



**T. C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**KARS İLİNDE AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR İL MÜDÜRLÜĞÜNE BAĞLI
ÇOCUK EVLERİNDE KALAN ERGENLERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK,
ÖZ YETERLİLİK VE SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

ÇAĞDAŞ TORAMAN

154102225

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: Doç. Dr. C. ONUR NOYAN

İstanbul, 2018



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102225
Öğrenci Adı Soyadı	: Çağdaş TORAMAN
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Doç. Dr. C. Onur NOYAN
Tezin Başlığı	: KARS İLİNDE AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR İL MÜDÜRLÜĞÜNE BAĞLI ÇOCUK EVLERİNDE KALAN ERGENLERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK, ÖZ YETERLİLİK VE SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI :

Toplantı Tarihi	: 18.05.2018	Saati	: 09:30
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> OY BIRLIGI <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.</p>			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.	
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> OY BIRLIGI ile REDDEDİLMİŞTİR.</p>			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Doç. Dr. C. Onur NOYAN	
Üye	Doç. Dr. Gül ERYILMAZ	
Üye	Dr. Öğretim Üyesi Tuğba Arzu ÖZAL İLDENİZ	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Kars İlinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne Bağlı Çocuk Evlerinde Kalan Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık, Öz Yeterlilik Ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih:

.../.../2018

Çağdaş TORAMAN

İmza:

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleştirilmesinde, değerli bilgilerini benimle paylaşan, kendisine ne zaman danışsam bana kıymetli zamanını ayırıp sabırla ve büyük bir ilgiyle bana faydalı olabilmek için elinden gelenden fazlasını sunan her sorun yaşadığımda kendisini arayabildiğim, güler yüzünü ve samimiyetini benden esirgemeyen ve gelecekteki mesleki hayatımda da bana verdiği değerli bilgilerden faydalanacağımı düşündüğüm kıymetli ve danışman hoca statüsünü hakkıyla yerine getiren Doç. Dr. Cemal Onur NOYAN'a teşekkürü bir borç biliyor ve şükranlarımı sunuyorum. Yine çalışmamda konu, kaynak ve yöntem açısından bana sürekli yardımda bulunarak, Kars İlinden İstanbul İline beraber gitmemde, Yüksek Lisans'a beraber başladığım bana yol gösteren ve gelecekteki hayatında başarılarına başarı katacağına inandığım kıymetli Uzman Sosyal Çalışmacı Yasin YILDIZ'a, Dünyanın en iyi kuaförü olduğuna inandığım benim sürekli yanımda olan Sayın Deniz KOÇ abime, kendilerine danıştığımda bana sürekli yardımlarda bulunan ve yol gösteren arkadaşlarım Adli Psikolog Dr. Gül ALPAR'a, Klinik Psikolog Kübra GÜZEL'e, Gelişim Psikoloğu Sena Kaçar'a Yazılım Mühendis'i Soner KILIÇARSLAN'a da sonsuz teşekkürlerimi sunarım. İstanbul'a her geldiğimde bana evini açan, yol gösteren, yardımlarını hiçbir zaman benden esirgemeyen arkadaşım Klinik Psikolog Onur KIZILKAN'a, Staj dönemimde bana evlerini açan hayatta insanlara verdiği pozitif enerjiyle, umutla benim Psikoloji bölümümü kazanmamda ve İstanbul'a gelmemde yardımcı olan dayım Ersin KOÇ ve Didem KOÇ'a, bilim öğrenmem, kendimizi sürekli geliştirmem için bana sürekli yol gösteren, iş yerimde izinlerime yardımcı olan Müdürüm Erol BATU'ya ve abim İbrahim ALABAY'a, teşekkürlerin az kalacağı diğer üniversite hocalarımdan da bana 4 yıllık üniversite hayatım boyunca kazandırdıkları her şey için ve beni gelecekte söz sahibi yapacak bilgilerle donattıkları için hepsine teker teker teşekkürlerimi sunuyorum ve son olarak çalışmamda desteğini ve bana olan güvenini benden esirgemeyen, zamanını benden esirgemeyerek her fırsatta çalışmamla yakından ilgilenen, bana destek veren tezi bitirmem için sürekli heveslendiren, gelecekte Psikiyatri alanında Dünyada parmakla gösterilecek kadar güzel yerlerde olacağına inandığım, hem aile hem iş yaşantısıyla insanlara örnek olan, güler yüzlü eşim Araş. Gör. Dr. Merve Çavdar TORAMAN'a ve beni bu günlere sevgi ve saygı kelimelerinin anlamlarını bilecek şekilde yetiştirerek getiren ve benden hiçbir zaman desteğini esirgemeyen bu hayattaki en büyük şansım olan Babam Baki TORAMAN'a, Annem Selvi TORAMAN'a ve biricik Kardeşim Can TORAMAN'a sonsuz teşekkürler.

ÖZET

(Toraman, Çağdaş, Yüksek Lisans Tezi, 2018)

KARS İLİNDE AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR İL MÜDÜRLÜĞÜNE BAĞLI ÇOCUK EVLERİNDE KALAN ERGENLERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK, ÖZ YETERLİLİK VE SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Bu araştırmada, Kars ilinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne Bağlı Çocuk Evlerinde Kalan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlilik ve sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Kars ilinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne bağlı Çocuk Evlerinde kalan, yaşları 12-17 arasında değişen n=39 kız ve n=11 erkek ergen katılmış olup, toplamda N=50 katılımcı ile çalışılmıştır. Araştırmada Sosyodemografik Bilgi Formu, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği, Çocuklar İçin Özyeterlilik Ölçeği ve Sosyal Duygusal Becerileri Öğrenme Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeklerden alınan puanların istatistiksel analizlerinde bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi ile Pearson korelasyon analizleri yürütülmüştür. İstatistiksel analizler sonucunda ergenlerin psikolojik dayanıklılıkları, öz yeterlilikleri ve sosyal duygusal öğrenme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra annenin çalışma hayatında olmasının, gençlerin özyeterlilik, psikolojik sağlık ve sosyal duygusal becerilerini arttıran bir faktör olduğu, babanın çalışmaması durumunda gençlerin psikolojik sağlık düzeyleri olumsuz yönde etkilendiği tespit edilmiştir. Bundan hareketle kurum bakımında olan çocukların ailelerinin desteklenmesi ve güçlendirilmesi konusunda annenin çalışma hayatına katılımına özel bir önem verilmesi ve buna yönelik destekleyici çalışmaların yapılmasının çocukların ruh sağlığını korunmasında kritik bir yeri olacağı düşünülmektedir. Elde edilen bulgular ışığında çocuk evlerinde kalan ergenlerin psikolojik sağlıklarının arttırılmasında, özyeterlilik düşünceleri ve sosyal

duygusal becerilerin önemi dikkat çekmektedir. Bu nedenle çocukların farkındalıklarını arttırarak yapılacak çeşitli alanlardaki özyeterlilik çalışmalarının ve sosyal duygusal becerileri geliştirmeye yönelik psikososyal müdahale programlarının psikolojik dayanıklılıklarını arttıran ve dolayısıyla da ruh sağlıklarını destekleyen çalışmaların yapılması önemlidir.

Anahtar kelimeler: koruma altındaki çocuklar, psikolojik dayanıklılık, öz yeterlilik, sosyal duygusal öğrenme becerileri

ABSTRACT

(Toraman, Çağdaş, Master of Science Thesis, 2018)

EVALUATION OF RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL RESILIENCE, SELF-SUFFICIENCY AND SOCIAL EMOTIONAL LEARNING SKILLS OF CHILDREN WHO STAYS IN CHILDREN'S HOUSES UNDER THE PROVINCIAL DIRECTORATE OF FAMILY AND SOCIAL POLICIES IN KARS

In this study, it was aimed to investigate the relationships between the psychological resilience, self-efficacy and social emotional learning skills of the adolescents living in the children's houses connected to Provincial Directorate of Family and Social Policy in Kars. Adolescents participated to the research were consisted of N=50 participants which were n=39 girls and n=11 male aged between 12-17 years and living in the Child Houses connected to Provincial Directorate of Family and Social Policy Sociodemographic Information Form, Brief Psychological Resilience Scale, Children's Self-Efficacy Scale and Social Emotional Skills Learning Scale were applied in the study. Independent sample t test and one way analysis of variance and Pearson correlation analyzes were conducted. As a result of the statistical analyzes, positive relationships between the psychological resilience, self-efficacy and social emotional learning skills of the adolescents were determined. Besides, it has been determined that the mother's working life is a factor that increases the self-efficacy, psychological resilience and social emotional skills of the adolescents and that the psychological resilience levels of the adolescents are negatively affected if the father does not work. From this point of view, it is considered that giving special importance to the mother's participation in the working life of the parents of the children of institutional care and strengthening their families and supporting them will play a crucial

role in protecting children's mental health. It is noteworthy that self-efficacy beliefs and social emotional skills are improved in increasing the psychological resilience of adolescents staying in Child Houses. For this reason, it is important to carry out self-efficacy studies in various areas by raising awareness of children and to conduct studies that increase the psychological resilience by psychosocial intervention programs to develop social emotional skills and thus support mental health.

Key words: children under care, psychological endurance, self-efficacy, social emotional learning skills

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

Tez Savunma Tutanağı

Yemin Metni

Teşekkür

Özet.....i

Abstract.....iii

İçindekiler.....v

Tablolar.....viii

Kısaltmalar.....ix

1. Giriş.....1

1.1. Araştırmanın Amacı.....2

2. İlgili Literatür4

2.1. Kurum Bakımındaki Çocuklar.....4

2.2. Psikolojik Sağlamlık.....5

2.3. Özyeterlilik.....10

2.3.1. Özyeterlilik Gelişimini Etkileyen Faktörler.....13

2.4. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri.....17

2.5. Özyeterlilik, Psikolojik Sağlamlık ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiler.....	21
3. Yöntem.....	29
3.1. Araştırmanın Türü, Evreni ve Örneklemi.....	29
3.2. Veri Toplama Araçları.....	29
3.2.1. Sosyodemografik Veri Formu.....	29
3.2.2. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği.....	29
3.2.3. Çocuklar İçin Özyeterlilik Ölçeği.....	30
3.2.4. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği.....	31
3.3. Veri Toplama İşlemi.....	31
3.4. Verilerin Analizi.....	31
4. Bulgular.....	32
4.1. Çocuk Evlerinde Kalan Ergenlik Çağındaki Çocukların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular.....	32
4.2. Çocuk Evlerinde Kalan Ergenlik Çağındaki Çocukların Demografik Özellikleri Bakımından Psikolojik Sağlamlık, Özyeterlilik ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	34
4.3. Çocuk Evlerinde Kalan Ergenlik Çağındaki Çocukların Psikolojik Sağlamlık, Özyeterlilik ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Düzeyleri Arasındaki İlişkiler.....	47
5. Tartışma ve Sonuç.....	50

5.1. Tartışma.....	50
5.2. Sonuç ve Öneriler.....	57
Kaynaklar.....	59
Ek1: Sosyodemografik Bilgi Formu.....	69
Ek2: Çocuklar İçin Öz-Yeterlilik Ölçeği.....	70
Ek3: Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği.....	72
Ek4: Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği.....	73
Özgeçmiş.....	75

TABLolar

Sayfa No

Tablo 1. Ergenlerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımları ve Yüzdeleri.....	33
Tablo 2. Ergenlerin Yaş, Sınıf ve Kardeş Sayısı Ortalamaları.....	34
Tablo 3. Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T Testi Bulguları.....	35
Tablo 4. Ergenlerin Annelerinin Çalışma Durumuna Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T Testi Bulguları.....	37
Tablo 5. Ergenlerin Babalarının Çalışma Durumuna Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T Testi Bulguları.....	39
Tablo 6. Ergenlerin Yakın Arkadaşlarının Bulunup Bulunmamasına Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T testi Bulguları.....	42
Tablo 7. Ergenlerin Arkadaş Gruplarının Bulunup Bulunmamasına Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T testi Bulguları.....	46
Tablo 8. Ergenlerin Araştırma Değişkenlerinden Aldıkları Puanlar Arasındaki Korelasyonlar.....	47

KISALTMALAR

AÖ: Akademik Özyeterlilik

SÖ: Sosyal Özyeterlilik

DÖ: Duygusal Özyeterlilik

GÖ-TP: Genel Özyeterlilik Toplam Puan

PS: Psikolojik Sağlamlık

İB: İletişim Becerileri

PÇB: Problem Çözme Becerileri

SBCB: Stresle Başa Çıkma Becerileri

KDAB: Kendilik Değerini Arttıran Beceriler

SDÖ-TP: Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Toplam Puan

BÖLÜM I

1. GİRİŞ

Devlet koruması altındaki çocukların aileden başlayan ve kurum bakım süreçlerinde de devam eden birçok psikolojik, sosyal ve fiziksel açıdan gereksinimleri bulunmaktadır. Koruma altındaki çocuklarla ilgili yapılan çalışmalar genellikle çocuk ve ergenlerin davranış problemlerine ve duygusal sorunlarına (Ellis ve ark., 2004; Üstüner ve ark., 2005; Şimşek ve ark., 2008); gelişimsel gecikmelerine, anksiyete ve duygu durum bozukluklarına (De Bellis, 2001; Ellis ve ark., 2004); ruhsal belirtilerine (Çetin ve Çavuşoğlu, 2009; Çaman ve Özcebe, 2011); benlik saygılarına (Çetin ve Çavuşoğlu, 2009) yetiştirme yurtları ve yuvalardaki sorunlara (Erol, 2004); damgalanma sorunlarına (Link ve Phelan, 2001); eğitimlerine (Jackson, 1994); bağlanma problemlerine (Zannah, 2000) odaklanmışlardır. Bu çalışmalar, koruma altındaki çocukların zorlanmalarına neden olan değişkenleri ve bunlar arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmaları bakımından oldukça önemli çalışmalardır. Ancak koruma altındaki çocuklarda gözlenen semptomlar yerine bu çocukların pozitif ve gelişime açık yönlerinin belirlenmesi ve bu doğrultuda uygulamalı çalışmalar yapılması gereği sıklıkla gözden kaçmaktadır.

Zorlayıcı durumlar karşısında çabuk toparlanabilme, olayların üstesinden gelebilmeyi ifade son yıllarda dikkat çeken bir özellik psikolojik sağlık ve ya dayanıklılıktır. Kurum bakımındaki çocukların yaşamlarındaki zorluklar karşısındaki psikolojik sağlıklarının değerlendirilmesi ve bunun hangi bireysel özelliklerinden etkilendiğini belirlemenin onların rehabilitasyonları ve psikososyal gereksinimlerinin belirlenmesi aşamalarında önemli olduğu düşünülmektedir. Kurum bakımındaki gençlerin olaylarla baş etmeleri ve problem çözümleri karşısında söz konusu özelliklerini nasıl değerlendirdikleri de önem kazanmaktadır. Gençlerin çevresinde olan bitenler karşısında etkili olabilecek davranışsal repertuarı sergilemeleri konusundaki inançları onların öz yeterlilik düşüncelerini ortaya koyar. Yani bireyin önceki performansların bakarak gelecekteki performansı üzerindeki olumlu değerlendirmelerini içermektedir. Kurumdaki gençlerin ailesel ve kurumsal alanda yaşadığı problemler karşısında etkili davranışlarda

bulunabilmesi konusunda kendiyile ilgili öz yeterlilik inancı da kritik bir rol oynayabilmektedir. Öz yeterlilik inancı yüksek birisi, kendi davranışlarıyla ilgili daha olumlu bir algısı olduğu için kontrol hissi de daha sağlıklı bir biçimde ortaya konabilmektedir. Diğer yandan her problem bir sosyal bağlamda meydana geldiği için sosyal-duygusal becerilerin de bu gençler için olumlu bir kişilik kaynağı olduğu düşünülmektedir. Sosyal-duygusal öğrenme becerileri; bireyin kendi duygularının farkında olması, duygularını yönetmesi, problem çözme becerileri, ilişki geliştirme ve empati kurma becerileri ile karakterize edilmektedir (Kabakçı ve Korkut-Owen, 2010). Yaşanan sorunlar karşısında sosyal –duygusal öğrenme becerileri yüksek olan gençlerin sorunların üstesinden daha kolaylıkla geleceği ve kendi becerilerine olan inancı da daha olumlu olacağı düşünüülerek psikolojik dayanıklılık ve öz yeterlilik gibi bireyin sahip olduğu diğer bir güçlü özellik olarak işleyeceği tahmin edilmektedir. Bu nedenle kurum bakımındaki dezavantajlı gençlerin bu güçlü yönlerinin birbirleriyle ilişkilerinin incelenmesi ve hangi sosyodemografik özelliklerden etkilendiğinin belirlenmesi onların gereksinimlerine uygun çalışmalara yön vereceği umulmaktadır. Bu çalışmada Kars İlinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne Bağlı Çocuk Evlerinde Kalan çocukların psikolojik dayanıklılık, öz yeterlilik ve sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu çalışmanın, koruma altındaki çocukların yaşam boyu kendilerine katkı sağlayabilecek olumlu özelliklerinin geliştirilmesi bakımından hem literatüre hem de uygulama alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, Kars İlinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne Bağlı Çocuk Evlerinde Kalan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlilik ve sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır.

1. Kars İlinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne Bağlı Çocuk Evlerinde Kalan ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında, öz yeterlilik düzeyleri arasında ve sosyal öğrenme becerileri arasında anlamlı fark var mıdır?

