7%	3,02	67,4%	2,99	71,0%	3,02	30,4%
Demokratik Tutum ve Eşitlik	2,82	79,0%	2,80	56,5%	2,79	66,7%	2,82	67,4%	2,82	71,0%	2,86	30,4%
Ev Kadınlığını Reddetme	2,26	79,0%	2,23	56,5%	2,23	66,7%	2,33	67,4%	2,29	71,0%	2,24	30,4%
Karı Koca Geçimsizliği	2,42	79,0%	2,38	56,5%	2,40	66,7%	2,48	67,4%	2,38	71,0%	2,42	30,4%
Baskı ve Sıkı Disiplin	2,66	79,0%	2,67	56,5%	2,54	66,7%	2,70	67,4%	2,65	71,0%	2,67	30,4%

Öğrencilerin interneti kullanma amaçları ve PARI ölçeğine ait puanlar Tablo 32’de verilmiştir. İnterneti kullanma amaçlarından olan ödev yapma; aşırı koruyuculuk alt boyutuna ilişkin puanları 2,97, demokratik tutum ve eşitlik alt boyutuna ilişkin puanları 2,82, ev kadınlığını reddetme alt boyutuna ilişkin puanları 2,26, karı koca geçimsizliği alt boyutuna ilişkin puanları 2,42, baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ilişkin puanları ise 2,66’dır.

Film izlemek amacı olan internet kullanımının, aşırı koruyuculuk alt boyutuna ilişkin puanları 3,03, demokratik tutum ve eşitlik alt boyutuna ilişkin puanları 2,80, ev

kadınlığını reddetme alt boyutuna ilişkin puanları 2,23, karı koca geçimsizliği alt boyutuna ilişkin puanları 2,38, baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ilişkin puanları 2,67'dir.

İnterneti kullanma amacı araştırma yapmak olan öğrencilerin ebeveyn tutum alt boyutları ile ortalamalarına bakıldığında, aşırı koruyuculuk alt boyutuna ilişkin puanları 2,92, demokratik tutum ve eşitlik alt boyutuna ilişkin puanları 2,79, ev kadınlığını reddetme alt boyutuna ilişkin puanları 2,23, karı koca geçimsizliği alt boyutuna ilişkin puanları 2,40, baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ilişkin puanları 2,54'tür.

Öğrencilerden interneti kullanma amacı oyun oynamak, ebeveyn tutumları ile ortalamalarına bakıldığında aşırı koruyuculuk alt boyutuna ilişkin puanları 3,02, demokratik tutum ve eşitlik alt boyutuna ilişkin puanları 2,82, ev kadınlığını reddetme alt boyutuna ilişkin puanları 2,33, karı koca geçimsizliği alt boyutuna ilişkin puanları 2,48, baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ilişkin puanları 2,70'dir.

Müzik dinlemek amacıyla interneti kullanan öğrencilerin, ebeveyn tutumlarının alt boyutlarının ortalamaları aşırı koruyuculuk alt boyutuna ilişkin puan 2,99, demokratik tutum ve eşitlik alt boyutuna ilişkin puan 2,82, ev kadınlığını reddetme alt boyutuna ilişkin puan 2,29, karı koca geçimsizliği alt boyutuna ilişkin puan 2,38, baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ilişkin puan 2,65'tir.

İnterneti diğer amaçlarla kullanan öğrencilerin, PARI ölçeğinin alt boyutları ile puanın ortalamasına bakıldığında; aşırı koruyuculuk alt boyutuna ilişkin puanlar 3,02, demokratik tutum ve eşitlik alt boyutuna ilişkin puanlar 2,86, ev kadınlığını reddetme alt boyutuna ilişkin puanlar 2,24, karı koca geçimsizliği alt boyutuna ilişkin puanlar 2,42, baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ilişkin puanlar 2,67'dir.



**Tablo 33. Ebeveynlerin eğitim durumlarına göre PARI' den elde edilen puanlar**

		N	Ortalama	Ss (±)	P
Aşırı Koruyuculuk	İlkokul Mezunu	36	3,1302	,38567	,006
	Orta Okul Mezunu	20	3,0625	,36724	
	Lise Mezunu	26	2,8221	,45301	
	Üniversite Mezunu	3	2,5000	,57282	
	Toplam	85	2,9978	,43392	
Demokratik Tutum ve Eşitlik	İlkokul Mezunu	36	2,8827	,35131	,166
	Orta Okul Mezunu	20	2,8944	,39732	
	Lise Mezunu	26	2,7393	,30134	
	Üniversite Mezunu	3	2,5556	,22222	
	Toplam	85	2,8301	,35035	
Ev Kadınlığını reddetme	İlkokul Mezunu	36	2,1944	,51074	,307
	Orta Okul Mezunu	20	2,3846	,68485	
	Lise Mezunu	26	2,3432	,46777	
	Üniversite Mezunu	3	1,8718	,44412	
	Toplam	85	2,2733	,54542	
Karı Koca geçimsizliği	İlkokul Mezunu	36	2,4306	,59010	,178
	Orta Okul Mezunu	20	2,1083	,78412	
	Lise Mezunu	26	2,5256	,62839	
	Üniversite Mezunu	3	2,4444	,50918	
	Toplam	85	2,3843	,65819	
Baskı ve Sıkı Disiplin	İlkokul Mezunu	36	2,8125	,81435	,147
	Orta Okul Mezunu	20	2,6625	,51714	
	Lise Mezunu	26	2,5000	,41003	
	Üniversite Mezunu	3	2,1667	,39693	
	Toplam	85	2,6588	,64590	

Ebeveynlerin anne ve baba eğitim durumuna göre PARI Ölçeğinin puanlarına bakıldığında aşırı koruyuculuk alt boyutuna ilişkin One-Way ANOVA sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p>,006$ ). Diğer bir ifade ile eğitim durumu gruplarındaki ebeveynlerin algılarına göre aşırı koruyuculuk alt boyutu düzeyleri aynı seviyede değildir. İlkokul ve ortaokul eğitim durumuna sahip olan ebeveynlerin aşırı koruyucu tutum sergiledikleri bulunmuştur.

Demokratik tutum ve eşitlik, ev kadınlığını reddetme, karı koca geçimsizliği ve baskı ve sıkı disiplin alt boyutuna ilişkin One-Way ANOVA sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 34. PARI ölçeği ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği puanlarının cinsiyetler açısından dağılımları**

		Yoksunluk	Kontrol Güçlüğü	İşlevsellikte Bozulma	Sosyal İzolasyon	
		Ortalama	Ortalama	Ortalama	Ortalama	
Cinsiyet	Kadın	2,50	1,96	1,72	1,72	
	Erkek	2,75	2,07	1,94	1,74	
		Aşırı Koruyuculuk	Demokratik Tutum ve Eşitlik	Ev Kadınlığını Reddetme	Karı Koca Geçimsizliği	Baskı ve Sıkı Disiplin
		Ortalama	Ortalama	Ortalama	Ortalama	Ortalama
Cinsiyet	Kadın	2,93	2,85	2,27	2,40	2,58
	Erkek	3,07	2,81	2,28	2,36	2,73

Tablo 34' te öğrencilerin cinsiyetleri, internet bağımlılığı ve ebeveynlerin tutumlarını ölçen PARI ölçeğinin alt boyutları açısından incelendiğinde internet bağımlılığı ölçeğinin alt boyutları olan yoksunluk alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 2,50, erkek öğrencilerde 2,75, kontrol güçlüğü alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 1,96 erkek öğrencilerde 2,07, işlevsellikte bozulma alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 1,72 erkek öğrencilerde ortalama 1,94 ve sosyal izasyon alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 1,72 erkek öğrencilerde ortalama 1,74'dür.

PARI ölçeğinin alt boyutları olan aşırı koruyuculuk alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 2,93 erkek öğrencilerde ortalama 3,07, demokratik tutum ve eşitlik alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 2,85, erkek öğrencilerde ortalama 2,81, ev kadınlığını reddetme alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 2,27, erkek öğrencilerde ortalama 2,28, karı koca geçimsizliği alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 2,40 erkek öğrencilerde ortalama 2,36 ve baskı ve sıkı disiplin alt boyutu kız öğrencilerde ortalama 2,58, erkek öğrencilerde ortalama 2,73'dür.

**Tablo 35. PARI ölçeği ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği puanlarının karşılaştırılması**

		Aşırı Koruyucu	Demokratik Tutum ve Eşitlik	Ev Kadın Reddetme	Karı Koca Geçimsiz	Baskı Disiplin	YOKSUN	Kontrol Güçlüğü	İşlevsel Bozulma
Aşırı Koruyucu	Pearson Correlation	1	,616**	,299**	0,109	,537**	-0,08	0,089	0,065
	Sig. (2-tailed)		0	0,005	0,321	0	0,466	0,42	0,557
	N	85	85	85	85	85	85	85	85
Demokratik Tutum ve Eşitlik	Pearson Correlation	,616**	1	,458**	,290**	,413**	0,005	0,114	0,069
	Sig. (2-tailed)	0		0	0,007	0	0,967	0,3	0,532
	N	85	85	85	85	85	85	85	85
Ev Kadınlığını Reddetme	Pearson Correlation	,299**	,458**	1	,532**	,386**	-0,027	-0,078	-0,142
	Sig. (2-tailed)	0,005	0		0	0	0,808	0,477	0,196
	N	85	85	85	85	85	85	85	85
Karı Koca Geçimsizliği	Pearson Correlation	0,109	,290**	,532**	1	,230*	0,053	0,016	-0,034
	Sig. (2-tailed)	0,321	0,007	0		0,034	0,629	0,882	0,755
	N	85	85	85	85	85	85	85	85
Baskı ve Disiplin	Pearson Correlation	,537**	,413**	,386**	,230*	1	-0,082	0,071	0,039
	Sig. (2-tailed)	0	0	0	0,034		0,454	0,518	0,721
	N	85	85	85	85	85	85	85	85
Yoksunluk	Pearson Correlation	-0,08	0,005	-0,027	0,053	-0,082	1	,682**	,508**
	Sig. (2-tailed)	0,466	0,967	0,808	0,629	0,454		0	0
	N	85	85	85	85	85	138	138	138
Kontrol Güçlüğü	Pearson Correlation	0,089	0,114	-0,078	0,016	0,071	,682**	1	,583**
	Sig. (2-tailed)	0,42	0,3	0,477	0,882	0,518	0		0
	N	85	85	85	85	85	138	138	138
İşlevsellikte Bozulma	Pearson Correlation	0,065	0,069	-0,142	-0,034	0,039	,508**	,583**	1
	Sig. (2-tailed)	0,557	0,532	0,196	0,755	0,721	0	0	
	N	85	85	85	85	85	138	138	138
Sosyal İzolasyon	Pearson Correlation	0,083	0,003	-0,192	-0,121	-0,048	,465**	,478**	,573**
	Sig. (2-tailed)	0,449	0,978	0,078	0,272	0,66	0	0	0
	N	85	138	138	138	138	138	138	138

Tablo 35’ de araştırmanın ölçekleri olan PARI ölçeğinin alt boyutları olan; aşırı koruyuculuk, demokratik tutum ve eşitlik, ev kadınlığını reddetme, karı-koca geçimsizliği ve baskı ve sıkı disiplin, internet bağımlılık ölçeğinin yoksunluk, kontrol güçlüğü,

işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt boyutları Pearson Korelasyon analizi ile karşılaştırıldığında herhangi bir anlamlı farklılık saptanmamıştır. Ebeveynlerin tutumları ile ergenlerin internet bağımlılığı arasında bir ilişki olmadığı yorumu yapılabilir.

**Tablo 36. PARI Ölçeği ile EİDDÖ Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması**

		İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme	Aşırı Koruyuculuk	Demokratik Tutum Ve Eşitlik	Ev Kadınlığını Reddetme	Karı Koca Geçimsizliği	Baskı Ve Sıkı Disiplin
İçsel İşlevsel Duygu Düzenleme	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1  138	-,045  138	-,122  138	,222**  138	-,065  85	-,081  85	-,126  85	-,187  85	-,068  85
Dışsal İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,045  138	1  138	,346**  138	,172*  138	,202  85	,170  85	,057  85	,035  85	,223*  85
İçsel İşlevsel Olmayan Duygu Düzenleme	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,122  138	,346**  138	1  138	,055  138	,044  85	,011  85	-,133  85	-,074  85	-,056  85
Dışsal İşlevsel Duygu Düzenleme	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,222**  138	,172*  138	,055  138	1  138	,087  85	,165  85	,123  85	,020  85	,087  85
Aşırı Koruyuculuk	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,065  85	,202  85	,044  85	,087  85	1  85	,616**  85	,299**  85	,109  85	,537**  85
Demokratik Tutum Ve Eşitlik	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,081  85	,170  85	,011  85	,165  85	,616**  85	1  85	,458**  85	,290**  85	,413**  85
Ev Kadınlığını Reddetme	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,126  85	,057  85	-,133  85	,123  85	,299**  85	,458**  85	1  85	,532**  85	,386**  85
Karı Koca Geçimsizliği	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,187  85	,035  85	-,074  85	,020  85	,109  85	,290**  85	,532**  85	1  85	,230*  85
Baskı ve Sıkı disiplin	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-,068  85	,223*  85	-,056  85	,087  85	,537**  85	,413**  85	,386**  85	,230*  85	1  85

Ebeveyn tutum ve davranışları, çocukların duygu gelişimini etkileyen faktörlerdendir. Ergenlerin sahip olduğu duygu düzenleme yöntemlerinin ebeveynlerinin tutumları ile ilişkisinin var olup olmadığına bakılmak istenmiştir.

Tablo 36' da araştırmanın ölçekleri olan PARİ ölçeği ile ergenler için duygu düzenleme ölçeğinin alt boyutları Pearson Korelasyon analizi ile karşılaştırılmıştır. Yapılan analiz sonucunda EİDDÖ' nin alt boyutları; içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme ile PARİ ölçeğinin aşırı koruyuculuk, demokratik tutum ve eşitlik, ev kadınlığını reddetme, karı koca geçimsizliği ve baskı ve sıkı disiplin alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Analiz sonucunda ebeveynlerin sahip oldukları tutumlarının ergenlerin duygularını düzenleme yöntemleri ile bir ilişki olmadığı yorumu yapılabilir.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Son yıllarda teknolojinin hızla gelişim göstermiştir. Teknolojinin gelişmesi ile birlikte, internet kullanımı hızla artmıştır. Bu durum, internet bağımlılığı sorununu beraberinde getirmiştir. İnternet bağımlılığı için en önemli risk grubu ise ergenlerdir. Buradan yola çıkarak, çalışmada, ergenlerin ebeveynlerin tutumları, ergenlerin duygü düzenleme becerilerini ve internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan araştırmada elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibidir;

Araştırmaya dahil edilen örneklem grubunun 85 kişi anne ve babadan oluşan ebeveynlerdir. Öğrencilerin, % 52,2'si (73 kişi) yedinci sınıf ve % 47,8'i (65 kişi) sekizinci sınıf okumaktadır. Kardeş sayısı bakımından incelendiğinde ise bir kardeşe sahip olan 18 öğrenci, iki kardeşe sahip olan 53 öğrenci, 3 kardeşe sahip olan 48 öğrenci, ve dört kardeşe sahip olan 15 öğrenci bulunmaktadır.