2. Kars İlinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne Bağlı Çocuk Evlerinde Kalan ergenlerin en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında, öz yeterlilik düzeyleri arasında ve sosyal öğrenme becerileri arasında anlamlı fark var mıdır?

3. Kars İlinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne Bağlı Çocuk Evlerinde Kalan ergenlerin arkadaş gruplarının olup olmamasına göre göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında, öz yeterlilik düzeyleri arasında ve sosyal öğrenme becerileri arasında anlamlı fark var mıdır?

4. Kars İlinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne Bağlı Çocuk Evlerinde Kalan ergenlerin psikolojik dayanıklılık, öz yeterlilik ve sosyal öğrenme becerileri arasında anlamlı ilişki var mıdır?

1.2. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmanın yapıldığı dönemde kurumda bulunan çocuklarla çalışılmış olup, erkek ve kız çocukların sayıları bu nedenle eşit tutulamamıştır.

2. Araştırmanın yapıldığı dönemde kurumda bulunan çocukların travmatik yaşantılarına ilişkin (aile içi ihmal/istismar) sorular sorulmamıştır. Bu araştırmanın amacı zaten travmatik yaşantı geçmişi bulunan çocukların psikopatolojik belirtilerini belirlemek değildir. Bunun yerine çocukların psikolojik iyi oluş hallerinin (sosyal duygusal öğrenme, psikolojik dayanıklılık ve öz yeterlilik) değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Çocukların travmatik yaşantılarının bu araştırmanın sonuçlarını bir karıştırıcı değişken olarak etkileme ihtimali bulunsa da o dönemde kurumda bulunan çocuk sayısı da göz önünde bulundurulduğunda travmatik yaşantının türüne ilişkin bir karşılaştırma yapmak istatistiksel açıdan sonuçların genellenmesine olanak vermeyecektir.

BÖLÜM II

2. İLGİLİ LİTERATÜR

Bu bölümde araştırmanın amaçlarına uygun olarak, literatürde daha önce yapılmış çalışmalar incelenmiştir.

2.1. KURUM BAKIMINDAKİ ÇOCUKLAR

Çocukluk dönemi ruhsal, fiziksel ve sosyal açıdan hızlı bir biçimde gelişimlerin yaşandığı önemli gelişimsel dönemler arasındadır. Bu dönemin sağlıklı bir biçimde yaşanabilmesinde anne-baba veya bakıcı ile çocuk arasında sıcak ve sevgi dolu bir ilişkinin önemi açıktır. Ancak, aile içi problemler, yoksulluk, anne babada fiziksel ve ruhsal yetersizlikler, ebeveynlerin ölümü, ihmal ve istismar, ergen dönemi evlilikleri ya da erken evlilik dışı gebelikler gibi nedenlerle anne babalık işlevleri yetersiz kalabilmekte ve çocuk korunmasız olabilmektedir. Bu koşullarda çocuklar devlet tarafından koruma altına alınarak farklı bakım ortamlarında büyütülmektedir (Erol ve ark. 2005).

Kurum bakımındaki çocuklarda bakım verenler, öğretmenler ve kendilerinden elde edilen bilgilere bakıldığında, sorun davranışların görülme oranı kurum bakımında %18.3 ile %47 arasında değişirken, ailesi yanında büyüyen çocuklarda %9 ile %11 arasında bulunmuştur. Kurum bakımında olan çocukların dışa yönelim sorunlarının (%21.4-%41.9) içe yönelim sorunlarına (%6.2-%40.1) göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu izlenmiştir. Ayrıca düşünce sorunları (%7.2-%18.4), dikkat sorunları (%7.7-%31.4) ve sosyal sorunlar (%5.7-%11.7) da toplum örneğine göre (%1.6-%5.8) anlamlı olarak yüksek olduğu belirlenmiştir. Kurum bakımına alınma yaşı ve nedeni, tekrarlayan fiziksel hastalığın olması, bakım verenin niteliği, sık kurum değiştirme, okul-yuva işbirliği, aile/akrabalarla iletişimin sürmesi, problem çözme becerileri, kadercilik, sigara-alkol kullanma, hissedilen yeterlik düzeyi ve damgalanma duygusal ve davranışsal sorunları açıklayan faktörler olarak belirlenmiştir. Çocukların ancak %2.4'ünün ruh sağlığı hizmetlerinden faydalandığı izlenmiştir (Şimşek ve ark., 2009). Bu bulgular ışığında bu çocukların ruhsal, sosyal ve fiziksel açıdan dezavantajlara sahip olduğu ve birçok zorlayıcı yaşantılara ve risk

faktörlerine karşı açık yaşantılara sahip olduğu söylenebilir. Bu nedenle ruhsal, sosyal ve fiziksel yönden birçok gereksinimleri karşılanmamakta ve rehabilitasyon süreçlerinde farklı yönlerden yoğun destek sistemlerine ihtiyaç duyulmaktadır.

Çifci (2009) çocuklara yönelik koruma hizmetlerinin dünyada hızla değişmesine rağmen Türkiye’de çocuğa yönelik hizmetlerin yetersiz olduğundan bahseder. Yaygın bir biçimde suça itilen çocuklardan, istismar mağduru çocuklara kadar farklı yaşantılara sahip çocuklar bir arada bulunmaktadır. Çocukların bu şekilde karma bir bakım modeline tabi olması hem birbirlerini olumsuz etkilemelerine hem de gereksinim duydukları desteği alamamalarına neden olabilmektedir. Bu nedenle çocukların bireysel açıdan güçlü yönlerinin belirlenmesi, onların içindeki buldukları olumsuz şartlarla baş etmesindeki öneminin anlaşılması ve bu açıdan desteklenmeleri konusunda alana önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çetin ve Çavuşoğlu (2009) çalışmasında kurum bakımındaki adölesanların kurumdaki yetersizliklerden olumsuz yönde etkilendikleri ve etkili bir sosyal destek sistemine gereksinim duyduklarını belirlemişlerdir. Bu çocukların benlik saygılarının yükseltilmesi gerektiği, ruh sağlığı açısından da izlenmesinin önemli olduğu, sorunları konusunda danışmanlık verilerek ve gelecekleri konusunda da bağımsızlık yönünde desteklenmesi önerilmiştir.

2.2. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK

Pozitif psikoloji insanların güçlü yanlarına odaklanan, bireylerin varlığı ve gelişimine katkı sağlayan bireysel ve çevresel özellikleri ele alan bir bilimsel yaklaşım olarak ele alınmaktadır. İnsanın eksik ve patolojik yönlerinden ziyade, becerilerine ve iyileştiren özelliklerine odaklanan pozitif psikoloji alanında son yıllarda dikkat çeken kavramlardan biri de psikolojik dayanıklılıktır. Psikolojik dayanıklılık stresli yaşam olayları karşısında bireyin sahip olduğu direnç kapasitesi ve yeniden toparlanabilme gücüdür. Kobasa (1982) psikolojik dayanıklılığın stresörler karşısında bireyin yeniden

toparlanabilmesini sağlayan birtakım kişilik özellikleri boyutlarından meydana geldiğini; bu özelliklerin değişime ve yeniliğe açık olma, kendini yaptıkları işe ve hayatın farklı alanlarına verebilme; olayların kontrolünün elinde olduğuna inanma şeklinde ele alınabileceğini ifade eder. İnsanı Vaoluşçu yaklaşımla ele alan Kobasa'ya göre, insanın tercihlerine, davranışlarına ve yaşam biçimine göre varlığı anlam kazanmaktadır. İnsan özgürce seçim yapabilen bir canlı olarak, kendi seçimlerinden ve eylemlerinden sorumludur. Bu sorumluluk nedeniyle, aldığı kararlar yaşamına anlam katmakta, kendi kimliğini ve yaşamsal pratiğini yaratmaktadır. Bu anlamda Kobasa'nın tanımladığı psikolojik dayanıklılığı olan bireylerin, yaşamda kendi eylem ve seçimlerinin sorumluluklarını alarak, yaşamda ne yapmak istediklerini belirleyebilen, karşısına çıkan zorluklar karşısında daha iyi olma ve toparlanabilme gücüne sahip olduğu söylenebilmektedir.

Psikolojik dayanıklılık birbiriyle ilişki içinde olan üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; bağlanma, kontrol ve meydan okuma boyutları şeklinde adlandırılır. Bağlanma; bireyin farklı yaşam alanlarına yönelik ilgisinin ve eğiliminin olması anlamına gelmektedir. Dayanıklılığın bağlanma boyutu;, yaşama aktif katılımı, sosyal ilişkilerinin niteliği, sosyal kaynaklardan yararlanabilme kapasitesini, değer sistemlerine bağlılığını, amaç duygusunu da içermektedir. Stresli durumlar karşısında birey, yaşamın farklı alanlarına yönelik ilgisini ve sosyal ilişkilerini sürdürebiliyorsa, inanç ve değerlerine bağlılığı varsa zorlayıcı durumlarla baş etme konusunda bir güç kaynağı şeklinde işlev gören özelliklere sahip görünmektedir (Kobasa ve ark.; 1982). Bu özellikler zorlu bir durum karşısında bireyin çabuk toparlanabilmesini sağlayan hem sosyal destek sistemi, hem de yaşamın farklı yönlerinden besleneceği bir güç kaynağı gibi işleyebilmektedir. Kontrol boyutu ise; bireyin yaşamındaki olayları etkileyebileceği ve değiştirebileceği yönündeki inancı ve bu yöndeki davranışları içermektedir. Stresli durumlar karşısında kendini çaresiz ve pasif hissetmek yerine olayın sonuçlarını etkileyebilme fikirlerini içeren güdülenme, seçim ve kontrol süreçlerini kullanabilme becerisidir. Böylece birey kendini çaresiz ve olaylar üzerinde denetimsiz hissetmek yerine, dikkatini kontrol edebileceği durumlara vererek kendini daha yeterli ve kontrollü algılayabilmektedir (Kamya, 2000). Bu da olayların sonuçlarını

etkileme gücünü arttıran bir durum olarak ele alınabilir. Dayanıklılığın 3. boyutu olan meydan okuma; bireyin değişimi, gelişim için bir fırsat olarak görmesi ve yeni deneyimlere açık olması şeklinde tarif edilir. Bireyin kendine ve yaşama güvenini, yeterlilik duygularını, iyimserliği, bireyin çevresiyle aktif bir biçimde etkileşime geçerek yaşamdaki deneyimlerden öğrenebilmeyi kapsamaktadır (Holt ve ark.; 1987).

Psikolojik dayanıklılık stresli durumlar karşısında bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığını olumlu yönde etkileyen tampon işlevi gören bir kapasitedir (Kobasa, 1982). Bu kapasite sayesinde, birey yaşadığı olayın olumsuz etkilerinden çabuk bir biçimde sıyrılabilmekte ve önceki yaşamına hızla geri dönebilmektedir. Bireyin ihtiyacı olan sosyal ve anlamsal kaynakları, yeterlilik düşüncelerini ve değişime olan geliştirici inancı içermesiyle birlikte, birey kontrol inancını kaybetmeden diğer yaşam alanlarında etkin biçimde davranmaya devam edebilmektedir. Robitsckek ve Kashubeck 'e (1999) göre psikolojik dayanıklılık, bireyin kendilik değişimi sürecinde etkin olmasını sağlayan bilişsel, duygusal ve davranışsal değişiklikler çerçevesinde kendini gerçekleştirmesini sağlamaktadır.

Psikolojik dayanıklılığın bu alt boyutları birey üzerindeki stresin olumsuz etkilerini elimine etmektedir. Bağlanma boyutu hem bireyin yapmaktan keyif aldığı aktivitelere katılımını kapsamakta hem de kişiler bu içine dahil oldukları aktivite ve alanların önemine de güçlü bir biçimde inanmaktadırlar. Kontrol boyutu bireyin kendi yaşamını kontrol etmesi ve belirleme özgürlüğüne sahip olmasını sağlamakta, böylece olumsuz dışsal faktörlerin etkisini azaltarak kendi düşünce ve eylemlerinin sorumluluğunu taşımaktadırlar. Kişisel seçimlerinin ve sorumluluklarının, etki güçlerinin öneminin farkındadırlar. Dayanıklı bireyler aynı zamanda meydan okuma özelliğini taşımakta ve değişimi bir tehdit olarak görmemekte kendileri için bir fırsata dönüştürebileceklerine inanmaktadırlar (Kobasa, 1982).

Psikolojik dayanıklılığın bir kişilik özelliği olarak ele alınmasının yanı sıra, onu kişinin bir niteliği olarak ele almayan yazarlar da bulunmaktadır. Luthar ve ark. (2000) psikolojik dayanıklılığı bir kişilik özelliğinden ziyade hayatı tehdit eden durumlar karşısında pozitif yönde bir uyumun gelişmesiyle ilişkili olan dinamik bir süreç şeklinde ele

almaktadır. Bu anlamda psikolojik dayanıklılık doğuştan getirilen bir özellik değil, geliştirilebilir ve kazanılabilir bir özellik olarak değerlendirilmektedir.

Sagone ve De Caroli (2013) psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin, yaşamdaki değişimler karşısında önlerine çıkan güçlüklerle daha kolay baş edebileceklerine inandıklarını ve daha etkili problem çözme yöntemleri kullanarak daha iyi uyum gösterdikleri; daha iyimser bir bakış açısına sahip olduklarını (Lee ve ark.2008) ifade etmektedir. Connor ve Zhang (2006) psikolojik dayanıklılığın depresyon, anksiyete ve stres tepkilerini azaltmada etkili bir ruhsal kapasite olduğunu belirtmektedir. Westphal ve Bonanno (2007) ise psikolojik dayanıklılığın kanser hastalığına sahip bireylerde yaşadıkları süreci anlamlandırmalarında ve yaşamlarına etkin biçimde devam edebilmelerinde önemli bir psikolojik değişken olduğunu belirlemişlerdir.

Bonanno (2004) psikolojik dayanıklılığa sahip bireylerin kendine ve dünyaya yönelik tehdit algılarının daha düşük olduğu; yaşadıkları olayların olumsuz anlamlarına daha az dikkat ettikleri, olumsuz olayların sonuçlarını azaltma ve bu olayları normalleştirme becerilerine sahip olduklarını, stres seviyelerini azaltabildiklerini, değişimlere bu nedenle daha iyi uyum gösterebildiklerini ifade etmektedir.

Özçetin ve Hiçdurmaz (2017) psikolojik dayanıklılığın bireyin yaşam kalitesini ve iyi oluşunu arttıran önemli faktörlerden biri olduğunu, travmatik deneyimlerden en az zararla çıkmayı sağladığını, problemlerle uygun ve etkili baş etmeyi sağlayarak değişime uyumu arttıran bir faktör olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle önemli stresörler karşısında psikolojik dayanıklılığı geliştiren yaklaşımların planlanması ve uygulanmasının bireyin ruh sağlığının korunmasında önemli etkiler yaratacağı beklenmektedir.

Mak ve arkadaşları (2011) psikolojik dayanıklılığın bireyin kendisi, dünya ve gelecek hakkındaki pozitif bilişlerle anlamlı olarak ilişki gösterdiğini belirlemişlerdir. Yüksek düzeyde dayanıklılığa sahip bireylerin daha fazla pozitif bilişlere sahip olduğunu, daha yüksek yaşam doyumu hissettikleri ve daha düşük depresyon düzeyleri gösterdikleri görülmüştür. Bu bulgular bireyin kendisi, dünya ve geleceklere ilgili pozitif bilişlerinin hem psikolojik dayanıklılığı arttıran bir faktör olduğu hem de pozitif bilişlerin ve

dayanıklılığın yaşam doyumu ve ruh sağlığını olumlu yönde işaret eden veriler sağlamaktadır. Bu sonuçlar ayrıca depresyonun negatif bilişsel üçlüsüne karşı, dayanıklılığın pozitif bilişlerle ilişkileri nedeniyle depresyona karşı koruyucu bir kişilik özelliği olarak çalışabileceğini göstermektedir. Bireyin kendi hakkındaki olumlu bilişlerinin özyeterlilikle de ilişkili olduğu, dolayısıyla da dayanıklılık ve özyeterlilik arasında da olumlu yönde bir ilişkiye işaret eden bulgu olarak değerlendirilebilir.

Davis (1999) dayanıklılık çalışmalarını derleyerek dayanıklılıkla ilişkili 8 alan belirlemiştir: (1) iyi bir sağlık ve rahat bir mizacın olması (2) güvenli bağlanma ve diğerlerine temel bir güvenin olması (3) yardım toplama becerisini içeren kişilerarası yetenekler (4) okuma becerisi, plan yapma kapasitesi, kişisel etkililik ve zekayı kapsayan bilişsel yetenekler (5) diğerlerinin duygularını regüle etme, hazzı erteleme, gerçekçi bir yüksek benlik saygısı kazanma, diğerlerinin yararına yaratıcılığı ve mizahı kullanma gibi çeşitli duygusal becerileri içeren bir duygusal yetenek (6) diğerlerine katkıda bulunma fırsatı ve becerisi (7) hayatın anlamlı ve önemli olduğuna inanma, diğer insanlarla bağlantıda olmanın ahlaki anlamını barındırma. Bu alanların dayanıklılığı sağlaması bakımından geniş bir ağ oluşturduğu söylenebilir.