Çalışmaya katılan öğrencilerin anne ve babalarının yaşlarına bakılmıştır. Öğrencilerin annelerinin yaşları 27-57 arasındadır ve ortalama  $40,20 \pm 5,75$ 'dir. Babalarının yaşları ise 31-62 arasındadır ve ortalama  $44,71 \pm 6,14$ 'dür.

Ebeveynlerin eğitim durumu incelendiğinde annelerin ilkökul mezunu olan 36 kişi, ortaokul mezunu olan 20 kişi, lise mezunu olan 26 kişi, üniversite mezunu olan 3 kişi bulunmaktadır. Babaların ise ilkökul mezunu olan 24 kişi ortaokul mezunu olan 27 kişi, lise mezunu olan 29 kişi, üniversite mezunu olan 5 kişi bulunmaktadır.

Çalışmada anne ve babaların çalışma durumlarına bakılmıştır. Çalışma sonucunda öğrencilerden annesi ev hanımı olan 69 kişi, düzenli bir işi olan 16 kişi bulunmaktadır. Babası çalışmayan 6 kişi, düzenli bir işi olan 79 kişi bulunmaktadır.

#### **İnternet Bağımlılık Ölçeğine İlişkin Sonuçlar**

İnternet bağımlılığı ölçeğinden elde edilen ortalamalar sonucunda öğrencilerde internet bağımlılığına ulaşılmamıştır. Ölçeğin alt boyutu olan yoksunluk puan değerleri 1,00-4,64 arasında olmakta ve ortalama 2,629'dur. Kontrol güçlülüğü alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,60 arasında olmakta ve ortalama 2,019'dur. İşlevsellikte bozulma alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,50 arasında olmakta ve ortalama 1,832'dir. Sosyal

izolasyon alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,00 arasında olmakta ve ortalama 1,730'dır. İnternet bağımlılık ölçeğinin alt boyutları arasında en yüksek ortalamaya sahip boyut 2,6298 ortalama ile yoksunluk boyutudur. Öğrencilerin okul zamanında gün içerisinde uzun süre internet kullanımı olmadığından yoksunluk gösterebildikleri yorumu yapılabilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyeti ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin ait boyutlarına ilişkin t-testi yapılmıştır. Yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt boyutlarına ilişkin Independent-Samples T-testi sonuçlarına bakıldığında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. ( $p>0,05$ ).

Öğrencilerin sınıf ile İnternet Bağımlılık Ölçeğinin puanlarına bakıldığında yoksunluk ( $p>,118$ ), kontrol güçlülüğü ( $p>,203$ ) ve sosyal izolasyon ( $p>,837$ ) alt boyutuna ilişkin yapılan anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Öğrencilerin sınıf ile İnternet Bağımlılık Ölçeğinin puanlarına bakıldığında İşlevsellikte bozulma alt boyutuna ilişkin One-Way anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmuştur. ( $p>0,38$ ).

Bilgisayara sahip olma durumu ile İnternet bağımlılık Ölçeğinin alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına bakılmıştır. Yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt boyutlarına ilişkin bilgisayarı olan ya da olmayan öğrencilerin cevaplarına göre yapılan One-Way anova analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

İnternet kullanım süresinin artmasıyla ergenleri bekleyen birçok risk ile karşılaşma olasılığının yükselmesi demektir. Bu risklerden biri "İnternet Bağımlılığı" dır. İnternet bağımlılığı, çocuklar ve ergenlerin fiziksel, sosyal ve psikolojik gelişimlerini olumsuz şekilde etkilemektedir. Bireyin internet kullanımını kontrol edememesi, aşırı kullanımı nedeniyle aile içi iletişim, akademik ve sosyal hayatta sorunlar yaşanmaya başlar. Bu nedenle çalışmada öğrencilerin günlük internet kullanımına göre İBÖ Ölçeğinin puanlarına bakılmıştır. İBÖ ölçeğinin alt boyutları olan yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma alt boyutuna ilişkin yapılan anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmuştur. Öğrencilerin günlük internet kullanımına göre İBÖ Ölçeğinin puanlarına bakıldığında sosyal izolasyon alt boyutuna ilişkin anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>,375$ ).

Ergenlik döneminde ergenlerde fiziksel, sosyal, psikolojik gelişimlerin yanı sıra duygular da gelişmektedir. Ergenler, kendi içlerinde hayata karşı edindiği bir takım duygu, davranış ve düşüncelere içsel bir düzenleme yapar. Bazen karşılatığı bir problemi, başarıyı ya da üstlendiği bir sorumluluğa duyguları ile cevap verir. Duygular, bireyin davranışlarını, düşüncelerini ya da tutumlarını yönlendirebilmektedir. Hayatımıza hızlı şekilde giriş yapan internet, ergenlerin yaşadıkları duygulardan kaçış noktası olabilmektedir. Yapılan araştırma da ise ergenlerin duygu düzenleme becerileri ile internet bağımlılığı ölçeğinin alt boyutları ile karşılaştırılmıştır. Pearson korelasyon analizi sonucunda ergenler için duygu düzenleme ölçeğinin; içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme, içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutları ile internet bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk, kontrol gücü işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt boyutlarının hepsinde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

### **Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeğine İlişkin Sonuçlar**

Duygu düzenleme, bireyin gün içerisinde karşılaştığı her durumda hissettiği mutluluk, sevinç, üzüntü, öfke, çaresizlik, şaşkınlık gibi duyguları davranışa dönüştürmeden duruma uygun düzenleyebilme becerisidir. Duyguların gelişimi içinde büyüdüğü aile, anne baba tutumu, arkadaşlar ve toplum gibi faktörlerden etkilenmektedir. Yapılan çalışmada öğrencilerin cinsiyeti, ait olduğu sınıf, bilgisayara sahip olma durumu ve ebeveynlerin eğitim durumları ergenler için hazırlanan duygu düzenleme ölçeği ile ilişkisine bakılmıştır.

Ölçekten elde edilen ortalama sonucunda; içsel işlevsel duygu düzenleme puan değerleri 1,00-5,00 arasında olmakta ve ortalama 3,603'tür. Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,00 arasında olmakta ve ortalama 1,771'dir. İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-4,20 arasında olmakta ve ortalama 2,427'dir. Dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutunun ise puan değerleri 1,00-5,00 arasında olmakta ve ortalama 3,063'tür. Ergenlerin içsel işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarını daha fazla kullandıkları elde edilen ortalamalar ile görülmektedir.

Duygu, bireylerin yaşadığı farklı sosyal ortamlar, kadın ve erkek bireylerin biyolojik olarak farklılığı duygu ifadesini ve düzenleme becerisini birbirinden



farklılaştırmaktadır. Bir çok kaynakta duygu ifadesi, cinsiyet farklılığını gösterdiği belirtilmektedir. Öğrencilerin cinsiyeti ile ergenler için düzenlenen duygu düzenleme ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını bulmak için t-testi yapılmıştır. Yapılan Independent-Samples T-testi sonucunda içsel işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutları ile cinsiyete ilişkin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. İçsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutuna ilişkin t-testi sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p>0,05$ ).

Öğrencilerin ait olduğu sınıf ile EİDDÖ Ölçeğinin puanlarına bakıldığında içsel işlevsel duygu düzenleme ( $p>,053$ ), dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ( $p>,624$ ), içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ( $p>,252$ ) ve dışsal işlevsel duygu düzenleme ( $p>,226$ ) alt boyutlarına ilişkin One-Way anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Bilgisayara sahip olmak, ergenin bilgiye, sosyal ağ ortamına ve risklere kolaylıkla ulaşması demektir. Bilgisayara sahip olmak, ergenlerin duygularını düzenleme becerisine etkisi olup olmadığına bakılmıştır. İçsel işlevsel duygu düzenleme ( $p>,323$ ), dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ( $p>,647$ ), içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ( $p>,737$ ) ve dışsal işlevsel duygu düzenleme ( $p>,175$ ) alt boyutları bilgisayara sahip olma durumuna ilişkin One-Way anova sonuçlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Araştırmaya katılan ebeveynlerin eğitim durumuna göre EİDDÖ Ölçeğinin puanlarına bakıldığında İçsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutlarında yapılan One-Way anova sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutuna ilişkin anova sonucunda ebeveynlerin lise eğitim durumuna göre anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p>,006$ ).

### **Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeğine İlişkin Sonuçlar: PARİ**

İnsan yavrusunun dünyaya geldikleri ilk andan itibaren etkileşim kurdukları kişi anne ve babalarıdır. Anne ve babanın çocukla ilişkisinde sevgi, ilgi, önemsenme gibi duygular çocukların mutlu, sevebilen, değer veren bir yetişkin olarak gelişmesini sağlayacaktır. Ebeveynler, çocuklarının karınlarını doyurarak fizyolojik ihtiyacın yanı sıra çocuğun duygusal, ruhsal ve zihinsel gelişimine destek olan en önemli faktördür.

Ebeveyn tutumları, çocukların ilk gelişim dönemlerinde oldukça önemlidir. Anne baba tutumları çocukların kişilik, özerklik, benlik saygısına, duygularına, akademik başarılarına ve gelecekteki yetişkin rollerine olumlu ya da olumsuz etkisi olabilmektedir. PARI ölçeği ile öğrencilerin ebeveyn tutumlarına bakılmıştır.

Araştırmanın ölçeklerinden biri olan aile hayatı ve çocuk yetiştirme tutumu ölçeğinin aşırı koruyuculuk alt boyutuna ait elde edilen puanlar 1,88-4,00 arasındadır ve ortalama 2,99'dur. Demokratik Tutum ve Eşitlik alt boyutuna ait puanlar 2,11-3,56 arasında ve ortalama 2,83'dir. Ev kadınlığını reddetme alt boyutuna ait puanlar 1,31-3,77 arasında ve ortalama 2,27'dir. Karı-koca geçimsizliği alt boyutuna ait puanlar 1,00-3,67 arasında ve ortalama 2,38'dir. Baskı ve disiplin alt boyutuna ait puanlar ise 1,63-7,00 arasındadır ve ortalama 2,65'dir. Aile hayatı ve çocuk yetiştirme tutumu ölçeğinin alt boyutları arasında en yüksek ortalamaya sahip boyut 2,9978 ortalama ile aşırı koruyuculuk boyutudur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyeti ile PARI Ölçeğinin puanlarına bakıldığında aşırı koruyuculuk, demokratik tutum ve eşitlik, ev kadınlığını reddetme, karı-koca geçimsizliği ve baskı ve disiplin alt boyutlarına ilişkin Independent-Samples T-testi sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Öğrencilerin ait olduğu sınıf ile PARI Ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin One-Way anova analizi yapılmıştır. Aşırı koruyuculuk ( $p>,428$ ), demokratik tutum ve eşitlik ( $p>,263$ ), ev kadınlığını reddetme ( $p>,970$ ), karı koca geçimsizliği ( $p>,903$ ) ve baskı ve disiplin ( $p>,701$ ) alt boyutlarına ilişkin One-Way anova sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır.

Bilgisayara sahip olma durumu, ebeveynlerin tutumlarından etkilenebilmektedir. Aşırı koruyucu, baskı ve disiplin ebeveyn tutumları çocukların kontrol edildiği, anne ve babanın sözü geçtiği tutumlardır. Bu tutumlara sahip olan ebeveynler çocuklarına bilgisayar almamayı tercih edecekleri öngörülmektedir. Yapılan araştırmada ebeveynlerin tutumları ile öğrencilerin bilgisayara sahip olma durumu incelenmiştir. PARI Ölçeğinin puanlarına bakıldığında aşırı koruyuculuk, demokratik tutum ve eşitlik, ev kadınlığını reddetme, karı koca geçimsizliği ve baskı ve disiplin alt boyutlarına ilişkin One-Way anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Ebeveyn tutumları, ergenlerin duygu, davranış ve düşüncelerini etkilemeye ergenlik döneminde de devam etmektedir. Ergenlik dönemine giren ergen bu dönemde aile bireyleri ile çatışma içerisindedir. Yaşadığı toplumsal çevre, aile bireyleri ve kendi düşünceleri içinde kendi kişiliğini bulmaya çalışan ergen, gelişmeye, denge kurmaya çalışmaktadır. Bu çatışma üçgeninde ergen, olumlu ya da olumsuz ortamlara yönebilir. Çatışmayı kendi içerisinde rahatlatmak için en iyi yollardan birisi de internettir. Günümüzde internetsiz iletişim araçları neredeyse kalmamıştır. İnternete ulaşım gelişen teknolojik araçlarla kolaylaşmıştır. Bu bilgilerden yola çıkarak örneklem grubu olan öğrencilerin internet kullanım süreleri ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. PARI Ölçeğinin alt boyutlarından olan aşırı koruyuculuk ( $p>,553$ ), demokratik tutum ve eşitlik ( $p>,483$ ), ev kadınlığını reddetme ( $p>,183$ ) ve karı koca geçimsizliği ( $p>,284$ ) ile öğrencilerin internet kullanım sürelerine ilişkin anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Baskı ve disiplin alt boyutu, öğrencilerin internet kullanım süresine ilişkin One-Way anova sonuçlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p>,034$ ).

Ebeveyn tutumlarını ölçen PARI ölçeğinin, öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyini ölçen İBÖ ölçeği arasındaki ilişkiyi Pearson Korelasyon analizi ile bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanamamıştır. Yapılan araştırma, örneklem grubunun ebeveyn tutumları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında herhangi bir ilişkisi olmadığı bulunmuştur.

Ergenlerin duygu düzenleme yönteminin ölçüldüğü EİDDÖ' nin PARI ölçeği ile ebeveyn tutumlarının Pearson Korelasyon analiziyle ilişkisine bakılmıştır. Ebeveyn tutumlarının ergenlerin duygu düzenleme yöntemleri ile bir ilişkisi olmadığı bulunmuştur.

Çalışmamız, kesitsel ve tanımlayıcı bir çalışma olarak planlanmıştır. Yapılan çalışmanın kısıtlılıkları aşağıdaki gibi sıralanabilir;

Yapılan çalışma yalnızca İstanbul İlinde gerçekleştirilerek evren ve örneklem sınırlı düzeyde seçilmiştir. Çalışma sadece ortaöğretim öğrencilerinden oluşmaktadır. Günümüzde internet bağımlılığı küçük yaşlardan başlamaktadır. Bu nedenle internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalara okul öncesi ve ilköğretim düzeyindeki öğrenciler dahil edilmelidir.