Kobasa ve arkadaşlarına (1982) göre aile ve sosyal çevresi, iş yaşamı, kişilerarası ilişkiler, çeşitli değerlere ve inanç sistemlerine bağlılığı olan bireylerin bu şekilde zengin bir yelpazede yaşam alanlarıyla etkin bir etkileşim içinde olması zorlayıcı yaşam olaylarını atlatmalarında kaynak işlevi görebilmektedir.

Funk (1992) ise psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin etkin ve amaç yönelimli davrandıklarını, zorlayıcı olaylar karşısında kendilerini bir kurban olarak görmediklerini, olayların sonuçlarını etkileyebileceklerine inandıklarını belirtmektedir. Travmatik olayların ardından kendini kurban olarak algılamayan; olaylar üzerinde etki ve kontrol sağlayabileceğine inanan bireylerin izleyecekleri davranışlar da daha etkin ve amaca yönelik gerçekleşmekte; böylece olayların gidişatını da etkileyebilecekleri davranışlara yönelebilmektedir. Bu yaklaşımları sayesinde travmatik olayları fırsata dönüştürebilme becerilerini geliştirebilmektedir.

Psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerdeki sevgi, umut ve ilgi gibi olumlu duyguların zorlayıcı yaşam deneyimleri karşısında, depresyon geliştirme riskine karşı tampon işlevi gördüğü belirtilmektedir. Dayanıklılığı yüksek olan bireylerin bu olumlu düşünce ve duygulara sahip olmasının onların stresli zamanlarda sahip oldukları psikolojik kaynaklarını arttırdığı izlenmektedir (Fredrickson ve ark., 2003).

Cinsiyetleri açısından karşılaştırılan ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında farklılık bulunamamıştır. Ancak sosyal destek arama ve planlı problem çözme yöntemlerine kızların daha sıklıkla başvurdukları; erkeklerin ise kendine saklama, doğaüstü güçlere inanma ve sorumluluğu kabul etme yöntemlerine daha fazla başvurdukları izlenmiştir (Yöndem ve Bahtiyar, 2016). Bu bulgu literatürdeki kadınların dayanıklılıklarının daha fazla olduğu verileriyle farklılık göstermektedir. Literatür erkeklerde etkili baş etme yöntemleri geliştirebilmelerinde desteğe ihtiyaçları olduğuna işaret ediyor görünmektedir. Bu çalışmada ayrıca psikolojik dayanıklılık, planlı problem çözme ve sosyal destek arama boyutlarının gelir düzeyi yüksekliği ile olumlu ilişki içinde olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu dayanıklılığın sosyo-ekonomik düzeyle ilişkisini ortaya koymakta, düşük gelir düzeyinin dayanıklılıktaki dezavantajına dikkat çekmektedir. Gelir düzeyi özellikle diğer koruyucu faktörlere ve çeşitli olumlu kaynaklara ulaşmada kritik bir rol oynuyor gibi görünmektedir.

2.3. ÖZYETERLİLİK

Özyeterlilik, sosyal bilişsel teorisinin bir ürünüdür. Bandura (1986) öz etkililiğin sosyal ve psikolojik yaşam alanlarını içeren bir yapı olduğunu söyler. Bireyin kendi organize etme ve eylemi tamamlama becerileri hakkındaki kendi bireysel değerlendirmelerini kapsar. Bu değerlendirmeler bireyin geçmişteki başarı ve başarısızlıklarından etkilenir.

Bandura (2001) karşılıklı etkileşen üç boyutlu bir süreçten bahseder. Bunlar çevresel etkiler, bizim davranışlarımız ve içsel kişisel faktörler şeklindedir. Bandura bu üç faktörün kendi aralarında etkileşimi olduğunu, her faktörün birbiri üzerinde etkiye sahip

olduğunu, etkililiğin ve beklentilerin sonuçlarının davranışsal değişimdeki motivasyonu açıkladığını ileri sürer.

Bandura (1997) öz yeterliği kişinin çevresinde olup bitenler üzerinde etkili olabilecek biçimde bir edimi başlatıp sonuç alıncaya kadar sürdürebileceğine olan inancı olarak tanımlamıştır. Öz yeterliğin önceki performans başarıları ve gelecekteki performans arasında aracı bir değişken olduğu ileri sürülmüştür (Lane ve ark., 2003).

Kotaman, (2008) ise özyeterliğin yeni bir becerinin kazanılmasında ya da yeni bir öğrenmenin gerçekleşmesinde ve daha sonra bu yeni becerinin ya da öğrenimin uygulamaya konmasında kritik bir işlev gördüğünü belirtmiştir. Öz-yeterliğin, birbirleri ile etkileşim halinde olan dört kaynaktan oluştuğu düşünülmektedir (Bandura, 1997). Bunlar şöyle sıralanmaktadır: 1. Performans Başarıları: Bireyin yaptığı işlerde gösterdiği başarı ödül etkisi yapmakta ve bireyi gelecekte de benzer davranışlara güdülemektedir. Dolayısıyla gösterilen başarı onun daha sonra buna benzer işlerde de başarılı olacağına bir göstergesidir. 2. Dolaylı Yaşantılar: Başka kişilerin başarılarını görmek, kişinin kendisinin de başarı beklentisine girmesini sağlayabilir. Kendimizden beklentilerimiz diğer kişilerin deneyimlerinden kaynaklanır. 3. Sözel İkna: Bir davranışı başarıyla ortaya koyabileceğimize ilişkin söz ve öğütler bireyin cesaretlenmesini ve öz-yeterliğinin değişmesini sağlayabilir. 4. Duygusal Durum: Bireyin davranışı yapacağı sırada bedensel ve duygusal olarak iyi olması, onun bu davranışa girişimde bulunma olasılığını yükseltir.

Öz yeterlik düzeyi; bireyin, belli bir başarı elde etmek için gerekli faaliyetleri planlayıp başarılı bir biçimde yapabilme kapasitesine dair kendi hakkındaki yargısına öz-yeterlilik denir (Bandura, 2001). Diğer bir ifadeyle öz-yeterlilik, kişinin gelecekte karşılaşılabileceği zorlayıcı ve olumsuz durumlarla baş etmede ne kadar başarılı olabileceğine ilişkin kendi hakkındaki yargısı veya inancıdır.

Öz-yeterlilik, sosyal bilişsel kuramın temel kavramı olup kişinin kendi hakkındaki farkındalığını içerir. Bireyden beklenenle kendi kapasitesini karşılaştırıp buna göre harekete geçmesidir. Öz-yeterlilik, bireyin karşılaşmış olduğu zorlukların nasıl üstesinden

geleceğine ilişkin kendisi hakkındaki fikri, başka bir ifadeyle kişinin kendi potansiyelini bilmesidir (Korkmaz, 2002).

Özyeterlilik insanların bir sorun ortaya çıktığında sorunu çözebilmek için ne kadar ısrarcı bir biçimde uğraştığının da bir göstergesidir ve bu durum insanların doğru veya yanlış yapmalarını etkilemektedir. Özyeterlilik, insanların karşı karşıya geldiği olaylardaki düşünce biçimlerini, duygusal tepkilerini ve olaya ilişkin bakış açılarını etkilemektedir. Özyeterliliği yüksek olan bireyler, zorluklarla karşılaştıklarında çabuk pes etmemekte, daha kaygısız ve kendilerinden emin bir biçimde sabırla uğraşmakta; özyeterliliği düşük olan bireyler ise karşılaştıkları zorluklarda kaygıları artarak strese girmekte ve bu tepkileri nedeniyle olayları gerçekte olduğundan daha zor bir biçimde yaşamalarına neden olmaktadır. Sonuç olarak; özyeterlilik ile başarı düzeyi arasında sıkı bir ilişki olduğu söylenebilir (Pajares, 2002).

Öz yeterliliği yüksek bireyler kendilerine zor hedefler belirleyip, bunlara ulaşmak için bağlılıklarına sonuna kadar devam ederler. Olaylar üzerinde kontrol sahibi olacaklarına ilişkin bir inanca sahiptirler. Özyeterlilik bu açıdan stresi düşürmede ve başarı elde etmede etkili bir faktör şeklinde işlemektedir (Bandura, 1994). Öz yeterlik, insanların amaçlarına ulaşırken hangi sorunlarla karşılaşacağını ve bunlarla nasıl baş edileceğini gösteren güdüleyici bir faktör olarak değerlendirilebilir (Bıkmaz, 2004).

Coleman ve Karraker (1997), özyeterliliği bireyin bir hareketindeki performansında başarılı olduğu yönündeki inancı şeklinde tanımlarken aynı zamanda özyeterliliğin zihinsel süreçler, yaşantı, motivasyon gibi değişkenlerle ilişkili olduğunu belirterek kişinin yeteneklerinin farkında olmasının daha çok çevre merkezli olduğunu ifade etmişlerdir.

Linnenrink ve Pintrich (2003), özyeterliliği kişilerin belirli bir performansla ulaşmak için gereken davranışları planlayıp uygulayabilme kapasiteleri hakkındaki yargıları olarak açıklamaktadır. Özyeterlilik çocukların bir kitap okuma, bir matematik problemi çözme, bir bisikleti kullanma ya da kendi ayakkabılarını bağlama gibi her hangi bir beceriyi yerine getirmeye ilişkin inançları ile bağlantılıdır (Linnenrink ve Pintrich, 2003). Bununla birlikte Aydoğan ve Özbay (2012) lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada özyeterliliğin akademik

erteleme davranışını yordamadığını; ancak benlik saygısıyla pozitif yönde, kaygı düzeyi ile negatif yönde ilişki gösterdiğini belirlemiştir.

Schunk (1990)'a göre özyeterlilik inancı, insanların davranışlarının en önemli belirleyicilerinden biridir. İnsanlar bir görevi başarabilmek için gereken becerinin ve denetim gücünün kendilerinde olduğuna inanırsa, bu görevi seçmek için daha motive ve kararlı olurlar; gereken davranışları yerine getirirler. Özyeterlilik kavramı temel olarak üç kısımda değerlendirilmektedir. Birincisi, duruma ve göreve özel olan özyeterlilik düşüncesidir. Bu bağlamsaldır ve bireyler bazı durumlarda bu algılardan faydalanmaktadır. Çünkü bireyler, bazı görevlerdeki performanslarında yüksek öz yeterliliğe sahip olabilir ancak başka görevlerde özyeterlilikleri düşük olabilir (Heslin ve Klehe, 2006). Buna göre, öz yeterliliğin göreve özgü olduğu ve belli bir oranda ilişkili diğer görevlere de genellenebileceği söylenebilir. İkincisi, alana özgü özyeterliliktir. Üçüncüsü ise genel özyeterlilik kavramıdır. Kişinin karşılaşılabileceği tüm güçlüklerle ilgili olan genel özyeterlilik, diğer özyeterlilik çeşitlerine göre daha değişmez bir yapıya sahiptir (Çetin, 2011).

2.3.1 Özyeterlilik Gelişimini Etkileyen Faktörler

Bireyin öz yeterliliğini gelişmesinde dört kaynak bulunur. Bu kaynaklar şöyle sıralanabilir:

Geçmiş deneyimlerle elde edilen performans başarıları: Özyeterlilik algısının beslendiği en önemli kaynaklardan biri; “ustalık tecrübesi” olarak da adlandırılan, bireyin davranışlarını etkileyen, önceki başarılı ve başarısız deneyimlerdir. Başarılı deneyimler özyeterlilik algısını artırırken, ardarda yaşanan başarısızlık deneyimleri ise özyeterlilik inancını düşürmektedir. Bu kaynak özyeterlilik inancının artışı ile azmi ve kararlılığı artırmakta ve performansı artırmaktadır. Bireylerin yüksek bir yeterlilik inancı geliştirmesi için, çabalamaları sonucu engelleri aştıkları deneyimlere sahip olmaları gerekmektedir (Bandura, 1994).

Dolaylı deneyimler (Sosyal modeller yoluyla elde edile yaşantılar): Bireylerin kendi deneyimlerinin dışında, model alma yoluyla da özyeterlilik inançlarını oluştururlar. Başkalarının olumlu ya da olumsuz deneyimleri bireylerin özyeterlilik duygusunu önemli oranda etkilemektedir. Rol modelle benzerlik oranı yüksek olduğu durumda, başarı ve başarısızlık deneyimlerinin etkisi o kadar fazla olur. Yetenekleri olan etkili modeller, davranışları yoluyla onları gözleyenlere güçlüklerle nasıl baş edecekleri konusunda bilgi sağlayarak özyeterliliklerinin gelişmesine katkı sağlarlar. Diğer yandan sosyal karşılaştırma vasıtasıyla özyeterlilik inancı artırılabilir (Wood ve Bandura, 1989)

Sözel ikna: Sözel iknâ, bireyin başarıya ulaşmak için daha fazla çabalamasını, yeterlilik fikrinin oluşmasını, başarılı olacağı yönündeki inancının artmasını, bu inancı artıran yollar geliştirmesini sağlayabilmektedir. Bireyin kapasitesini aşan görevleri üstlenmesine sebep olan gerçekçi olmayan sözel iknalar, bireyin başarısızlık yaşamasına da yol açabilmektedir. Bu durumlarda, bireyin özyeterlilik inancının kolaylıkla zedelenmesi söz konusudur. Bunun zıddı durumlarda da, yani üstlenilen görevi yapmaya kapasitesi yeterli olmasına rağmen, yetersiz olduğu yönündeki olumsuz görüş ve değerlendirmeler durumunda, bireyin zorlu görevlerden kaçmasına, fazla çaba göstermemesine ya da görevi bırakmasına neden olabilir. Özyeterlilik inancının oluşmasında ikna edenin bilgi düzeyi ve güvenilirliği ikna sürecini etkilediğinden ikna eden kişinin önemi büyüktür (Wood ve Bandura, 1989; Baltacı, 2008).

Fiziksel ve duygusal durumlar: Özyeterlilikte kendi hakkındaki düşünceleri etkileyen dördüncü kaynak ise bireylerin bedensel ve duygusal anlamda yeterli düzeyde ve uygun koşullarda olmalarıdır. Bir performans sırasındaki korku, kaygı ve stres düzeyleri öz yeterliliği etkileyen fizyolojik ve ruhsal faktörler arasındadır. Sadece yüksek duygusal ve fiziksel tepkilerle değil, kendilerini nasıl algıladıkları ve yorumladıkları da kritik görünmektedir. Yüksek öz yeterliliğe sahip bireyler uyarım hallerini performansı arttıran bir faktör olarak görürler, bunun tam tersi olarak kendileri hakkında şüpheleri olan bireyler, bu eğilimi zayıflatıcı bir faktör olarak algırlar. Öz yeterliliğin psikolojik belirtileri, ayrıca sağlık konularında ve fiziksel faaliyetlerde de etkili görünmektedir (Bandura, 1977; Grimes, 2011).

Bireylerin kendi yetenekleri hakkındaki algıları öz-yeterlilik inançlarıdır. Kişisel yetkinlikleri hakkındaki bu inançlar; insanın kişisel başarısı, motivasyonu ve refahı için zemin oluşturmaktadır. İnsanlar arzuladıkları hedeflerin sonuçlarını kendi eylemlerinin belirlediklerine inanmazlarsa, bu düşünceler harekete geçmek ya da zorluklarla karşılaştıklarında çabalamak için çok az güdüye sahip olmalarına neden olur (Schunk ve Pajares, 2010).

Bandura'ya göre, kendilik algısı, aile, okul ve arkadaş çevresi, geçmiş deneyimler ve olgunluk düzeyi bireyin özyeterlilik inancının gelişimini etkilemektedir. Bireyin hayatında özyeterlilik inancının dört etkisi vardır. Bu etkiler; bilişsel süreçlerde, motivasyon düzeyinde, zorluklarla baş etmede ve seçim sürecinde olmak üzere ifade edilebilir. Öz yeterliliği yüksek olan bireylerin hedefleri daha yüksek ve motivasyon düzeyleri daha fazladır. Bu kişiler zorlayıcı koşullarla daha iyi baş etmekte ve seçimlerini daha aktif bir biçimde yapmaktadırlar. Öz yeterliliği düşük veya yüksek olanları ayıran en önemli özellik, öz yeterliliği yüksek olanların başarısızlık durumunda pes etmemeleridir (Bandura, 1977-1994).

Bu nedenle bireylerin öz-yeterlilik inançları kendileri hakkındaki fikirleri ve eylemleri üzerinde etki gösterir. Bireyin öz-yeterlilik inancından etkilenen alanlar daha geniş olarak şöyle sıralanabilir (Bandura, 1997):

- Bireylerin ardından gitmeyi seçtikleri amaçların yönü,
- Aldıkları görevler için ne kadar çaba gösterecekleri,
- Zorluklar ve başarısızlıklar karşısında ne kadar süreyle dayanacakları,
- Aksilikler karşısında esneklik düzeyleri,
- Motivasyonlarını ve davranışlarını engelleyen düşüncelere mi destekleyen düşüncelere mi sahip olacakları,
- Dışardan gelen talepler karşısında ne kadar stres ve depresyon yaşadıkları

- Gerçekleştirdikleri performans düzeyleri.

Özyeterlilik kişinin kendi yetenekleri ile paralellik gösterir. Sosyal bilişsel teori bireyin yeteneklerini şöyle sıralamaktadır;

1. Sembolleştirme Yeteneği: Bireyler, olayları sembolleştirme düzeyinde algılamakta ve aynı zamanda bilişsel olarak ifade etmektedir. Düşünce biçimleri itibariyle bireyler, çevre ile etkileşime girdiklerinde birçok varlığı algılamakta ve onlarla ilgili özellikleri belleğe kaydetmektedir. Ancak bu özelliklerden bazıları hatırlanmakta bazıları ise hatırlanmamaktadır. Kişiler, etkileştikleri durum ve varlıkları bilişsel olarak sembolleştirip ifade etmektedir. Beklenen davranışlar ortaya çıkmadan önce zihinde sembolik olarak sınanmaktadır.