Örnekleme örgün eğitime devam eden ergenlerden oluşması nedeniyle bir sınırlılık sayılabilir. Örgün eğitime devam etmeyen ergenler ile nitel araştırmalar gibi farklı araştırma desenleri ile farklı bulgulara ulaşılabilir. Ergenlerde internet bağımlılığının çok yönlü olarak incelenmesi ve değerlendirilmesine katkı sağlayabilir.

Bu çalışmada incelenen anne-baba tutumları, anne ve babaların kendilerini gerçekteki gibi ölçekte yansıtmamaları diğer bir sınırlılıktır. Anne-babaların kendi algılarına göre değerlendirdikleri Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI) uygulanmıştır. Ebeveynlerin kendi tutumlarını gerçekteki gibi göstermeyecekleri göz önünde tutularak daha objektif ölçüm araçlarının kullanılması ile ebeveyn tutumları farklı açılardan incelenebilecektir.

Ebeveynlere öğrenciler aracılığıyla gönderilen PARI Ölçeği, istenilen şekilde ebeveynlerden geri dönüş sağlanmamıştır. Araştırmanın sınırlılıklarından olan ebeveynlere ulaşımın zor olması, okul rehber eşliğinde planlanan toplantı ile bu sınırlılık ortadan kalkabilir.

Çalışmada kalem-kağıt testi olan ölçekler öğrenci ve ebeveynlere uygulanmıştır. Bu ölçekleri yanlı cevaplama ve kalem-kağıt testlerinin gözlem, görüşme gibi farklı veri toplama teknikleri ile desteklenmemesi çalışmanın sınırlılıklarındandır.

## ÖNERİLER

Çocuk ve ergenlere sosyal ağlarda edinecekleri sanal arkadaşlıkların gerçeği yansıtmadığı, onun yerine gerçek arkadaşlar edinmeleri gerektiği konusunda bilgi verilmelidir. Çocukların doğal yollardan arkadaş edinmeleri için çeşitli sanat dallarına, hobi platformlarına yönlendirilmeleri için rehber öğretmen eşliğinde okulda ebeveyn ve ergenlerle seminer ya da alan gezileri yapılmalıdır.

Ebeveynlerin çocuklarının internet kullanma amaçlarını ve onları internet kullanmaya iten sebeplerin farkında olmaları için okul aile birliği ve okul rehber öğretmeni ile işbirliği içerisinde ebeveynlere internet bağımlılığı alanında uzman kişilerce panel, seminer sunulmalıdır. Ebeveynlerin bu bilgiler doğrultusunda çocuklar ve ergenler için internet bağımlılığını önleyici tutumlar edinmesi sağlanabilir.

Anne - baba ve çocuk arasında kurulan olumlu ilişkiler sonucunda çocukların internet bağımlılığı geliştirme riskinin azaldığı yapılan çalışmalar sonucunda görülmektedir. Ergenlik döneminde daha çok görülen ebeveyn ve ergen arasındaki iletişimsizlik bir çok aile içinde çatışmaya neden olmaktadır. Aile içindeki iletişimin güçlendirilmesi için ebeveynlere ve çocuklara okul rehber öğretmeni ile birlikte iletişim becerileri semineri yapılmalıdır.

Okullardaki rehberlik servisleri, ebeveynlere bilgisayar ve internetin tek başına bağımlılık sebebi olmadığı, problemlerli internet kullanımı olan çocukların internet kullanımını yasaklamak yerine, onları aşırı internet kullanımına iten sebeplerin araştırılması gerektiği konusunda bilgilendirici broşürler, afişler hazırlayabilir.

İnternetin olumsuzluklarına karşı toplum farkındalığının artırılması için bilişim ve teknoloji, bağımlılık danışmanlığı alanında uzman kişiler tarafından internet bağımlılığı ve güvenli internet kullanımına yönelik seminerler düzenlenmelidir. Okulda öğretmenler eşliğinde çocukların yapmış olduğu drama, tiyatro, kısa film, afiş, broşür gibi faaliyetlerle internet bağımlılığı ve riski kamuoyuna duyurulmalıdır.

## KAYNAKLAR

- ADLER, N. E., Boyce, T., Chesney, M. A., Cohen, S., Folkman, S., Kahn, R. L., & Syme, S. L. (1994). Socioeconomic status and health: the challenge of the gradient. *American psychologist*, 49(1), 15.
- ANESHANSEL, C. S. (1992). Social stress: Theory and research. *Annual Review of Sociology*, 18, 15-38.
- ANGOLD, A., & COSTELLO, E. J. (1995). A test-retest reliability study of child-reported psychiatric symptoms and diagnoses using the Child and Adolescent Psychiatric Assessment (CAPA-C). *Psychological medicine*, 25(4), 755-762.
- ARCAN, K. (2006). Özel Okullara Giden Lise Düzeyindeki Ergenlerin, Akademik Başarıları İle Algıladıkları Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji, İnsan Bilimleri ve Felsefe Yüksek Lisans Programı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.
- BACHMAN, J. G. (1970). Youth in Transition: The Impact of Family Background and Intelligence on Tenth-Grade Boys (Vol. 2). Ann Arbor, MI: Institute for Social Research
- BANDURA, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- BANDURA, A. (1982). Self-Efficacy Mechanism in Human Agency. *American Psychologist*, 37, 122-147.
- BANDURA, A. (1992). Exercise of personal agency through the self-efficacy mechanism. In R. Schwarzer (Ed.), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 3-38). Washington, DC: Hemisphere.
- BARNETT, R. A., & Hunter, M. (2012). Adjustment of Siblings of Children with Mental Health Problems: Behaviour, Self-Concept, Quality of Life and Family Functioning. *Journal of Child and Family Studies*, 21, 262-272.
- BAUMRIND, D. (1966). Effects of authoritative control on child behavior. *Child Development*, 37, 887-907.
- BELL, R. Q., & Chapman, M. (1986). Child effects in studies using experimental or brief longitudinal approaches to socialization. *Developmental Psychology*, 22, 595-603
- BIEBER, I. (1977). Pathogenicity of Parental Preference. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 5, 291-298.
- BOKHORST, C. L., Sumter, S. R., & Westenberg, P. M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive?. *Social development*, 19(2), 417-426.
- BROMFENBRENNER, U., & BRONFENBRENNER, U. (1979). Ecology of human development: Experiments by nature and design.
- CABRERA, N. J., Tamis-LeMonda, C. S., Bradley, R. H., Hofferth, S., & Lamb, M. E. (2000). Fatherhood in the twenty-first century. *Child Development*, 71, 127-136

- CAMPOS, J. J., CAMPOS, R. G., & BARRETT, K. C. (1989). Emergent themes in the study of emotional development and emotion regulation. *Developmental psychology*, 25(3), 394.
- CEYHAN, A. A., & CEYHAN, E. (2014). Problemlı İnternet kullanım ölçeği'nin ergenlerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 15(2), 56-64.
- COLE, M., Cole, S. R., & Lightfoot, C. (2005). *The development of children*. Macmillan.
- COLE, P. M., MARTİN, S. E., & DENNİS, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child development*, 75(2), 317-333.
- COLE, P. M., MİCHEL, M. K., & TETİ, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 73-102.
- COMPAS, B. E., WAGNER, B. M., SLAVİN, L. A., & VANNATTA, K. (1986). A prospective study of life events, social support, and psychological symptomatology during the transition from high school to college. *American journal of community psychology*, 14(3), 241-257.
- CORNELİUS, R. R. (2000). Theoretical approaches to emotion. In *ISCA Tutorial and Research Workshop (ITRW) on Speech and Emotion*.
- COYLE, J. T., PİNE, D. S., CHARNEY, D. S., LEWİS, L., NEMEROFF, C. B., CARLSON, G. A., ... & HELLANDER, M. (2003). Depression and bipolar support alliance consensus statement on the unmet needs in diagnosis and treatment of mood disorders in children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 42(12), 1494-1503.
- DARLİNG, N. & STEİNERBERG, L. (1993). Parenting Style as Context: An Integrative Model. *Psychological Bulletin*, 113, 487-496.
- DARLİNG, N., & STEİNERBERG, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological bulletin*, 113(3), 487.
- DEMARAY, M. K., MALECKİ, C. K., DAVIDSON, L. M., HODGSON, K. K., & REBUS, P. J. (2005). The relationship between social support and student adjustment: A longitudinal analysis. *Psychology in the Schools*, 42(7), 691-706.
- DUMONT, M., & PROVOST, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 343-363.
- DUY, B., & YILDIZ, M. A. (2014). Ergenler İçin Duygu Dzenleme Öleği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (41), 23-35.
- EDWARDS, M. (2012). *Effects of a Mindfulness Course on Adolescent Students: Examining Levels of Perceived Stress, Mindfulness, Self-compassion and Psychological Symptoms*(Doctoral dissertation, New Mexico State University).
- EİSENBERG, N., FABES, R. A., CARLO, G., & KARBON, M. (1992). Emotional responsivity to others: behavioral correlates and socialization antecedents. *New directions for child development*, (55), 57-73.

- EISENBERG, N., FABES, R. A., SCHALLER, M., CARLO, G., & MİLLER, P. A. (1991). The relations of parental characteristics and practices to children's vicarious emotional responding. *Child development*, 62(6), 1393-1408.
- ERASLAN, Y. (2010). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Sınav Kaygılarının Algıladıkları Anne Baba Tutumlarına Göre İncelenmesi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.
- ERSİN, B. (2010). Lise Öğrencilerinin Suç Eğilimleri ile Anne Baba Tutumları Arındaki İlişki (Beyoğlu İlçesi Örneği). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Anabilim Dalı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.
- EŞGİ, N. (2013). Dijital yerli çocukların ve dijital göçmen ebeveynlerinin internet bağımlılığına ilişkin algılarının karşılaştırılması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3), 181-194.
- EWART, C. K. (1992). Role of physical self-efficacy in recovery from heart attack. In R. Schwarzer (Ed.), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 287-304). Washington, DC: Hemisphere.
- FLETCHER, A. C., DARLING, N. E., STEINBERG, L., & DORNBUSCH, S. (1995). The company they keep: Relation of adolescents' adjustment and behavior to their friends; perceptions of authoritative parenting in the social network. *Developmental Psychology*, 31, 300-310.
- FOX, N. A., & CALKINS, S. D. (2003). The development of self-control of emotion: Intrinsic and extrinsic influences. *Motivation and emotion*, 27(1), 7-26.
- FULİGNİ, A. J., & ECCLES, J. S. (1993). Perceived parent-child relationships and early adolescents' orientation toward peers. *Developmental Psychology*, 29, 622-632.
- GARAND, L., LİNGLER, J. H., CONNER, K. O., & DEW, M. A. (2009). Diagnostic labels, stigma, and participation in research related to dementia and mild cognitive impairment. *Research in gerontological nursing*, 2(2), 112-121.
- GARBER, J., & DODGE, K. A. (Eds.). (1991). *The development of emotion regulation and dysregulation*. Cambridge University Press.
- GÖRKER, I., KORKMAZLAR, Ü., DURUKAN, M., & AYDOĞDU, A. (2004). Çocuk ve ergen psikiyatri kliniğine başvuran ergenlerde belirti ve tanı dağılımı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(2), 103-110.
- GROSS, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology*, 2(3), 271-299.
- GROSS, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*.
- GUNUC, S., & DOGAN, A. (2013). The relationships between Turkish adolescents' Internet addiction, their perceived social support and family activities. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2197-2207.
- GÜNÜÇ, S., ve KAYRI, M. (2010). Türkiye'de internet bağımlılık profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 220-232.
- HAGEMANN, T., LEVENSON, R. W., & GROSS, J. J. (2006). Expressive suppression during an acoustic startle. *Psychophysiology*, 43(1), 104-112.



- HARTUNG, C. M., & WİDİGER, T. A. (1998). Gender differences in the diagnosis of mental disorders: Conclusions and controversies of the DSM–IV. *Psychological bulletin*, 123(3), 260.
- HOLMBECK, G. N. (1996). A model of family relational transformations during the transition to adolescence: Parent-adolescent conflict and adaptation. In J. A. Graber & J. Brooks-Gunn (Eds.), *Transitions through adolescence: Interpersonal domains and context* (pp. 167-199). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- HOPWOOD, C. J., & GRİLO, C. M. (2010). Internalizing and externalizing personality dimensions and clinical problems in adolescents. *Child Psychiatry & Human Development*, 41(4), 398-408.
- KABAKLIOĞLU, T. M. (1991). Bipolar bozukluk tanılı hastaların çocuklarında psikopatoloji (Tıpta Uzmanlık tezi). Ege Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, İzmir.
- KELLERMAN, H. (2008). *The psychoanalysis of symptoms*. Springer.
- KILIÇ, H.G. (2007). Bazı Demografik Değişkenler ve Anne Baba Tutumlarına Göre Madde Bağımlısı Bireylerin Anne Baba Bağlılıkları İlişkisinin İncelenmesi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Adana.
- KRİNG, A. M. (2010). The future of emotion research in the study of psychopathology. *Emotion Review*, 2(3), 225-228.
- LAPOUSE, R., & Monk, M. A. (1958). An epidemiologic study of behavior characteristics in children. *American Journal of Public Health and the Nations Health*, 48(9), 1134-1144.
- LAU, S., & LEUNG, K. (1992). Self-concept, delinquency, relations with parents and school and Chinese adolescents' perception of personal control. *Personality and Individual Differences*, 13(5), 615-622.
- LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- LEWİS, C. C. (1981). The effects of parental firm control: A reinterpretation of the findings. *Psychological Bulletin*, 90, 547-563.
- LİNEHAN, M. (1993). *Skills training manual for treating borderline personality disorder* (Vol. 29). New York: Guilford Press.
- LİTT, M. D. (1988). Cognitive mediators of stressful experience: Self-efficacy and perceived control. *Cognitive Therapy and Research*, 12, 241-260.
- MACCOBY, E. E., & MARTİN, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. *Handbook of child psychology*, 4, 1-101.
- MAİN, M., KAPLAN, N., & CASSİDY, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the society for research in child development*.
- MALATESTA, C. Z., & HAVİLAND, J. M. (1985). Signals, symbols, and socialization. In *The socialization of emotions* (pp. 89-116). Springer, Boston, MA.
- MARSH, H. W., & Shavelson, R. J. (1985). Self-concept: Its multifaceted, hierarchical structure. *Educational Psychologist*, 20, 107-125.