2. İleriyi Görme Yeteneği: Bireyler, gerçekleştirdikleri eylemlerin olası sonuçlarını bekleme ve yapacakları davranışsal hedefleri belirleme yeteneğine sahiptirler. Bu beklentiler vasıtasıyla belirledikleri hedefleri, istenen sonuçlara onları ulaştıracak şeyler olmaktadır.

3. Dolaylı Öğrenme Yeteneği: Bireyler, diğerlerinin davranışlarını veya davranışlarının sonuçlarını izleyerek de dolaylı biçimde öğrenebilirler. Bu yetenek sayesinde insanların gerçekte bir davranışı sergilemeden, deneme-yanılma için zaman harcamadan yeni davranışlar geliştirmeleri için imkân sağlar.

4. Öz Düzenleme Yeteneği: Bireyler, kendi faaliyetleri ve motivasyonları üzerinde denetim yeteneğine sahiptirler. İnsanlar, kendi başarılarını ve standartlarını geliştirip bu kriterlere göre kendilerini değerlendirerek daha sıkı ve etkili çalışmak için motive ederler ve eylemlerini geliştirerek değiştirirler.

5. Öz Değerlendirme Yeteneği: Bireyler, düşünme süreçlerini ve yaşantılarını değerlendirerek analiz ederler. Kendilerini aralıklı değerlendirerek, düşünce ve davranışlarında değişim yaratabilirler. Bu bağlamda özyeterlilik inancı, öz değerlendirme şeklinde ele alınabilir (Akt. Atılboz, 2007)

2.4. SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ

Sosyal beceri, insanların daha çok aile içinde kazandığı toplum içindeki çeşitli rol ve görevleri yerine getirebilmesi için yapması beklenen belirli davranışları ifade etmektedir. Sorias (1986) sosyal beceriyi, insanların olumlu ya da olumsuz duygularını uygun biçimde ifade edebilmesi, bireysel haklarını savunabilmesi, gerekli durumlarda başkalarından yardım isteyebilmesi ve gerektiğinde istekleri geri çevirebilmesini sağlayan beceriler olarak tanımlamaktadır.

Sosyal-duygusal öğrenme, çocukların öğrenirken daha aktif hale gelmesini sağlamak amacıyla sosyal-duygusal becerileri geliştirmeye yönelik bir kavramı ifade eder (Guerra ve Bradshaw, 2008). Sosyal-duygusal öğrenme; bireyin kendi duygularının farkında olması, duygularını yönetmesi, problem çözme becerileri, ilişki geliştirme ve empati kurma becerileri ile karakterize edilmektedir (Kabakçı ve Korkut-Owen, 2010; National Center for Mental Health Promotion and Youth Violence Prevention, 2010). Zins ve Elias (2008) sosyal-duygusal öğrenmeyi, etkili problem çözme, bireyin duygularının farkındalığı, duygularını yönetme ve olumlu sosyal ilişkiler kurma becerisi gibi düşünsel, duygusal ve davranışsal bir repertuar olarak tanımlamaktadır. Waltz (2013) sosyal-duygusal öğrenmenin, çocukların özgüven ve empati becerilerinin yanı sıra dilin etkili kullanımı ve bilişsel açıdan meraklarını da içerdiğini belirtmekte, iyi bir sosyal-duygusal gelişimin, akademik, sosyal ve duygusal performansın göstergesi olduğunu ifade etmiştir. CASEL (2013) sosyal-duygusal öğrenmeyi beş beceriden meydana gelen bir yapı olarak ele alır. Buna göre, sosyal-duygusal öğrenme; özyönetim, etkili karar alma, öz farkındalık, sosyal farkındalık ve sosyal ilişki kurma becerilerinden oluşmaktadır. Özyönetim (Self-management): Yeni ve farklı durumlara uygun ve uyumlu bir biçimde duygu, düşünce ve davranışlarını düzenleme becerisidir. Etkili karar alma: Bireysel açıdan davranışsal ve etik standartlara sahip olarak; güvenlik ve sosyal normlar gibi konularda gerçekçi değerlendirmeler yaparak, kendisinin ve diğer insanların iyiliğini gözetten bir sosyal etkileşim ortamı yaratma, alternatif yolları değerlendirme ve bunlar arasında seçim yapabilme becerisidir. Öz farkındalık (Self-awareness) : Duygu ve düşüncelerinin farkında olma, yeteneklerinin farkında olma ve bu yolla özgüven geliştirme becerisidir. Sosyal

farkındalık (Social awareness): Kendinden farklı geçmiş ve kültürel yapılardan gelen insanlara karşı anlayış geliştirme ve empati kurma becerisidir. Sosyal ilişki kurma becerileri (Relationship skills): Sağlıklı sosyal ilişkiler kurma ve sürdürme, sosyal ilişkilerine önem ve değer verme becerisidir. Sosyal-duygusal öğrenmeyi oluşturan bu becerilerin bireyin günlük yaşamında karşılaştığı çeşitli stres ve zorlukların üstesinden gelme kapasitesini geliştirdikleri söylenebilir (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning ;CASEL, 2013).

Bireyin öz farkındalık becerisine sahip olması kendi duygu ve düşüncelerine ilişkin farkındalığının artmasını, güçlü yönlerini fark etmesini, dolayısıyla özgüvenini ve özyeterlik algısını olumlu yönde etkilemektedir. Özyönetim becerisine sahip olması, bireye öfke ve stres yönetimi, yüksek motivasyon ve akademik hedefler sağlayarak başarıları konusunda ona katkı sağlamaktadır. Bu nedenle, bireyin duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını denetlemeyi öğrenebilmesinin sosyal-duygusal becerilerin gelişiminde önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir. Sosyal farkındalık becerisi ise sosyal ortamlarda etik değerlere ve normlara göre davranabilmeyi içermektedir. Bu nedenle, topluma aidiyet, onu anlama ve bir parçası olabilmeyi sağladığı görülmektedir. Sosyal yapıya uyumu sağlayan; etkili iletişim ve dinleme, ilişki ve işbirliği kurma, uygunsuz toplumsal baskıya direnme, çatışmalar karşısında uzlaşmayı kapsamaktadır. Karar alma becerisi ise sorunların farkında olma, karşısında çözüm yolları geliştirme ve uygulamada etik sorumluluk alma davranışlarını içermektedir. Bireylerin sosyal yaşamdaki varlıklarını korumaları için etkili kararlar alabilmesinin önemli olduğu söylenebilir (CASEL, 2013).

Öztürk (2017) anne baba tutumları ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında koruyucu-istekçi anababa tutumlarının sosyal duygusal öğrenme becerilerini en fazla olumlu etkileyen ebeveyn tutumu olduğu yönünde bulgular elde edilmiştir.

Kabakçı ve Owen (2010) geliştirdikleri sosyal duygusal öğrenme ölçeği ile yaptıkları çalışmada kavramın 4 alt boyuttan oluştuğunu belirlemişlerdir. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda; problem çözme becerileri, kendilik değerini arttıran

beceriler, stresle başa çıkma becerileri ve iletişim becerileri olmak üzere dört alt boyut elde edilmiştir.

Problem çözme becerisi, esnek olmayı ve uyum sağlamayı gerektiren, karşılaşılan sorunlar karşısında uygun yöntemleri seçmeyi ve uygulamayı gerektiren bir beceriler bütünüdür. Problem çözme becerisinin yüksek olması; sorunların ilişkiler üzerinde yarattığı negatif etkileri ve bireyin yaşadığı stresi azaltmada oldukça işlevsel bir başa çıkmayı sağlamaktadır. Problem çözme becerileri düşük bireylerin, kaygısı yüksek ve insanlara karşı güvensiz oldukları izlenmektedir. Problem çözme becerisi, birçok farklı beceriyi içerdiği için sosyal ve duygusal beceriler içerisinde üst düzeyde bir zihinsel etkinliği gerektiren bir yetenek olarak görülmektedir (Kaya ve ark., 2012).

İletişim becerileri; çocukların akranlarıyla sağlıklı ilişki kurması ve sürdürebilmesindeki en önemli becerilerden biridir. Çocuklar, sosyal ve duygusal gelişimleri içerisinde akranları ile iletişime geçerek onlarla ilişki kurmaktadır. Bu iletişim ve ilişkinin olumlu yönde gelişmesi, çocukların işbirliği becerilerini ve bir grup içinde davranabilme yeteneğini geliştirmektedir. Çocukların yaşlılarıyla olumlu ilişkiler kurabilmesi, onların çevreden nasıl algılandığını etkilemekte çocukların da diğer yaşamsal alanlardaki becerilerine olumlu yönde katkı sağlamaktadır. Çünkü yaşlılarıyla ilişkilerinde başarılı olan çocuklar akademik etkinliklere daha fazla dahil olmakta, karşılaştıkları sorunları daha kolay çözebilmektedir. Bununla birlikte yaşlılarıyla ilişkilerinde sorun yaşayan çocuklar, diğer yaşamsal alanlarda zorluklar yaşayabilmektedir (Boyd ve ark.,2005).

Kendine saygı becerileri, psikoloji alanındaki benlik saygısı kavramıyla ele alınabilir. Bireyin kendisine ilişki bakış açısı ve değerlendirmelerini ifade etmekle birlikte; bireyin kendisine saygı ve güven duymasını, kendinden memnun olmasını, kendini onaylamasını ve sevmeye-sayılmaya değer bulmasını içermektedir. Benlik saygısı (self-esteem), benliğin benimsenmesini ve beğenilmesini içeren, kendini olduğundan daha düşük ya da daha yüksek nitelikte görmeden kendinden memnuniyeti ifade eden ve kişinin kendine yönelik değerlendirmesi ile meydana gelen kendinden hoşnut olma ve kendini

değerli bulma halidir. Benlik saygısı, bireyin kendini ne olarak gördüğü ile kendinin ne olmasını istediği arasındaki farkları belirten duyguları ve düşünceleri barındırır (Yavuzer, 2003).

Stresle başa çıkma, her insanda az ya da çok görülen stresi optimum bir düzeyde tutabilme becerisidir. Stresin optimal bir seviyesinin olduğu ve bu düzeyin insanların başarılı olması için gerekli olduğu ifade edilmektedir. Stresle başa çıkma; stresin bu seviyede tutulması için gerekli uyumsal bir takım davranışların sergilenmesi olarak görülebilir. Stresle başa çıkmanın, stresin neden olduğu olumsuz ve aşırı nitelikteki davranışsal ve duygusal modun düşürülmesi hatta yok edilmesi için gösterilen çabaların bütününden meydana geldiği söylenebilir (Turunç, 2009).

Ashdown ve Bernard (2011) sosyal duygusal öğrenme programı uyguladıkları küçük yaş çocuklarda, sosyal duygusal öğrenme becerilerinde artış ve bazı problem davranışlarda azalma olduğunu ortaya koymuşlardır. Özellikle dışsallaştırma, içselleştirme ve hiperaktif davranışlar gibi problem davranışlarda düşüş izledikleri belirtilmektedir.

Kabakçı ve Korkut (2008) sosyal-duygusal öğrenme (SDÖ) becerilerinin cinsiyet, sınıf düzeyi ve sosyoekonomik düzey (SED)'e göre farklılık gösterip göstermediğini inceledikleri çalışmalarında; kız öğrencilerin SDÖ becerileri ve iletişim becerilerinin, erkek öğrencilere göre daha iyi düzeyde olduğu sonucuna varmışlardır. Genel olarak 8. sınıf öğrencilerinin SDÖ becerileri, stresle başa çıkma becerileri, kendilik değerini arttıran becerileri 6. ve 7 sınıflara göre daha dezavantajlı bulunmuştur. Ayrıca alt sosyoekonomik düzeye sahip bireylerin stresle baş etme becerileri üst düzeydekilere göre daha iyi bulunmuştur. Cinsiyetler arasındaki bu fark toplumsal beklentiler ve yetiştirme tarzındaki tutumlarla ilişkili görülmüştür. 8. sınıflardaki olumsuz kendilik algısının ergenlik döneminin benlik algısında yarattığı olumsuz etkilere bağlanmıştır. Düşük ve yüksek SED arasındaki stresle baş etme becerilerindeki fark, karşılaştıkları zorlayıcı yaşantı düzeyine bağlanmıştır. Zor yaşantılara maruz kalan düşük SED'deki kişiler daha fazla stresle baş etme becerileri geliştiriyor olabilir.

2.5. ÖZYETERLİLİK, PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK VE SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Dayanıklılığın özyeterlilikle ilişkisini ortaya direkt koyan çalışmalar rastlanamamasına rağmen, benlik saygısı temelinde yapılan çalışmalar bize özyeterlilikle ilişkisi konusunda da fikir verebilmektedir. Öz yeterliliği yüksek olan birey, kendine duyduğu güven, değer ve hoşnutluk sebebiyle zorluklar karşısında kaçınan davranmamakta ve problemleri aktif olarak çözebilecekleri baş etme yöntemlerine daha sık başvurumaktadırlar. Bu da onların denetim algılarını arttırmaktadır. Bireylerin benlik saygısı, karar verme sürecindeki karar verme şekillerini etkilemektedir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler, kendilerini daha olumlu algılamakta, kendilerine daha fazla ve devamlı olarak güvenmekte ve daha bağımsız davranabilmektedir. Bundan dolayı benlik saygısı yüksek bireyler, kendi karar verme süreçlerine daha fazla güven duymaktadırlar (Avşaroğlu ve Üre, 2007).

Kararırmak ve Siviş - Çetinkaya (2011) benlik saygısı, denetim odağı ve dayanıklılığı inceledikleri çalışmalarında iç kontrol inancı ve benlik saygısı yüksek olan bireylerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermişlerdir. Travmatik olaylardan sonra bireyin olayları kendi denetiminde hissetmesinin psikolojik dayanıklılığın bileşenleri olan kontrol ve kendini adama alt boyutları ile paralellik göstermektedir. Benlik saygısının artışı, bireyin kendi davranışlarına olan güvenini gösterdiği düşünüldüğünde, psikolojik dayanıklılıkla ilişki göstermesi anlaşılabilir.

Kendini değerli ve yeterli gören, kendine yönelik algıları olumlu olan ve olaylar karşısında denetimin elinde olduğunu hisseden bireylerin daha olumlu duygular taşıyacağı öne sürülen araştırmada; benlik saygısı ve iç kontrol inancı yüksek olan bireylerin daha olumlu duygular içinde oldukları ve bunun psikolojik dayanıklılığı olumlu bir biçimde etkilediği görülmektedir. Psikolojik dayanıklılığın olayları kontrol edebilmeye dair inancı ve davranışları; zorlayıcı yaşam olaylarına rağmen yaşamın diğer alanlarında etkinliğini sürdürdüğü göz önüne alındığında bireyin daha fazla sorumluluk algılamasına ve olaylardaki kontrol becerisini farkederek daha işlevsel davranışlara yönelebilmektedir.

Sonuç olarak benlik saygısı, içsel kontrol odağı inancına sahip olma ve kendi hakkındaki olumlu ve olumsuz duyguların psikolojik dayanıklılığı yordayan değişkenler arasında olduğu söylenebilir (Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011).

Yöndem ve Bahtiyar (2016) ergenler üzerinde yürüttükleri çalışmalarında psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile planlı problem çözme ve sosyal destek arama gibi stresle baş etme yöntemleri arasında yüksek ve olumlu yönde ilişkiler olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgu dayanıklılığın bireylerin stres karşısında başvurdukları baş etme biçimleriyle de ilişkisini ortaya koyan verilere işaret etmektedir. Bireylerin sosyal kaynaklara yönelmesi ve aktif olarak davranışlarını yönetebileceği planlı problem çözme becerilerine yönelmesi dayanıklılığın alt boyutlarıyla da paralellik göstermektedir. Sosyal destek arama, bağlanma boyutuyla; planlı problem çözme becerileri de dayanıklılığın kontrol boyutuyla paralellik göstermektedir. Diğer değişle stres karşısında sosyal destek arayışına gören ve planlı problem çözme teknikleri kullananların psikolojik dayanıklılık düzeyleri de yükselmektedir.

Güloğlu ve Kararımak (2010) psikolojik dayanıklılığın yalnızlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılığın yalnızlık değişkeniyle negatif yönde ilişki gösterdiği ve üniversite öğrencileri arasında yalnızlığı yordadığı sonucuna varmışlardır. Ayrıca benlik saygısı ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Olumlu bir psikolojik kaynak olan benlik saygısının dayanıklılığı arttıran bir psikolojik değişken olması beklendik bir durumdur. Benzer olarak da yalnızlık düzeyinin yüksek olması, dayanıklılığın bağlanma boyutuyla ters bir biçimde ilişki göstereceği için, psikolojik dayanıklılığı azaltan bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal kaynaklardan yeteri kadar beslenememek psikolojik olarak dayanıklılığı olumsuz etkileyen bir durum olarak değerlendirilebilir.

Güloğlu ve Kararımak (2010) ruhsal sağlığın önemli bir göstergesi olan benlik saygısının, bireyin kendine ve çevresindekilere yönelik algısının olumlu olmasına; sosyal becerilerine yönelik olumlu algıya sahip olması nedeniyle yeni ilişkilere açık olmasına

dolayısıyla da psikolojik dayanıklılığı olumlu yönde etkileyen bir ruhsal özellik olduğuna işaret etmektedirler.