- MARSH, H. W. (1986). Global Self-Esteem: Its Relation to Specific Facets of Self-Concept and Their Importance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1224-1236.
- ÖZGÜVEN, İ.E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam*. Ankara: PDREM Yayıncılık.
- PEARLİN, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2-21.
- PERRİS, C. (1994). Linking the experience of dysfunctional parental rearing with manifest psychology: a theoretical framework. In C. Perris, W. A. Arrindell, & M. Eisemann (Eds.), *Parenting and psychopathology* (pp. 93-109). Chichester: John Wiley & Sons.
- PERRİS, C., JACOBSON, L., LINSTORM, H., VON KNORRING, L., & PERRİS, H. (1980). Development of a new inventory for assessing memories of parental rearing behavior. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 61, 265-274.
- PHARES, E. J. (1962). Perceptual threshold decrements as a function of skill and chance expectancies. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 53, 399-407.
- REİNERZ, H. Z., PARADİS, A. D., GİACONİA, R. M., STASHWICK, C. K., & FITZMAURICE, G. (2003). Childhood and adolescent predictors of major depression in the transition to adulthood. *American Journal of Psychiatry*, 160(12), 2141-2147.
- RODRİGUEZ, C. M. (2011). Association between independent reports of maternal parenting stress and children's internalizing symptomatology. *Journal of Child and Family Studies*, 20(5), 631-639.
- ROHDE, P. A., ATZWANGER, K., BUTOVSKAYA, M., LAMPERT, A., MYSTERUD, I., SANCHEZANDRES, A., & SULLOWAY, F. J. (2003). Perceived parental favoritism, closeness to kin, and the rebel of the family: The effects of birth order and sex. *Evolution and Human Behavior*, 24, 261-276.
- ROHNER, R. P., KHALEQUE, A., & COURNOYER, D. E. (2005). Parental acceptance/rejection: Theory, methods, cross-cultural evidence, and implications. *ETHOS*, 33, 299-334
- ROSENBERG, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- ROSENBERG, M., SCHOOLER, C., & SCHOENBACH, C., (1989). Self-esteem and adolescent problems: Modeling reciprocal effects. *American Sociological Review*, 54, 1004-1018.
- SAARNİ, C. (1984). Observing children's use of display rules: Age and sex differences. *Child development*, 55, 1504-1513.
- SALOVEY, P. E., & SLUYTER, D. J. (1997). *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. Basic Books.
- SCHAEFER, E. S. (1959). A circumplex model for maternal behavior. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 59, 226-235.
- SCHWEİTZER, R. D., & LAWTON, P. A. (2006). Drug abusers' perception of their parents. *British Journal of Addiction*, 84, 309-314.

- SELİGMAN, M. E. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death. A series of books in psychology*. New York, NY: WH Freeman/Times Books/Henry Holt & Co.
- SHAVELSON, R. J., HUBNER, J. J., & STANTON, G. C. (1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, 46, 407-441.
- SHAVELSON, R. J., HUBNER, J. J., & STANTON, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of educational research*, 46(3), 407-441.
- SMETANA, J. G. (2000). Middle class African American adolescents' and parents' conceptions of parental authority and parenting practices: A longitudinal investigation. *Child Development*, 71, 1672-1686.
- SMİTH, C. A., HAYNES, K. N., LAZARUS, R. S., & POPE, L. K. (1993). In search of the "hot" cognitions: Attributions, appraisals, and their relation to emotion. *Journal of personality and social psychology*, 65(5), 916.
- STEİNBERG, L., & DUNCAN, P. (2002). Work group IV: Increasing the capacity of parents, families, and adults living with adolescents to improve adolescent health outcomes. *Journal of Adolescent Health*, 31, 261-263.
- STEWART, T., & SULDO, S. (2011). Relationships between social support sources and early adolescents' mental health: The moderating effect of student achievement level. *Psychology in the Schools*, 48(10), 1016-1033.
- STRASSBERG, G. Z., DODGE, K. A., PETITT, G. S., & BATES, J. E. (1994). Spanking in the home and children's subsequent aggression toward kindergarten peers. *Developmental Psychopathology*, 6, 445-461.
- STROSAHL, K., & Wilson, K. G. (1999). Acceptance and commitment therapy: an experiential approach to behavior change. New York.
- THOMPSON, R. A. (1990, January). Emotion and self-regulation. In *Nebraska symposium on motivation* (Vol. 36, pp. 367-467). University of Nebraska Press, Lincoln, Nebraska.
- THOMPSON, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, 3(4), 269-307.
- THOMPSON, R. A., & Lagattuta, K. H. (2006). Feeling and Understanding: Early Emotional Development.
- TOKSÖZ, E. (2010). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Zorbalık Eğilimleri ve Aile Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eskişehir İli Örneği. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Yüksek Lisans Programı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.
- TURNER, H. A., FINKELHOR, D., & ORMROD, R. (2010). The effects of adolescent victimization on self-concept and depressive symptoms. *Child maltreatment*, 15(1), 76-90.
- ULLMANN, S. E., WOLFE-CHRISTENSEN, C., RYAN, J. L., FEDELE, D. A., RAMBO, P. L., CHANEY, J. M., & MULLİNS, L. L. (2010). Parental overprotection, perceived child vulnerability, and parenting stress: a cross-illness comparison. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 17, 357-365.

- WALDEN, T. A., & SMITH, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and emotion*.
- WHEATON, B. (1983). Stress, Personal Coping Resources, and Psychiatric Symptoms: An Investigation of Interactive Models. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 208-229.
- YAHAV, R. (2006). The relationship between children's and adolescents' perceptions of parenting style and internal and external symptoms. *Child: health, care, and development*, 33, 460-471.
- YAVUZER, H. (1986). Ana Baba ve Çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi
- YILMAZER, Y. (2007). Anne Baba Tutumları İle İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Okul Başarısı ve Özerkliklerinin Gelişimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Programı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.
- YÖRÜKOĞLU, A. (1997). Değişen Toplumda Aile ve Çocuk (5.Basım). Ankara: Özgür Yayınları

## **EKLER LİSTESİ**

**EK-1:** İl Milli Eğitim Müdürlüğü Anket ve Araştırma İzin Talebi

**EK-2:** Kişisel Bilgi Formu

**EK-3:** Ebeveyn Kişisel Bilgi Formu

**EK-4:** İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ)

**EK-5:** Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EİDDÖ)

**EK-6:** Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARİ)





T.C.  
İSTANBUL VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-20-E.21222253  
Konu :Anket ve Araştırma İzin Talebi

07/11/2018

VALİLİK MAKAMINA

- İlgi: a) 09.10.2018 tarihli ve 18751472 Gelen Evrak No'lu dilekçe.  
b) MEB. Yen. ve Eğ. Tk. Gn. Md. 22.08.2017 tarih ve 12607291/ 2017/25 No'lu Gen.  
c) Millî Eğitim Müdürlüğü Araştırma ve Anket Komisyonunun 05.11.2018 tarihli tutanağı.

Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Ahsen KAYA'nın "**Ergenlerde Duygu Düzenleme Ebeveyn Tutumlarının İnternet Bağımlılığı ile ilişkisinin İncelenmesi**" konulu tezi kapsamında, ilimiz Gaziosmanpaşa ilçesinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören öğrencilere; kişisel bilgi formu, internet bağımlılığı ölçeği, ergenler için duygu düzenleme ölçeği ve aile hayatı ve çocuk yetiştirme ölçeğini uygulama istemi hakkındaki ilgi (a) dilekçe ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.

Araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanılmaması, **uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, okul idarelerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Bakanlık emri esasları dâhilinde uygulanması, sonuçtan Müdürlüğümüzce rapor halinde (CD formatında) bilgi verilmesi kaydıyla Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.**

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Levent YAZICI  
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek:  
1- Genelge.  
2- Komisyon Tutanağı.

OLUR  
07/11/2018

Nihat NALBANT  
Vali a.  
Vali Yardımcısı

İl Millî Eğitim Müdürlüğü Binbirdirek M. İmran Öktem Cad.  
No:1 Eski Adliye Binası Sultanahmet Fatih/İstanbul  
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

A. BALTA VHKİ  
Tel: (0 212) 455 04 00-239  
Faks: (0 212)455 06 52

EK- 2

## ÖĞRENCİ KİŞİSEL BİLGİ FORMU

### İnternet Kullanımı İle ilgili Genel Bilgiler

1. Cinsiyetiniz:  Kız  Erkek

2.Sınıfınız: 5-( ) 6-( ) 7-( ) 8-( )

3. Kardeş Sayısı: 1-( ) 2-( ) 3-( ) 4-( ) Diğer ( )

4. Evde bilgisayarınız var mı?  Evet  Hayır

5.İnterneti nerede/nerelerde kullanıyorsunuz? *(Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)*

Ev  İnternet Kafe  Okul  Cep Telefonu/Tablet

6. Günlük olarak internet kullanma süreniz ne kadardır?

1 saatten az ( ) 1 veya 2 saat ( ) 3 veya 4 saat ( ) 5 saat veya daha fazla ( )

7. İnterneti en çok hangi amaçlarla kullanıyorsunuz? *(Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.)*

Ödev yapma  Film izleme  
 Araştırma yapma  Oyun Oynama  
 Müzik dinleme  Diğer.....

8. Ailenizde sizin dışınızda internet kullanan kişiler kimlerdir?*(Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.)*

Anne( ) Baba( ) Kardeşler( ) Birlikte yaşadığınız akrabalar( )

**EK- 3**

**EBEVEYN KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

*Çalışmaya katkı sağlayacak olan bir kaç kişisel bilgi sorusu aşağıda sorulmuştur. Çalışma süresince şahsınızı deşifre edebilecek hiçbir bilgi kullanılmayacak ve açıklanmayacaktır.*

1- Anne yaşı:.....

2- Baba yaşı:.....

3- Anne eğitim durumu:

İlkokul Mezunu  Ortaokul Mezunu  Lise Mezunu  Üniversite  
Mezunu

4- Baba eğitim durumu:

İlkokul Mezunu  Ortaokul Mezunu  Lise Mezunu  Üniversite  
Mezunu

5- Anne iş durumu:

Ev hanımı  Düzenli bir işi var.

6- Baba iş durumu:

Çalışmıyor.  Düzenli bir işi var.



## İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ (İBÖ)

<p style="text-align: center;"><b>İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ</b></p> <p>Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise <b>“Tamamen Katılıyorum”</b>, genelde doğru ise <b>“Katılıyorum”</b>, emin değilseniz <b>“Kararsızım”</b>, genelde doğru değilse <b>“Katılmıyorum”</b>, hiçbir zaman doğru değilse <b>“Kesinlikle Katılmıyorum”</b> şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur.</p>	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
<b>Yoksunluk</b>					
1. İnternet <u>kullanmadığım</u> zaman kendimi gergin/huzursuz hissedirim.	1	2	3	4	5
2. İnternet kullanmak isteyip de kullanmadığım zaman sinirli/öfkeli olurum.	1	2	3	4	5
3. İnternet bağlantısı koparsa ya da yavaşlarsa sinirlenirim/öfkelenirim.	1	2	3	4	5
4. İnternet kullandığım zamanlarda hiç olmadığım kadar mutlu/huzurlu olurum.	1	2	3	4	5
5. Kendimi endişeli ya da sıkıntılı hissettiğim zamanlarda internet kullanmak beni rahatlatır.	1	2	3	4	5
6. Birileri beni internetin başından kaldırırsa sinirlenirim.	1	2	3	4	5
7. Sorunlarımdan kaçmak için internet kullanmaya yönelirim.	1	2	3	4	5

**ERGENLER İÇİN DUYGU DÜZENLEME ÖLÇEĞİ (EİDDÖ)**

Yaşamda zaman zaman insanların başlarına olumsuz, hoş olmayan olaylar gelir ve bu olaylara bazı tepkiler verilir. Bu tepkilerin bazıları düşüncelerle ilgili iken bazıları ise davranışlarla ilgilidir. Lütfen aşağıdaki her bir ifadeyi dikkatlice okuyarak, sıkıntı verici, olumsuz bir olay yaşadığınızda cümlede verilen durum veya davranışı ne sıklıkla yaptığınızı size en uygun olan seçeneğe çarpı işareti (X) koyunuz. Lütfen her ifade için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız.		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğu zaman	Her zaman
<b>“Başıma olumsuz bir olay geldiğinde;</b>						
1	Duruma ilişkin düşüncelerimi yeniden gözden geçiririm.	( )	( )	( )	( )	( )
2	Duruma ilişkin amaçlarımı veya planlarımı yeniden gözden geçiririm, düşünürüm.	( )	( )	( )	( )	( )
3	Durum üzerinde düşünüp anlamaya çalışırım.	( )	( )	( )	( )	( )
4	Bir dahaki sefere neyi daha iyi yapabileceğimi düşünürüm.	( )	( )	( )	( )	( )
5	Öfkemi/üzüntümü sözel olarak (örn. bağırarak, tartışarak gibi) başkalarından çıkarırım.	( )	( )	( )	( )	( )
6	Öfkemi/üzüntümü fiziksel olarak (örn. kavga etmek, vurmak gibi) başkalarından çıkarırım.	( )	( )	( )	( )	( )
7	Başkalarını kötü hissettirmeye çalışırım (örn. kaba davranarak, onları görmezden gelerek).	( )	( )	( )	( )	( )

**EK-6****AİLE HAYATI VE ÇOCUK YETİŞTİRME TUTUMU ÖLÇEĞİ (PARI)**

*Görüşünüzü bu sayılardan birini daire içine alarak bildiriniz. Bu ifadelerde doğru veya yanlış yoktur. Sadece kendi görüşünüzü işaretlemeniz gerekir. Araştırma için bütün soruların cevaplandırılması gerekmektedir, bu yüzden bazı ifadeler birbirine benzer dahi olsa gene de cevaplandırmanızı rica ederiz.*

	<b>Çok Uygun Buluyorum</b>	<b>Oldukça Uygun Buluyorum</b>	<b>Biraz Uygun Buluyorum</b>	<b>Hiç Uygun Bulmuyorum</b>
1) Çocuk yorucu ve zor işlerden korunmalıdır.	4	3	2	1
2) Anne ve babalar, çocuklarını dertlerini anlatmaya teşvik ederler. Fakat bazen çocukların dertlerinin hiç açılmaması gerektiğini anlayamazlar.	4	3	2	1
3) Çocuk boşa geçen dakikaların bir daha hiç geri gelmeyeceğini ne kadar çabuk öğrenirse, kendisi için o kadar iyi olur.	4	3	2	1
4) Bir anne, çocuğunun düş kırıklığına uğramaması için elinden geleni yapmalıdır.	4	3	2	1
5) Çocuk ne kadar erken yürümeyi öğrenirse, o kadar iyi terbiye edilebilir.	4	3	2	1
6) Çocuk yetiştirmek sinir bozucu, yıpratıcı bir iştir.	4	3	2	1
7) Çocuğun hayatta öğrenmesi gereken o kadar çok şey vardır. Zamanını boşa geçirmesi affedilemez.	4	3	2	1
8) Babalar biraz daha şefkatli olsalar, anneler çocuklarını daha iyi yönetebilirler.	4	3	2	1
9) Çocuk yetiştirmenin kötü taraflarından biri de, anne ya da babanın istediğini yapabilmesi için yeterince özgür olmamasıdır.	4	3	2	1
10) Sıkı kurallarla yetişen çocuklardan en iyi yetişkinler çıkar.	4	3	2	1