Karademas (2006) özyeterlilik, algılanan sosyal destek, iyi oluş hali ve iyimserlik üzerine yaptığı çalışmada; iyimserliğin algılanan sosyal destek ve özyeterlilik arasındaki ilişkide aracı role sahip olduğu; iyimserliğin günlük duygusal destek ve öz yeterliliği yordadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Özçetin ve Hiçdurmaz (2017) kanser gibi yaşamsal tehdit içeren hastalıklarda uyumlu bir süreç yaşanabilmesi için psikolojik dayanıklılık özelliğinin önemli bir yeri olduğunu vurgulamaktadır. Psikolojik dayanıklılık ile birlikte bireyin yaşadığı süreç karşısında travma sonrası büyüme gibi kazanımlar elde ettiği izlenmektedir. Travma sonrası büyüme bireylerin travmatik olay sonrası daha derin, anlamlı bir bakış kazanarak süreçten güçlenerek çıkmasına işaret eden bir kavramdır. Travma sonrası büyüme yaşayan kişiler, yaşamda karşılaştıkları güçlüklerin üstesinden gelebileceklerini hissetmekte ve baş etme becerilerinin daha fazla geliştiği izlenmektedir. Travmanın olumlu yönlerine odaklanarak kanser süreciyle daha olumlu bir baş etme hali geliştirmekte ve daha fazla iyi-oluş seviyesine çıkmaktadırlar. Bu nedenle travma sonrası büyüme ile psikolojik dayanıklılık arasında olumlu yönde güçlü bir ilişkiden bahsedilmektedir. İki ruhsal özelliğin birbirini destekleyen ve karşılıklı gelişen olumlu ruhsal kapasiteler olduğu düşünülmektedir. Kanser gibi deneyimlerde de bireyin koruyucu ve güçlendirici faktörleri arasında psikolojik dayanıklılığın olduğu izlenmektedir.

Sarıkaya (2015) genç bireylerde, benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılığı bazı değişkenler çerçevesinde incelediği çalışmasında; benlik saygısı ile dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu belirlemiştir. Benlik saygısının yüksek olması bireyin kendisini yeterli ve değerli algılamasına neden olmakta ve zorluklar karşısında hissettiği yeterlilik duygusu sayesinde bunların üstesinden gelecek dirençli bir tutum ve davranış geliştirmesine neden olabilmektedir.

Deneyimledikleri kriz durumlarını bireysel değişimleri için bir fırsat olarak gören bireyler, olaylara daha olumlu bir yaklaşım içinde bakabileceği için daha yararlı ve etkili

davranışlarda bulunarak krizleri gerçekten bir fırsat haline de dönüştürebilirler. Bu bakışaçıları sebebiyle olaylarla baş etme biçimleri olumlu yönde değişmekte ve gelişimleri için kazanımlar elde edebilmektedirler.

Dayanıklılığı yüksek olan bireyler, deneyimlediği olayların gidişatını değiştirebileceklerine dair inançları yüksek olduğu için sorunların çözümünde daha iyimser ve kendine güvenli bir yaklaşım sergilerler. Bu onların zorluklar karşısında daha çabuk toparlanmalarına yardımcı olmaktadır. Değişimleri bireysel gelişimleri için bir fırsat olarak algılamakta, zorlayıcı yaşantıları bir öğrenme süreci olarak yorumlamaktadırlar. Bu özellikleri nedeniyle psikolojik dayanıklılığı yüksek bireyler zorlayıcı yaşantılardan sonra daha çabuk eski işlevselliklerine geri dönebilmekte ve toparlanabilmektedir (Kosaka, 1996).

Psikolojik dayanıklılığın sosyal destek algısı ve sosyal ilişki durumu ile ilişkilerini ele alan çalışmalar; aralarında pozitif ve anlamlı ilişki olduğunu belirtmektedir. Yıldırım ve arkadaşları (2015) psikolojik dayanıklılık ile özerk benlik kurgusu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu; ancak ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Ayrıca çalışmada kızların erkeklere göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha fazla olduğu; erkeklerin özerk benlik kurgularının daha fazla olduğu, kızların ise daha ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgularına sahip olduğu izlenmiştir. Kızların daha ilişkisel bir benliğe sahip olmaları, psikolojik dayanıklılık düzeylerini arttıran bir etmen olarak işlev görüyor olabilir.

Kayacı ve Özbay (2016) psikolojik dayanıklılık ile sosyal ilgi değişkeninin ilişkilerini araştırdıkları çalışmalarında; psikolojik dayanıklılık ve psikolojik dayanıklılığın alt boyutları olan kendini adama, kontrol, meydan okumanın; sosyal ilgi ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki gösterdiği izlenmiştir. Sosyal ilginin en fazla ilişkiyi psikolojik dayanıklılığın kendini adama boyutu ile gösterdiği belirlenmiştir.

Bu araştırmalar çerçevesinde aile, iş, arkadaşlar gibi çeşitli sosyal destek kaynaklarına sahip olan bireylerin başına gelen zorlayıcı ve travmatik olaylar karşısında olayın sonuçlarını daha iyi kontrol etme inancına sahip olduğu ve problem karşısında yalnız

olmadıkları hissi ile birlikte geleceklerini daha olumlu tasarladıkları ifade edilmektedir. Diğer yandan psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olması sonucunda çevresindeki sosyal destek kaynaklarını daha yararlı biçimde kullanabilmektedirler (Ganellen ve Blaney, 1984).

Kobasa ve arkadaşları (1982) üç alt boyutları ile değerlendirdiğinde; dayanıklılığı yüksek bireylerin sosyal destek kaynaklarına bağlanması arttıkça zorlayıcı durumlara baş etmesi kolaylaşmakta ve çevresini ilgileneilmeye değer olarak algılamaktadır. Meydan okuma özelliği gösteren bireylerde yine çevresine ilgilenecek farklı deneyimlere sahip olmayı kişisel gelişimleri için bir fırsat olarak görebilmektedir. Noorafshan ve arkadaşları (2013) aile içindeki olumlu tarzda iletişimin olduğu ortamlarda dayanıklılık düzeyinin yükselme gösterdiği, aile iletişiminin olumsuzluklar içerdiği durumlarda ise psikolojik dayanıklılığının azaldığı sonucuna varmıştır.

Terzi (2006) psikolojik dayanıklılık ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiden hareketle, dayanıklılığın sosyal destek aracılığıyla zorluklarla baş etmede olumlu bir etken olarak işlediği; dayanıklılığı yüksek bireylerin sahip oldukları sosyal destek kaynakları yoluyla zorluklarla daha iyi bir biçimde baş edebildikleri; dayanıklılık düzeyi düşük bireylerin ise sosyal destek konusundaki yetersizlikleri nedeniyle kaçınan baş etme biçimlerine daha fazla başvurdukları belirtilmektedir. Sonuç olarak sosyal destek olanakları fazla olan bireylerin dayanıklılıklarının arttığından söz edilebilir. Olumlu bir ruhsal kapasite olan psikolojik dayanıklılığın çevresel bir faktör olan sosyal destekle pozitif ve anlamlı ilişki göstermesi, dayanıklılığın sosyal destek sistemlerinden faydalanmayı sağlayan işlevinden de bahsedilebilir. Diğer yandan; bireyin aile içinde ve çevresinden aldığı sosyal destek sayesinde zorlayıcı durumlar karşısında bireysel kontrolü kazanması ve yalnız olmadığını hissetmesi sonucunda geleceği daha olumlu algılaması söz konusu olabilmektedir. Böylelikle bireyin psikolojik dayanıklılığı yükselmekte ve zorlayıcı durumlardan sonra daha çabuk toparlanabilmektedir. Bireyin aile, iş ve sosyal çevredeki diğer insanlarla bağlantıda olması zorlayıcı yaşam olayları karşısında daha iyi başa çıkma kaynakları geliştirebilmesi için bir güç kaynağı işlevi görebilmektedir.

Kobasa ve arkadaşları (1982) çevresindeki kişilerle bağlantıda olma düzeyi yüksek olan bireylerin çevrelerini daha ilgi çekici ve zaman geçirmeye değer algıladıkları için çevresiyle birlikte olmayla daha fazla uğraştığını; aynı şekilde meydan okuma alt boyutu yüksek olan bireylerin çevresiyle etkileşimi sürdürerek yeni ve değişik yaşantılara açık bir tutuma sahip olduğu görülmektedir. Bu sebeplerle, psikolojik dayanıklılıkları yüksek bireylerin daha fazla sosyal destek kaynaklarına yöneldikleri düşünülmektedir.

Ni ve arkadaşları (2015) depremzedelerle yürüttükleri çalışmalarında; sosyal destek arama davranışlarının erkek depremzedelerin dayanıklılığında anlamlı bir yordayıcı olduğunu belirlemişlerdir. Kadınlarda ise medeni durum ve öznel destek algısının anlamlı yordayıcılar olduğu izlenmiştir. Evli kadınların evli olmayanlara göre dayanıklılıkları daha yüksek izlenmiş, erkeklerde ise böyle bir fark elde edilememiştir. Yıllık evin geliri ve kronik hastalıklar her iki cinsiyetin dayanıklılık düzeyleri için anlamlı yordayıcılar olduğu izlenmiştir. Gelir düzeyinin yüksekliği ve kronik hastalıkların olmayışı dayanıklılığı arttıran faktörler olarak belirlenmiştir.

Malkoç ve İlhan (2015) dayanıklılık, psikolojik iyi oluş, sosyal destek ve stresle başa çıkma değişkenlerinin ilişkilerini araştırdıkları çalışmalarında; değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğunu görmüşlerdir. Psikolojik iyi oluş; dayanıklılık, sosyal destek ve stresle başa çıkma değişkenleri tarafından anlamlı bir biçimde yordanabilmektedir. Ayrıca sosyal destek ve stresle başa çıkma değişkenlerinin dayanıklılık ve iyi oluş arasındaki ilişkiye kısmi olarak aracılık ettiği izlenmiştir.

Wallace ve arkadaşlarına (2001) göre, psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin algıladıkları sosyal destek, depresyon düzeylerini düşürmekte ve fiziksel sağlığını olumlu yönde etkilemektedir. Sosyal destek kaynaklarından faydalanabilen dayanıklılığı yüksek bireyler yalnız olmadıkları duygusunu taşımakta, sorunlar karşısında çözüme yönelebilmekte, sosyal çevrenin olanaklarından yararlanabilmekte ve maddi destek gibi çevresel somut kaynaklara ulaşımını kolaylaştırabilmektedir. Bu kaynaklar sayesinde zorlayıcı olaylar karşısında denetim algısı yükselmekte ve psikolojik dayanıklılığı olumlu etkileyen bir faktör olarak işleyebilmektedir.

Shastri (2013) psikolojik dayanıklılığı arttırmanın, zihinsel sağlığı iyileştirmek ve sosyo-duygusal bileşenleri geliştirmek konusunda önemli bir amaç olduğunu söyler. Ailenin dayanıklılığını ele alan bir yaklaşıma göre, aile sistemi üyelerinin dayanıklılık kapasitesini geliştirmede önemli bir rol oynamaktadır. Olumlu bakış aşı, esneklik, maneviyat, iletişim becerileri, eğlenceli paylaşımlar, fikir birliği, aile zamanı, kurallar ve rutinlerin varlığı aile dayanıklılığını arttıran faktörler olarak sayılabilir. Bunların yanı sıra olumlu duygular, yaşam doyumunu yüksekliği, yüksek benlik saygısı ve bireysel etkililiğinin farkındalığı dayanıklılığın belirleyicileri arasındadır. Dayanıklılık yaşam boyu süren ve geliştirilebilen bir özellik olarak psikopatolojik risk faktörleri için önleme ve iyileştirmeyi hedefleyen dayanıklılık temelli müdahaleler geliştirilmesi söz konusudur.

Erarslan (2014) çalışmasında ayrıca pozitif dünya ve gelecek algısının, psikolojik dayanıklılığın depresyon ve yaşam doyumuyla ilişkisine aracılık ettiğini; pozitif dünya ve gelecek algısına sahip olan bireylerin, dünyayı güvenilir algıladığını ve geleceğe yönelik olumlu beklentiler içinde olduğunu ortaya koyar. Bu pozitif algı, hem onların sosyal çevreden destek alabilmelerini sağlamakta hem de geleceğe yönelik davranışlarını daha etkin ve iyimser bir tutumla daha işlevsel alanlarda gerçekteştirmelerine yardımcı olmaktadır. Bireyin olumlu gelecek algısı, kendisini kontrol edebildiği noktalara odaklayabilmesini sağlamaktadır.

Çalışmalar genel olarak psikolojik dayanıklılık özelliğinin ruh sağlığını koruyucu bir işlevi olduğuna işaret etmektedir. Dayanıklılık alt boyutlarına bakıldığında, bireyin kendini olumlu değerlendirmesi ve yeterli hissetmesi, kendi yeterliliğinin olduğu alanların bilincinde olması ve bu yönde davranabilmesi, sosyal yaşamla ilişkide olması, sosyal kaynaklardan destek alabilmesi, yaşamdaki zorluklara rağmen, diğer yaşamsa alanlarda varlığını sürdürebilmesi, çevreye karşı pozitif tutum ve davranış içinde olması, geleceğe yönelik olumlu bir algısının sahip olması, yaşadığı olaylara anlam verebilmesi ve deneyimleri değişim için bir fırsat olarak görerek hayatında kazanımlar yaratabilmesi gibi dayanıklılığın alt boyutlarını oluşturan özellikler, bireylerin ruh sağlığını koruyan mekanizmalar olarak sayılabilir.

Genel olarak bakıldığında; psikolojik dayanıklılık, bireyin deneyimlediği zorlayıcı olaylara kendisini geliştiren ve büyüten fırsatlar gözüyle bakabildiği, hem olay sırasında hem de sonrasında kendi gücünün ve denetiminin olduğu alanlarda hareket edebildiği, kendini olayların kurbanı değil yaşamının aktif dönüştürücüsü olarak algıladığı, çevresindeki insanlarla ve farklı yaşam alanlarıyla bağlarını koruduğu; sosyal çevreden destek alabildiği, çeşitli ilgi alanlarıyla etkin olarak etkileşimde olduğu kişisel bir ruhsal kapasite olarak bireyi güçlendiren bir kaynaktır. Dayanıklılığın geliştirilmesi ile zorlayıcı olayların bireyi ruhsal ve fiziksel açıdan zayıflatan etkilerine karşı kaynak görevi görebilmektedir.

Korunma ihtiyacında olan çocuklar söz konusu olduğunda yaşam koşullarındaki zorluklar göz önüne alındığında, bu çocukların dayanıklılığını etkileyen bireysel özelliklerini ve çeşitli faktörleri belirlemek onların ihtiyaçlarına yönelik geliştirilecek güçlendirme çalışmalarına rehberlik edeceği düşünülmektedir. Bu nedenle zorlayıcı yaşantıları karşısında psikolojik dayanıklılığını olumlu yönde geliştirecek özyeterlilik ve sosyal duygusal öğrenme becerileri gibi bireysel kaynakların incelenmesi ve ilişkilerinin ortaya konması bu çocukların rehabilitasyonu konusundaki çalışmalara kaynaklık edeceği düşünülmektedir.

BÖLÜM III

3. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın amaçlarına uygun olarak izlenen yöntem ile ilgili bilgiler verilmiştir. Araştırmanın türü, evreni, örnekleme, veri toplama araçları, veri toplama işlemi ve verilerin istatistiksel analizlerine ilişkin bilgiler aşağıda yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Türü, Evreni ve Örnekleme

Bu araştırma karşılaştırmalı ve ilişkisel analizlerle yürütülen niceliksel bir çalışma olup araştırmanın evreni kurum bakımında çocuk evlerinde kalan ergenlerdir. Araştırma'nın örnekleme Kars ilinde Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne bağlı Çocuk Evlerinde kalan ergenlerdir. Yaşları 12-17 arasında değişen katılımcılar çalışmaya seçkisiz olarak atanan n=39 kız (yaş ort: 15.36; ss: 1.547) ve n=11 erkek (yaş ort: 16.09; ss: .944) toplamda N=50 (yaş ort: 15.52; ss: 1.460) çocuktan oluşmaktadır.

3.2. Veri Toplama Araçları

3.2.1. Sosyodemografik Veri Formu

Bu form, literatür bilgileri göz önüne alınarak araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Bu formda katılımcıların, yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, arkadaş ilişkileri soruları yöneltilmiştir.

3.2.2. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği

Ölçek, bireylerin psikolojik sağlamlığını ölçebilmek amacıyla Smith ve ark. (2008) tarafından geliştirilmiştir. KPSÖ, 5'li likert tipinde, 6 maddelik, öz bildirim tarzı bir ölçme aracıdır. Ölçekte bulunan ve tersten kodlanan maddeler çevrildikten sonra, alınan yüksek puanlar, yüksek psikolojik sağlamlığa işaret etmektedir. Ölçeğin geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlik çalışmaları dört farklı çalışma grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Buna göre ilk

iki grubu üniversite öğrencileri, sonraki iki grubu ise kalp ve fibromiyalji hastaları oluşturmuştur. Ölçeğin, yapı geçerliğini belirlemek üzere açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucu, 4 farklı örneklem grubu için sırasıyla, toplam varyansın % 61, % 61, % 57 ve % 67'sini açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçek maddelerine ilişkin faktör yükleri ise, .68 ile .91 arasında değişen değerlerde bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliği iç tutarlık ve test tekrar test yöntemleriyle hesaplanmıştır. Buna göre, iç tutarlık güvenilirlik katsayısı .80 ile .91 arasında değişen değerlerde bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise, .62 ile .69 arasında bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında, KPSÖ ile diğer ölçekler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Buna göre KPSÖ ile, ego sağlamlığı, iyimserlik, yaşam amaçları, sosyal destek, olumlu başa çıkma stratejileri ve olumlu duygular arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. KPSÖ ile, kötümserlik, depresyon, anksiyete, olumsuz duygular, algılanan stres ve olumsuz başa çıkma stratejileri arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

3.2.3. Çocuklar İçin Özyeterlilik Ölçeği

Çocuklar İçin Öz-yeterlilik Ölçeği, Muris (2001) tarafından 14–17 yaşları arasındaki ergenlerin sosyal, akademik ve duygusal öz-yeterliliklerini ölçmek amacı ile geliştirilen ölçeğin geçerlik güvenilirlik çalışması Telef ve Karaca (2002) tarafından yapılmıştır. Öz-yeterliliğin üç boyutunu temsil ettiği varsayılan ölçeğin birinci alt boyutu olan sosyal özyeterlilik, ergenlerin akran ilişkilerini ve girişkenlik yeteneğini fark etme düzeylerini ölçerken; ikinci alt boyut olan akademik öz-yeterlilik ise ergenlerin akademik beklentilerini gerçekleştirme, akademik konuları başarma ve kişinin kendi öğrenme davranışını yönetme yeteneğini algılaması ile ilgili ölçümlerdir. Ölçeğin son alt boyutu olan duygusal öz-yeterlilik ise ergenlerin olumsuz duygularıyla baş etme yeteneğini algılamayı ölçmektedir. Toplamda 21 maddeden oluşan ölçeğin her alt boyutunda yedişer madde bulunmaktadır. Çocuklar İçin Öz-yeterlilik Ölçeği Beşli Likert Tipi (1= hiç ve 5= çok iyi) bir ölçektir. Toplam öz-yeterlilik alt faktörlere ilişkin ölçek maddeleri toplanarak hesaplanır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 105, en düşük puan ise 21'dir. Ölçekten alınan yüksek puan ergenin ilgili öz-yeterlilik düzeyinin yüksek olduğuna ve ölçekten alınan düşük puan ise ergenin öz-yeterlilik düzeyinin düşük olduğuna işaret etmektedir.

3.2.4. Sosyal Duygusal Becerileri Öğrenme Ölçeği

SDÖBÖ, ortaokul öğrencilerinin sosyal duygusal öğrenme becerilerini ölçmek amacıyla Kabakçı (2006) tarafından geliştirilmiştir. SDÖBÖ, sosyal duygusal öğrenme yaklaşımına (Cohen, 1999; Elias ve diğ., 1997; Pasi, 2001) göre hazırlanmıştır. SDÖBÖ, 40 maddeden oluşan Likert tipi bir ölçektir. (Kabakçı, 2006) Alt boyutlarının güvenilirlikleri incelendiğinde, İletişim Becerileri alt boyutunun güvenilirliği $\alpha=,790$; Problem Çözme Becerileri alt boyutunun güvenilirliği ,854; Stresle Başa çıkma Becerileri alt boyutunun güvenilirliği $\alpha=,753$ ve Kendilik Değerini Arttıran Beceriler alt boyutunun güvenilirliği $\alpha=,854$ olarak güvenilir bulunmuştur. Ölçeklere ve alt boyutlara ait önermelerin iç tutarlılıklarının sağlandığı ve yüksek düzeyde güvenilir oldukları görülmektedir.

3.3. Veri Toplama İşlemi

Araştırmada elde edilen veriler çocuklara kağıt kalem formları biçiminde, sınıf ortamında verilmiş, çocuklardan soruları eksiksik olarak doldurmaları istenmiştir. Ölçeklerin uygulanma süresi yaklaşık olarak 25 dakikadır.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmada toplanan veriler SPSS v.21 (Statistical Package for Social Sciences) programı ile istatistiksel analize tabi tutulmuştur. Sosyal bilimler alanındaki verilerin normal dağıldığının kabulü için Skewness-Kurtosis değerlerinin -1.5 ve +1.5 aralığında olması yeterli olduğundan (Tabachnick ve Fidell; 2013) araştırmada kullanılan ölçeklerden alınan puanların normal dağılıma uygun olduğu görülmüştür. Bu nedenle veriler normal dağılıma uygun istatistiksel analizlerle teste tabi tutulmuştur. Çalışmada, ölçeklerden alınan ortalama puanların karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi ve varyans analizi kullanılırken, ölçeklerden alınan puanlar arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile hesaplanmıştır.

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistiksel analizlere yer verilmiştir. İlk olarak çocukların demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımı, yüzdeler ve ortalama hesaplamaları, ikinci olarak, çocukların demografik özelliklerine göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırıldığı bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi bulgularına, üçüncü olarak, çocukların ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon analizi bulgularına yer verilmiştir.

4.1. ÇOCUK EVLERİNDE KALAN ERGENLİK ÇAĞINDAKİ ÇOCUKLARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİNE İLİŞKİN BULGULAR

Tablo 1’de çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri verilmiştir.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların %78’i kız, %22’si erkek çocuklardan oluşmaktadır. Bu çocukların %22’sinin anneleri, %38’inin babaları bir işte çalışmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların %48’i en yakın arkadaşlarının olduğunu, %24’ü en yakın arkadaşlarının bulunmadığını, %28’i en yakın arkadaşlarının değişiyor olduğunu bildirmişlerdir. Çocukların %34’ü bir arkadaş gruplarının bulunduğunu, %40’ı bir arkadaş gruplarının bulunmadığını, %26’sı arkadaş gruplarının değişiyor olduğunu bildirmişlerdir.

Tablo 1. Ergenlerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımları ve Yüzdeleri

		N	%
Cinsiyet	Kız	39	78.0
	Erkek	11	22.0
Anne Çalışma	Evet, çalışıyor	11	22.0
	Hayır, çalışmıyor	39	78.0
Baba Çalışma	Evet, çalışıyor	19	38.0
	Hayır, çalışmıyor	31	62.0
En yakın arkadaş	Evet, var	24	48.0
	Hayır, yok	12	24.0
	Değişiyor	14	28.0
Arkadaş grubu	Evet, var	17	34.0
	Hayır, yok	20	40.0
	Değişiyor	13	26.0
Toplam		50	100.0

Tablo 2’de çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların yaş, sınıf ve kardeş sayısı ortalamaları, standart sapmaları ve minimum-maksimum değerleri verilmiştir.

Çocuk evlerinde kalan kız çocuklarının yaş ortalamaları $\bar{x}=15.35$, erkek çocukların yaş ortalamaları $\bar{x}=16.09$, tamamının yaş ortalaması ise $\bar{x}=15.52$ bulunmuştur.

Çocuk evlerinde kalan kız çocuklarının sınıf ortalamaları $\bar{x}=9.77$, erkek çocukların sınıf ortalamaları $\bar{x}=9.91$, tamamının sınıf ortalamaları $\bar{x}=9.80$ bulunmuştur.

Çocuk evlerinde kalan kız çocuklarının kardeş sayısı ortalamaları $\bar{x}=3.77$, erkek çocukların kardeş sayısı ortalamaları $\bar{x}=5.82$, tamamının kardeş sayısı ortalamaları $\bar{x}=4.22$ bulunmuştur.

Tablo 2. Ergenlerin Yaş, Sınıf ve Kardeş Sayısı Ortalamaları

		N	ORT ± SS	Min-Maks
Yaş	Kız	39	15.36±1.547	12-17
	Erkek	11	16.09 ± .944	15-17
	Toplam	50	15.52 ±1.460	12-17
Sınıf	Kız	39	9.77 ± 1.646	8-12
	Erkek	11	9.91 ± 1.640	8-12
	Toplam	50	9.80 ± 1.629	8-12
Kardeş	Kız	39	3.77 ± 1.441	1-6
	Erkek	11	5.82 ±.982	4-7
	Toplam	50	4.22 ± 1.595	1-7

4.2. ÇOCUK EVLERİNDE KALAN ERGENLİK ÇAĞINDAKİ ÇOCUKLARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ BAKIMINDAN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK, ÖZ YETERLİLİK VE SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Tablo 3'te çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların cinsiyetlerine göre Özyeterlilik Ölçeği, Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları verilmiştir.

Tablo 3. Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T Testi Bulguları

	Cinsiyet	N	ORT ± SS	t	p
Akademik Özyeterlilik	Kız	39	21.82 ± 5.467	1.499	.140
	Erkek	11	19.00 ± 5.675		
Sosyal Özyeterlilik	Kız	39	21.36 ± 7.714	1.068	.297
	Erkek	11	19.18 ± 5.382		
Duygusal Özyeterlilik	Kız	39	22.03 ± 7.805	-.413	.681
	Erkek	11	23.09 ± 6.503		
Genel Özyeterlilik	Kız	39	65.21 ± 17.991	.649	.519
	Erkek	11	61.27 ± 16.799		
Psikolojik Sağlamlık	Kız	39	19.26 ± 5.505	.247	.806
	Erkek	11	18.82 ± 3.868		
İletişim Becerileri	Kız	39	23.79 ± 6.756	-.387	.700
	Erkek	11	24.64 ± 4.610		
Problem Çözme Becerileri	Kız	39	32.74 ± 10.552	-1.087	.282
	Erkek	11	36.27 ± 3.289		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Kız	39	23.87 ± 4.686	-2.135	.038*
	Erkek	11	27.27 ± 4.585		
Kendilik Değerini Arttıran Beceriler	Kız	39	30.97 ± 5.299	-1.168	.248
	Erkek	11	33.09 ± 5.338		
Sosyal Duygusal Öğrenme TP	Kız	39	111.38 ± 18.389	-1.656	.104
	Erkek	11	121.27 ± 13.565		

*p<.05

Çocuk evinde kalan ergenlik çağındaki çocukların cinsiyetlerine göre Sosyal Duygusal Öğrenme Ölçeği stresle başa çıkma becerileri alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [t=-2.135; p<.05]. Erkek çocukların stresle başa çıkma becerileri ortalamaları (\bar{x} =27.27) kız çocukların ortalamalarından (\bar{x} =23.87) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çocuk evinde kalan ergenlik çağındaki çocukların cinsiyetlerine göre Özyeterlilik Ölçeğinden ve alt ölçeklerinden aldıkları ortalama puanlar arasında ve Psikolojik Sağlık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 4’te çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların annelerinin çalışma durumlarına göre Özyeterlilik Ölçeği ve alt boyutlarından, Psikolojik Sağlık Ölçeğinden ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları verilmiştir.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların anne çalışma durumlarına göre, Özyeterlilik Ölçeği akademik özyeterlilik alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$t=4.760$; $p<.05$]. Annesi çalışan çocukların akademik özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=27.09$) annesi çalışmayan çocukların ortalamalarından ($\bar{x}=11.54$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların anne çalışma durumlarına göre Özyeterlilik Ölçeği sosyal özyeterlilik alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$t=6.095$; $p<.05$]. Annesi çalışan çocukların sosyal özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=28.45$) anneleri çalışmayan çocukların ortalamalarından ($\bar{x}=18.74$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların anne çalışma durumlarına göre Özyeterlilik Ölçeği duygusal özyeterlilik alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$t=2.611$; $p<.05$]. Annesi çalışan çocukların duygusal özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=27.18$) çalışmayan çocukların ortalamalarından ($\bar{x}=20.87$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların anne çalışma durumlarına göre Özyeterlilik Ölçeğinden aldıkları toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [$t=4.671$; $p<.05$]. Annesi çalışan çocukların genel özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=82.73$) çalışmayan çocukların ortalamalarından ($\bar{x}=59.15$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Tablo 4. Ergenlerin Annelerinin Çalışma Durumuna Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T Testi Bulguları

	Anne Çalışma	N	ORT ± SS	t	p
Akademik Özyeterlilik	Evet	11	27.09 ± 5.467	4.760	.000*
	Hayır	39	19.54 ± 4.406		
Sosyal Özyeterlilik	Evet	11	28.45 ± 3.984	6.095	.000*
	Hayır	39	18.74 ± 6.536		
Duygusal Özyeterlilik	Evet	11	27.18 ± 6.539	2.611	.012*
	Hayır	39	20.87 ± 7.215		
Genel Özyeterlilik	Evet	11	82.73 ± 13.712	4.671	.000*
	Hayır	39	59.15 ± 15.050		
Psikolojik Sağlık	Evet	11	22.09 ± 5.787	2.218	.031*
	Hayır	39	18.33 ± 4.720		
İletişim Becerileri	Evet	11	25.91 ± 2.982	1.736	.090
	Hayır	39	23.44 ± 6.905		
Problem Çözme Becerileri	Evet	11	34.73 ± 2.832	.472	.639
	Hayır	39	33.18 ± 10.694		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Evet	11	24.55 ± 2.382	-.086	.932
	Hayır	39	24.64 ± 5.348		
Kendilik Değerini Arttıran Beceriler	Evet	11	33.45 ± 1.809	2.383	.021*
	Hayır	39	30.87 ± 5.850		
Sosyal Duygusal Öğrenme TP	Evet	11	118.64 ± 8.559	1.607	.116
	Hayır	39	112.13 ± 19.488		

*p<.05

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların anne çalışma durumlarına göre Psikolojik Sağlık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [t=2.218; p<.05]. Annesi çalışan çocukların psikolojik sağlık ortalamaları (\bar{x} =22.09) çalışmayan çocukların ortalamalarından (\bar{x} =18.33) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların anne çalışma durumlarına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeğinin kendilik değerini arttıran becerileri alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$t=2.383$; $p<.05$]. Annesi çalışan çocukların kendilik değerini arttıran beceriler ortalamaları ($\bar{x}=33.45$) çalışmayan çocukların ortalamalarından ($\bar{x}=30.87$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Diğer ortalamalar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 5'te çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların babalarının çalışma durumlarına göre Özyeterlilik Ölçeği ve alt boyutlarından, Psikolojik Sağlık Ölçeğinden ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve bağımsız örneklem t testi bulguları verilmiştir.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların baba çalışma durumlarına göre Psikolojik Sağlık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$t=2.494$; $p<.05$]. Babası çalışan çocukların psikolojik sağlık ortalamaları ($\bar{x}=21.37$) çalışmayan çocukların ortalamalarından ($\bar{x}=17.81$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların baba çalışma durumlarına göre Özyeterlilik Ölçeği ve alt ölçeklerinden aldıkları ortalama puanlar arasında ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği ve alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 5. Ergenlerin Babalarının Çalışma Durumuna Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T Testi Bulguları

	Baba Çalışma	N	ORT ± SS	t	p
Akademik Özyeterlilik	Evet	19	22.79 ± 6.933	1.602	.116
	Hayır	31	20.23 ± 4.410		
Sosyal Özyeterlilik	Evet	19	20.37 ± 8.539	-.386	.701
	Hayır	31	21.19 ± 6.509		
Duygusal Özyeterlilik	Evet	19	23.68 ± 7.966	1.054	.297
	Hayır	31	21.39 ± 7.173		
Genel Özyeterlilik	Evet	19	66.84 ± 20.881	.782	.438
	Hayır	31	62.81 ± 15.508		
Psikolojik Sağlamlık	Evet	19	21.37 ± 5.398	2.494	.016*
	Hayır	31	17.81 ± 4.578		
İletişim Becerileri	Evet	19	22.11 ± 5.466	-1.674	.101
	Hayır	31	25.13 ± 6.602		
Problem Çözme Becerileri	Evet	19	35.21 ± 3.276	1.214	.232
	Hayır	31	32.48 ± 11.784		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Evet	19	24.00 ± 3.590	-.707	.483
	Hayır	31	25.00 ± 5.477		
Kendilik Değerini Arttıran Beceriler	Evet	19	31.32 ± 3.622	-.128	.899
	Hayır	31	31.52 ± 6.201		
Sosyal Duygusal Öğrenme TP	Evet	19	112.63 ± 13.688	-.286	.776
	Hayır	31	114.13 ± 20.108		

*p<.05

Tablo 6'da çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeği ve alt boyutlarından, Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve tek yönlü varyans analizi bulguları verilmiştir.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeği akademik özyeterlilik alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [F(2-47)=16.397; p<.05]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, en yakın arkadaşı bulunanların akademik özyeterlilik ortalamaları (\bar{x} =22.21) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından (\bar{x} =15.17) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.000). En yakın arkadaşı değişenlerin akademik özyeterlilik ortalamaları (\bar{x} =24.64) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından (\bar{x} =15.17) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.000).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeği sosyal özyeterlilik alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [F(2-47)=8.541; p<.05]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, en yakın arkadaşı bulunanların sosyal özyeterlilik ortalamaları (\bar{x} =23.96) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından (\bar{x} =14.67) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.000). En yakın arkadaşı değişenlerin sosyal özyeterlilik ortalamaları (\bar{x} =20.93) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından (\bar{x} =14.67) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.041).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeği duygusal özyeterlilik alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [F(2-47)=3.621; p<.05]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, en yakın arkadaşı değişenlerin akademik özyeterlilik ortalamaları (\bar{x} =26.29) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından (\bar{x} =19.00) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=.033).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeği aldıkları toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [F(2-47)=8.208; p<.05]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, en yakın arkadaşı bulunanların genel özyeterlilik ortalamaları (\bar{x} =67.71) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından

($\bar{x}=48.83$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.003$). En yakın arkadaşı değişenlerin genel özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=71.86$) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=48.83$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.001$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Psikolojik Sağlık Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=10.556$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, en yakın arkadaşı değişenlerin psikolojik sağlık ortalamaları ($\bar{x}=23.50$) en yakın arkadaşı bulunanların ortalamalarından ($\bar{x}=16.75$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). En yakın arkadaşı değişenlerin psikolojik sağlık ortalamaları ($\bar{x}=23.50$) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=18.92$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.028$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği iletişim becerileri alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=5.100$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, en yakın arkadaşı bulunanların iletişim becerileri ortalamaları ($\bar{x}=26.38$) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=19.83$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.007$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği problem çözme becerileri alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=3.930$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, en yakın arkadaşı bulunmayanların problem çözme becerileri ortalamaları ($\bar{x}=38.92$) en yakın arkadaşı bulunanların ortalamalarından ($\bar{x}=30.17$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.023$).

Tablo 6. Ergenlerin Yakın Arkadaşlarının Bulunup Bulunmamasına Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T testi Bulguları

En yakın arkadaşı var mı?		N	ORT ± SS	F	p
Akademik Özyeterlilik	Evet	24	22.21 ± 3.078	16.397	.000*
	Hayır	12	15.17 ± 2.691		
	Değişiyor	14	24.64 ± 6.801		
Sosyal Özyeterlilik	Evet	24	23.96 ± 5.909	8.541	.001*
	Hayır	12	14.67 ± 4.163		
	Değişiyor	14	20.93 ± 8.352		
Duygusal Özyeterlilik	Evet	24	21.54 ± 7.205	3.621	.034*
	Hayır	12	19.00 ± 3.954		
	Değişiyor	14	26.29 ± 8.835		
Genel Özyeterlilik	Evet	24	67.71 ± 13.304	8.208	.001*
	Hayır	12	48.83 ± 10.170		
	Değişiyor	14	71.86 ± 21.658		
Psikolojik Sağlamlık	Evet	24	16.75 ± 4.599	10.556	.000*
	Hayır	12	18.92 ± 3.370		
	Değişiyor	14	23.50 ± 4.703		
İletişim Becerileri	Evet	24	26.38 ± 5.106	5.100	.010*
	Hayır	12	19.83 ± 6.013		
	Değişiyor	14	23.43 ± 6.836		
Problem Çözme Becerileri	Evet	24	30.17 ± 9.752	3.930	.026*
	Hayır	12	38.92 ± 11.866		
	Değişiyor	14	34.64 ± 2.373		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Evet	24	24.00 ± 5.158	.380	.686
	Hayır	12	25.33 ± 1.923		
	Değişiyor	14	25.07 ± 6.031		
Kendilik Değerini Arttıran Beceriler	Evet	24	32.92 ± 3.647	5.622	.006*
	Hayır	12	27.33 ± 7.315		
	Değişiyor	14	32.43 ± 4.183		
Sosyal Duygusal Öğrenme TP	Evet	24	113.46 ± 18.724	.171	.844
	Hayır	12	111.42 ± 17.972		
	Değişiyor	14	115.57 ± 17.096		

*p<.05

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların en yakın arkadaşlarının bulunup bulunmamasına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği kendilik değerini arttıran beceriler alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=5.622$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, en yakın arkadaşı bulunanların kendilik değerini arttıran beceriler ortalamaları ($\bar{x}=32.92$) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=27.33$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.006$). En yakın arkadaşı değişenlerin kendilik değerini arttıran beceriler ortalamaları ($\bar{x}=32.43$) en yakın arkadaşı bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=27.33$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.029$). Diğer ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 7’de çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeği ve alt boyutlarından, Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği ve alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar, standart sapmalar ve tek yönlü varyans analizi bulguları verilmiştir.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeği akademik özyeterlilik alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=6.620$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, arkadaş grubu bulunanların akademik özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=22.65$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=18.10$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.023$). Arkadaş grubu değişenlerin akademik özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=24.08$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=18.10$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.005$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeği sosyal özyeterlilik alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=17.456$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, arkadaş grubu bulunanların sosyal özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=26.65$) arkadaş grubu bulunmayanların

ortalamlarından ($\bar{x}=15.70$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). Arkadaş grubu bulunanların sosyal özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=26.65$) arkadaş grubu değişenlerin sosyal özyeterlilik ortalamalarından ($\bar{x}=21.31$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.035$). Arkadaş grubu değişenlerin sosyal özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=21.31$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=15.70$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.020$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Özyeterlilik Ölçeğinden aldıkları toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=10.012$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, arkadaş grubu bulunanların genel özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=74.00$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=52.85$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). Arkadaş grubu değişenlerin genel özyeterlilik ortalamaları ($\bar{x}=69.38$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=52.85$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.010$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri iletişim becerileri alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=16.895$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, arkadaş grubu bulunanların iletişim becerileri ortalamaları ($\bar{x}=28.35$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=19.20$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). Arkadaş grubu değişenlerin iletişim becerileri ortalamaları ($\bar{x}=25.62$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=19.20$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.002$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri problem çözme becerileri alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=5.909$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, arkadaş grubu değişenlerin problem çözme becerileri ortalamaları ($\bar{x}=39.23$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=28.80$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.004$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri stresle başa çıkma becerileri alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=5.550$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, arkadaş grubu bulunanların stresle başa çıkma becerileri ortalamaları ($\bar{x}=25.88$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=22.10$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.034$). Arkadaş grubu değişenlerin stresle başa çıkma becerileri ortalamaları ($\bar{x}=26.85$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=22.10$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.012$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri kendilik değerini arttıran beceriler alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=6.418$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, arkadaş grubu bulunanların kendilik değerini arttıran beceriler ortalamaları ($\bar{x}=33.35$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=28.45$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.009$). Arkadaş grubu değişenlerin kendilik değerini arttıran beceriler ortalamaları ($\bar{x}=33.54$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=28.45$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.013$).

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların arkadaş gruplarının bulunup bulunmamasına göre Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeğinden aldıkları toplam puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur [$F(2-47)=22.374$; $p<.05$]. Farkın kaynağının tespit edilmesi amacıyla yürütülen Tukey testi sonucunda, arkadaş grubu bulunanların sosyal duygusal öğrenme becerileri ortalamaları ($\bar{x}=122.29$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=98.55$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$). Arkadaş grubu değişenlerin sosyal duygusal öğrenme becerileri ortalamaları ($\bar{x}=125.23$) arkadaş grubu bulunmayanların ortalamalarından ($\bar{x}=98.55$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=.000$).

Tablo 7. Ergenlerin Arkadaş Gruplarının Bulunup Bulunmamasına Göre Ölçeklerden Aldıkları Ortalama Puanlar, Standart Sapmalar ve Bağımsız Örneklem T testi Bulguları

Arkadaş grubu var mı?		N	ORT ± SS	F	p
Akademik Özyeterlilik	Evet	17	22.65 ± 3.534	6.620	.003*
	Hayır	20	18.10 ± 3.493		
	Değişiyor	13	24.08 ± 7.953		
Sosyal Özyeterlilik	Evet	17	26.65 ± 4.122	17.456	.000*
	Hayır	20	15.70 ± 4.143		
	Değişiyor	13	21.31 ± 8.606		
Duygusal Özyeterlilik	Evet	17	24.71 ± 3.274	3.368	.051
	Hayır	20	19.05 ± 7.640		
	Değişiyor	13	24.00 ± 9.661		
Genel Özyeterlilik	Evet	17	74.00 ± 7.640	10.012	.000*
	Hayır	20	52.85 ± 11.075		
	Değişiyor	13	69.38 ± 24.888		
Psikolojik Sağlamlık	Evet	17	19.00 ± 3.317	2.968	.061
	Hayır	20	17.55 ± 5.880		
	Değişiyor	13	21.85 ± 5.194		
İletişim Becerileri	Evet	17	28.35 ± 4.808	16.895	.000*
	Hayır	20	19.20 ± 4.686		
	Değişiyor	13	25.62 ± 5.393		
Problem Çözme Becerileri	Evet	17	34.71 ± 4.793	5.909	.005*
	Hayır	20	28.80 ± 9.294		
	Değişiyor	13	39.23 ± 11.344		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Evet	17	25.88 ± 4.299	5.550	.007*
	Hayır	20	22.10 ± 4.518		
	Değişiyor	13	26.85 ± 4.488		
Kendilik Değerini Arttıran Beceriler	Evet	17	33.35 ± 4.242	6.418	.003*
	Hayır	20	28.45 ± 5.558		
	Değişiyor	13	33.54 ± 4.255		
Sosyal Duygusal Öğrenme TP	Evet	17	122.29 ± 11.645	22.374	.000*
	Hayır	20	98.55 ± 13.085		
	Değişiyor	13	125.23 ± 14.527		

*p<.05

4.3. ÇOCUK EVLERİNDE KALAN ERGENLİK ÇAĞINDAKİ ÇOCUKLARIN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK, ÖZ YETERLİLİK VE SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Tablo 8’de çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların Özyeterlilik Ölçeği ve alt ölçeklerinden (Akademik Özyeterlilik-AÖ; Sosyal Özyeterlilik-SÖ; Duygusal Özyeterlilik-DÖ; Genel Özyeterlilik-GÖ-TP), Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden (PS) ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği ve alt ölçeklerinden (İletişim Becerileri-İB; Problem Çözme Becerileri-PÇB; Stresle Başa Çıkma Becerileri-SBÇB; Kendilik Değerini Arttıran Beceriler-KDAB; Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri-SDÖ-TP) aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon analizi bulguları verilmiştir.

Tablo 8. Ergenlerin Araştırma Değişkenlerinden Aldıkları Puanlar Arasındaki Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. AÖ	-								
2. SÖ	.708**	-							
3. DÖ	.488**	.670**	-						
4. GÖ-TP	.815**	.920**	.855**	-					
5. PS	.351*	.297*	.597**	.487**	-				
6. İB	.439**	.741**	.453**	.636**	.063	-			
7. PÇB	-.068	.149	.458**	.234	.313*	.112	-		
8. SBÇB	.271	.429**	.412**	.437**	.283*	.378**	.356*	-	
9. KDAB	.464**	.531**	.310*	.497**	.127	.506**	.221	.171	-
10. SDÖ-TP	.331*	.618**	.610**	.619**	.305*	.669**	.738**	.647**	.644**

*p<.05

**p<.01

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların akademik özyeterlilik puanları ile psikolojik sağlamlık puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.351$; $p<.05$). Çocukların psikolojik sağlamlık düzeyleri arttıkça akademik özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların akademik özyeterlilik puanları ile iletişim becerileri puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.439$; $p<.01$). Çocukların iletişim becerileri arttıkça akademik özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların akademik özyeterlilik puanları ile kendilik değerini arttırıcı beceriler puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.464$; $p<.01$). Çocukların kendilik değerini arttırıcı becerileri arttıkça akademik özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların akademik özyeterlilik puanları ile sosyal duygusal öğrenme beceri puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.331$; $p<.05$). Çocukların sosyal duygusal öğrenme becerileri arttıkça akademik özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların sosyal özyeterlilik puanları ile psikolojik dayanıklılık puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.297$; $p<.05$). Çocukların psikolojik dayanıklılıkları arttıkça sosyal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların sosyal özyeterlilik puanları ile iletişim becerileri puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.741$; $p<.01$). Çocukların iletişim becerileri arttıkça sosyal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların sosyal özyeterlilik puanları ile stresle başa çıkma becerileri puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.429$; $p<.01$). Çocukların stresle başa çıkma becerileri arttıkça sosyal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların sosyal özyeterlilik puanları ile kendilik değerini arttırıcı beceriler puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.531$; $p<.01$). Çocukların kendilik değerini arttırıcı becerileri arttıkça sosyal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların sosyal özyeterlilik puanları ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.618$; $p<.01$). Çocukların sosyal duygusal öğrenme becerileri arttıkça sosyal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların duygusal özyeterlilik puanları ile psikolojik dayanıklılık puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.597$; $p<.01$). Çocukların psikolojik dayanıklılıkları arttıkça duygusal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların duygusal özyeterlilik puanları ile iletişim becerileri puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.453$; $p<.01$). Çocukların iletişim becerileri arttıkça duygusal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların duygusal özyeterlilik puanları ile problem çözme becerileri puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.458$; $p<.01$). Çocukların problem çözme becerileri arttıkça duygusal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların duygusal özyeterlilik puanları ile stresle başa çıkma puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.412$; $p<.01$). Çocukların stresle başa çıkma düzeyleri arttıkça duygusal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların duygusal özyeterlilik puanları ile kendilik değerini arttırıcı beceriler puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki

bulunmuştur ($r_{(50)}=.310$; $p<.05$). Çocukların kendilik değeri arttırıcı becerileri arttıkça duygusal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların duygusal özyeterlilik puanları ile sosyal duygusal öğrenme becerileri puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.610$; $p<.01$). Çocukların sosyal duygusal öğrenme becerileri arttıkça duygusal özyeterlilikleri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların psikolojik dayanıklılık puanları ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.313$; $p<.05$). Çocukların psikolojik dayanıklılıkları arttıkça problem çözme becerileri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların psikolojik dayanıklılık puanları ile stresle başa çıkma becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.283$; $p<.05$). Çocukların psikolojik dayanıklılıkları arttıkça stresle başa çıkma becerileri artmaktadır.

Çocuk evlerinde kalan ergenlik çağındaki çocukların psikolojik dayanıklılık puanları ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r_{(50)}=.305$; $p<.05$). Çocukların psikolojik dayanıklılıkları arttıkça sosyal duygusal öğrenme becerileri artmaktadır.

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırmanın amaçlarına uygun olarak toplanan verilere uygulanan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

5.1. TARTIŞMA

Kurum bakımında olan ergenlerin psikolojik sağlamlıkları, çeşitli alanlardaki özyeterlilikleri ve sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkilerin incelendiği bu çalışmada değişkenler arasında anlamlı korelasyonlar elde edilmiştir. Ayrıca çeşitli sosyodemografik değişkenler açısından psikolojik sağlamlık düzeyleri, çeşitli alanlardaki özyeterlilikleri ve sosyal duygusal öğrenme becerileri arasında farklılıklar dikkat çekmektedir.

Çocuk evinde kalan ergenlik çağındaki çocukların cinsiyetlerine göre sosyal duygusal öğrenme - stresle başa çıkma becerileri alt ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Erkek çocukların stresle başa çıkma becerileri, kız çocukların ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Diğer değişkenlerde cinsiyetler arası fark izlenmemiştir. Stresle baş etmede erkek ergenlerin daha yüksek puan alması, kültürel olarak cinsiyet rolleriyle ilişkili görülmektedir. Daha pasif ve boyun eğici bir tutum beklenen kızların herhangi bir stresör karşısında uygun baş etme yöntemleri geliştirmede erkeklere göre daha geride kalabilmektedir. Erkekler ise zorluklar karşısında daha dirençli bir tutum geliştirerek, daha aktif problem odaklı baş etme yöntemlerine başvurabilmektedir (Folkman ve Lazarus, 1988). Bununla birlikte Türküm (2000) çalışmasında kız öğrencilerin erkeklere göre sosyal destek arama ve soruna yönelme gibi stresle baş etme davranışlara daha sık başvurdukları izlenmiştir. Bu farklı sonuçlar genel olarak hem problem çözme yöntemlerindeki farklılıklardan hem de kültürlerarası farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada diğer dikkat çeken önemli bir bulgu, annenin çalışma durumunun, genel olarak değişkenlerle ilişki göstermesidir. Annesi çalışan bireylerin çalışmayanlara göre akademik, sosyal, duygusal ve genel özyeterlilik düzeylerinin, psikolojik sağlık düzeylerinin ve kendilik değerini arttıran becerilerinin daha yüksek olduğu izlenmiştir. Bu bulgu çalışan annelerin çocuklarının, özerk olarak yaptığı etkinliklerin daha fazla olması ve bu çocukların daha fazla pratik etmesi nedeniyle kendi öz yeterlilikleriyle ilgili daha olumlu bir algıya sahip olduklarına işaret edebilir. Diğer açıdan çalışan kadınların, sahip oldukları psikososyal ve ekonomik olanaklar nedeniyle çocuklarını daha kendi becerilerine güvenen bireyler olarak yetiştirebilecekleri düşünülmektedir. Annenin iş sahibi olması nedeniyle kendisinin de özyeterlilik duygularının yüksekliği paralelinde çocukların da onlarla özdeşim kurmaları yoluyla özyeterlilik düşüncesini geliştirmeleri söz konusu olabilir. Benzer biçimde annesi çalışanlarda psikolojik dayanıklılık düzeyi ve kendilik değerini arttıran beceriler daha fazla izlenmiştir. Bu bulgu yine annenin evde olmadığı durumlarda çocukların kendi kendilerini idare edebilir hale gelmelerinin sonucu öz yeterlilik duygusunun gelişmesi doğrultusunda açıklanabilmektedir.

Babanın çalışma durumuna göre değişen tek değişken psikolojik sağlık düzeyidir. Babanın çalışmama durumunda ailenin ekonomik olanaklarının yetersizliği nedeniyle gençlerin zorluklar karşısında kendilerini daha dayanıksız algılamalarına ve bu nedenle de zorluklar sonrasında tekrardan yaşamlarına devam edebilmede güçlük yaşamalarına neden olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca babası çalışmayan gençlerin sahip oldukları yetersiz kaynaklardan dolayı daha düşük psikolojik sağlık göstermeleri söz konusu olabilir.

Çocuk evlerinde kalan bu gençlerin yakın arkadaşlarının olup olmamasına göre incelenen değişkenlere bakıldığında; akademik, sosyal, duygusal ve genel özyeterlilik düzeyleri, psikolojik sağlık düzeyleri, iletişim ve problem çözme becerileri ile kendilik değerini arttıran becerilerinin farklılık gösterdiği izlenmiştir. Genel olarak yakın arkadaşına sahip olmanın akademik, sosyal, duygusal ve genel özyeterlilik düzeylerini, psikolojik sağlık düzeylerini, iletişim becerileri ile kendilik değerini arttıran becerilerini arttırdığı görülmektedir. Sadece problem çözme becerilerinin, yakın arkadaşına sahip olmayanlarda

daha yüksek olduğu izlenmiştir. Bu farklılık, önemli bir sosyal destek kaynağı olan akran desteğinden faydalanamadığı durumda bireylerin kendi başına problem çözme becerilerini daha fazla kullandıkları şeklinde yorumlanabilir. Diğer yandan yakın arkadaşına sahip olanların ya da yakın arkadaşları değişen bireylerin, öz yeterlilik ve dayanıklılıklarının, iletişim ve kendilik değeri arttıran becerilerinin sosyal destek kaynaklarından yararlanabilme becerileri nedeniyle olumlu yönde arttığı izlenmektedir. Bu bulgu Wallace ve arkadaşlarının (2001) ve Terzi'nin (2006) elde ettiği dayanıklılık ve sosyal destek arasındaki ilişkiyi gösteren çalışmalarla paralel doğrultudadır. Yakın ilişkiler sürdürebilmenin kendisi, bireylerin yeterlilik ve sağlığını olumlu yönde etkileyebileceği gibi; özyeterlilik ve sağlık düzeyleri ile sosyal duygusal öğrenme becerilerinin yüksek olması bireylerin yakın arkadaşlık ilişkisi geliştirmelerine katkı sağlayabilir.

Psikolojik sağlığın sosyal destek algısı ve sosyal ilişki durumu ile ilişkilerini ele alan çalışmalar; aralarında pozitif ve anlamlı ilişki olduğunu belirtmektedir. Yıldırım ve arkadaşları (2015) psikolojik dayanıklılık ile özerk benlik kurgusu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu; ancak ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Ayrıca çalışmada kızların erkeklere göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha fazla olduğu; erkeklerin özerk benlik kurgularının daha fazla olduğu, kızların ise daha ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurgularına sahip olduğu izlenmiştir. Kızların daha ilişkisel bir benliğe sahip olmaları, psikolojik dayanıklılık düzeylerini arttıran bir etmen olarak işlev görüyor olabilir. Cinsiyetler arasındaki dayanıklılık farkına işaret eden bu çalışmalar (Terzi, 2006 ve Yıldırım ve arkadaşları, 2015), bizim çalışmamızda desteklenmemiştir. Bu çalışmada kız ve erkekler arasında sağlık düzeyleri arasında farka rastlanmamıştır. Görüşler genel olarak kadınların zorlayıcı deneyimlerden sonra sosyal destek sistemlerinden ve çevreden daha fazla destek alabildikleri ve bu nedenle daha yüksek dayanıklılık geliştirdikleri yönündedir. Wallace ve arkadaşlarına (2001) göre, psikolojik dayanıklılığı yüksek olan bireylerin algıladıkları sosyal destek, depresyon düzeylerini düşürmekte ve fiziksel sağlığını olumlu yönde etkilemektedir. Sosyal destek kaynaklarından faydalanabilen dayanıklılığı yüksek bireyler yalnız olmadıkları duygusunu taşımakta, sorunlar karşısında çözüme

yönelebilmekte, sosyal çevrenin olanaklarından yararlanabilmekte ve maddi destek gibi çevresel somut kaynaklara ulaşımını kolaylaştırabilmektedir. Bu kaynaklar sayesinde zorlayıcı olaylar karşısında denetim algısı yükselmekte ve psikolojik dayanıklılığı olumlu etkileyen bir faktör olarak işleyebilmektedir.

Çocuk evlerinde kalan ergenler arkadaş gruplarının varlığına göre değerlendirildiğinde; arkadaş grubu olan gençlerin akademik, sosyal ve genel özyeterlilik düzeyleri ile sosyal duygusal öğrenme becerilerinin tüm alt boyutları olan iletişim, problem çözme, stresle baş etme ve kendilik değerini arttıran becerileri, arkadaş grubu olmayanlardan daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Arkadaş grubu değişiyor olanların da benzer biçimde özyeterlilik ve sosyal duygusal öğrenme becerileri arkadaş grubu olmayanlardan anlamlı olarak daha iyi düzeyde izlenmektedir. Sonuç olarak arkadaş grubu olan veya değişen gençlerin sahip oldukları sosyal destek sistemleriyle etkileşimli olarak özyeterlilik ve sosyal duygusal öğrenme becerilerinin daha iyi düzeyde olduğunu söyleyebiliriz. Diğer yandan özyeterliliği ve sosyal duygusal öğrenme becerileri daha iyi olan gençlerin daha yakın arkadaşlık ilişkileri kurarak akran gruplarına dahil olabildiği düşünülmektedir.

Gençlerin psikolojik sağlık, öz yeterlilik ve sosyal duygusal öğrenme beceri düzeyleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde aralarında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Bulgular psikolojik sağlamlığın bireyin kendi yeterlilik düşünceleri ve sosyal becerileri ile gösterdiği pozitif ilişkileri gösteren literatürle paralel doğrultuda bulunmuştur. Benzer olarak Güloğlu ve Kararırmak (2010) ve Sarıkaya (2015) ruhsal sağlığın önemli bir göstergesi olan benlik saygısının, bireyin kendine ve çevresindekilere yönelik algısının olumlu olmasına; sosyal becerilerine yönelik olumlu algıya sahip olması nedeniyle yeni ilişkilere açık olmasına dolayısıyla da psikolojik sağlamlığı olumlu yönde etkileyen bir ruhsal özellik olduğuna işaret etmektedirler. Bireyin sahip olduğu benlik saygısı, öz yeterlilik düşünceleriyle yakınlık gösterdiğinden benzer düşünce yapısının psikolojik sağlamlık ile özyeterlilik arasındaki süreci de açıklayacağı düşünülmektedir. Bireyin kendisiyle ilgili akademik, sosyal ve duygusal açıdan özyeterlilik düşüncelerinin olması, zorlayıcı yaşam olayları sonrasında psikolojik olarak daha dayanıklılık göstermelerine

neden olabilmektedir. Benzer olarak sosyal duygusal becerilerle de anlamlı ilişkiler gösteren psikolojik sağamlık konusunda; algılanan sosyal destek, sosyal ilgi ve alınan sosyal destekle ilişkilerini ortaya koyan literatürle uyumlu bulgular elde edilmiştir. Ni ve arkadaşları (2015) depremzedelerle yürüttükleri çalışmalarında; sosyal destek arama davranışlarının erkek depremzedelerin dayanıklılığında anlamlı bir yordayıcı olduğunu belirlemişlerdir. Kadınlarda öznel sosyal destek algısının anlamlı yordayıcılar olduğu izlenmiştir.

Aile, iş, arkadaşlar gibi çeşitli sosyal destek kaynaklarına sahip olan bireylerin başına gelen zorlayıcı ve travmatik olaylar karşısında olayın sonuçlarını daha iyi kontrol etme inancına sahip olduğu ve problemler karşısında yalnız olmadıkları hissi ile birlikte geleceklerini daha olumlu tasarladıkları ifade edilmektedir. Diğer yandan psikolojik dayanıklılıklarının yüksek olması sonucunda çevresindeki sosyal destek kaynaklarını daha yararlı biçimde kullanabilmektedirler (Ganellen ve Blaney, 1984).

Kobasa ve arkadaşları (1982) üç alt boyutları ile değerlendirdiğinde; dayanıklılığı yüksek bireylerin sosyal destek kaynaklarına bağlanması arttıkça zorlayıcı durumlarla baş etmesi kolaylaşmakta ve çevresini ilgilenilmeye değer olarak algılamaktadır. Meydan okuma özelliği gösteren bireylerde yine çevresine ilgilenerak farklı deneyimlere sahip olmayı kişisel gelişimleri için bir fırsat olarak görebilmektedir. Kobasa ve arkadaşları (1982) çevresindeki kişilerle bağlantıda olma düzeyi yüksek olan bireylerin çevrelerini daha ilgi çekici ve zaman geçirmeye değer algıladıkları için çevresiyle birlikte olmayla daha fazla uğraştığını; aynı şekilde meydan okuma alt boyutu yüksek olan bireylerin çevresiyle etkileşimi sürdürerek yeni ve değişik yaşantılara açık bir tutuma sahip olduğu görülmektedir. Bu sebeplerle, psikolojik dayanıklılıkları yüksek bireylerin daha fazla sosyal destek kaynaklarına yöneldikleri düşünülmektedir.

Çocuk evlerinde kalan ergenlerin akademik öz yeterlilikleri ile iletişim becerileri, kendilik değerini arttırıcı beceriler ve toplam sosyal duygusal öğrenme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Ergenlerin sosyal öz yeterlilikleri ile iletişim becerileri, stresle başa çıkma becerileri, kendilik değerini arttırıcı beceriler ve toplam sosyal

duygusal öğrenme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Duygusal öz yeterliliğin ise iletişim, stresle başa çıkma, problem çözme ve kendilik değerini arttırıcı beceriler gibi tüm sosyal duygusal öğrenme becerileriyle pozitif yönde ilişki gösterdiği izlenmiştir. Bu sonuçlar bireyin kendi hakkındaki yeterlilik fikirlerinin, sosyal duygusal öğrenme becerileriyle de ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Zins ve Elias (2008) sosyal-duygusal öğrenmeyi, etkili problem çözme, bireyin duygularının farkındalığı, duygularını yönetme ve olumlu sosyal ilişkiler kurma becerisi gibi düşünsel, duygusal ve davranışsal bir repertuar olarak tanımlamaktadır. Waltz (2013) sosyal-duygusal öğrenmenin, çocukların özgüven ve empati becerilerinin yanı sıra dilin etkili kullanımı ve bilişsel açıdan meraklarını da içerdiğini belirtmekte, iyi bir sosyal-duygusal gelişimin, akademik, sosyal ve duygusal performansın göstergesi olduğunu ifade etmiştir. Elde edilen bulgular sosyal-duygusal becerilerin bireylerin akademik, sosyal ve duygusal performanslarıyla ilişki içinde olduğu bu görüşlerle paralel doğrultuda bulunmuştur. Bireyin öz farkındalık becerisine sahip olması kendi duygu ve düşüncelerine ilişkin farkındalığının artmasını, güçlü yönlerini fark etmesini, dolayısıyla özgüvenini ve özyeterlik algısını olumlu yönde etkilemektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde bireyin kendi akademik, sosyal ve duygusal becerilerine yönelik olumlu bir değerlendirmesinin olması, olumlu iletişim, problem çözme, stresle başa çıkma ve kendilik değerini arttırıcı sosyal duygusal becerilere sahip olması bireyin yaşamda karşılaştığı zorluklarla etkin bir biçimde baş etmesinde çok kritik kaynaklar olarak işlev görmektedir. Bu olumlu düşünüş biçimi bireyin hem kendine, hem çevresine hem de geleceğe yinelik genel bir iyimser ve olumlu yaklaşıma işaret eder görünmektedir. Karademas (2006) öz yeterlilik, algılanan sosyal destek, iyi oluş hali ve iyimserlik üzerine yaptığı çalışmada; iyimserliğin algılanan sosyal destek ve öz yeterlilik arasındaki ilişkide aracı role sahip olduğu; iyimserliğin günlük duygusal destek ve öz yeterliliği yordadığı sonucuna ulaşmışlardır. Benzer olarak Mak ve arkadaşları (2011) psikolojik dayanıklılığın bireyin kendisi, dünya ve gelecek hakkındaki pozitif bilişlerle anlamlı olarak ilişki gösterdiğini belirlemiştir. Yüksek düzeyde dayanıklılığa sahip bireylerin daha fazla pozitif bilişlere sahip olduğunu, daha yüksek yaşam doyumu

hissettikleri ve daha düşük depresyon düzeyleri gösterdikleri görülmüştür. Bu bulgular bireyin kendisi, dünya ve geleceklere ilgili pozitif bilişlerinin hem psikolojik dayanıklılığı arttıran bir faktör olduğu hem de pozitif bilişlerin ve dayanıklılığın yaşam doyumu ve ruh sağlığını olumlu yönde etkilediğine işaret eden veriler sağlamaktadır. Bu sonuçlar ayrıca depresyonun negatif bilişsel üçlüsüne karşı, dayanıklılığın pozitif bilişlerle ilişkileri nedeniyle depresyona karşı koruyucu bir kişilik özelliği olarak çalışabileceğini göstermektedir. Bireyin kendi hakkındaki olumlu bilişlerinin özyeterlilikle de ilişkili olduğu, dolayısıyla da dayanıklılık ve öz yeterlilik arasında da olumlu yönde bir ilişkiye işaret eden bulgu olarak değerlendirilebilir.

Bu ilişkilerden hareketle; kurum bakımında olan çocuk evlerinde kalan ergenlerin; hem gelişimsel süreçte hem de kurum bakımı sırasında yaşadığı birçok zorlayıcı ve stresli yaşam deneyimi nedeniyle çeşitli psikososyal ve fiziksel gereksinimlerinin karşılanmadığı göz önünde tutulduğunda bu grubun olumlu ve iyimser yaklaşım açısından dezavantajlı olduğu söylenebilir. Hem özyeterlilik düşünceleri hem de sosyal duygusal becerilerin olumlu bilişler ve iyimser yaklaşımla desteklenmesinin, gençlerin psikolojik sağlık geliştirilmeleri ve ruhsal açıdan daha sağlıklı olmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada dikkat çeken bir bulgu annenin çalışma hayatında olmasının, gençlerin özyeterlilik, psikolojik sağlık ve sosyal duygusal becerilerini arttıran bir faktör olmasıdır. Bundan hareketle kurum bakımında olan çocukların ailelerinin desteklenmesi ve güçlendirilmesi konusunda annenin çalışma hayatına katılımına özel bir önem verilmesi ve buna yönelik destekleyici çalışmaların yapılmasının çocukların ruh sağlığını korunmasında kritik bir yeri olacağı düşünülmektedir. Paralel olarak babanın çalışmaması durumunda gençlerin psikolojik sağlık düzeyleri olumsuz yönde etkilendiği için, zorlayıcı yaşam deneyimleri karşısında bu dezavantajlı grubun özel gereksinimlerinin olduğunu dikkate alan kurum politikaları geliştirilmesine gereksinim duyulmaktadır.

Elde edilen bulgular ışığında çocuk evlerinde kalan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının artırılmasında, özyeterlilik düşünceleri ve sosyal duygusal becerilerin önemi dikkat çekmektedir. Bu nedenle çocukların farkındalıklarını arttırarak yapılacak çeşitli alanlardaki özyeterlilik çalışmalarının ve sosyal duygusal becerileri geliştirmeye yönelik psikososyal müdahale programlarının psikolojik dayanıklılıklarını arttıran ve dolayısıyla da ruh sağlıklarını destekleyen çalışmaların yapılması önemli görülmektedir.

Shastri (2013) psikolojik dayanıklılığı arttırmanın, zihinsel sağlığı iyileştirmek ve sosyo-duygusal bileşenleri geliştirmek konusunda önemli bir amaç olduğunu söyler. Ailenin dayanıklılığını ele alan bir yaklaşıma göre, aile sistemi üyelerinin dayanıklılık kapasitesini geliştirmede önemli bir rol oynamaktadır. Olumlu bakış açısı, esneklik, maneviyat, iletişim becerileri, eğlenceli paylaşımlar, fikir birliği, aile zamanı, kurallar ve rutinlerin varlığı aile dayanıklılığını arttıran faktörler olarak sayılabilir. Bunların yanı sıra olumlu duygular, yaşam doyumu yüksekliği, yüksek benlik saygısı ve bireysel etkililiğinin farkındalığı dayanıklılığın belirleyicileri arasındadır. Dayanıklılık yaşam boyu süren ve geliştirilebilen bir özellik olarak psikopatolojik risk faktörleri için önleme ve iyileştirmeyi hedefleyen dayanıklılık temelli müdahaleler geliştirilmesi söz konusudur.

Sonuç olarak gelişimsel süreçte veya kurumsal koşullar nedeniyle bu gençlerin birçok açıdan gereksinimleri bulunmakta ancak ailesel ve kurumsal yetersizliklerden dolayı bunlar karşılanamamaktadır. Aileden başlayan bu dezavantajlı durumları yetersiz çevresel kaynaklar nedeniyle kurum bakımı sırasında da devam etmektedir. Yapılan bu çalışmalar ışığında çocuğun hem bireysel hem de ailesel açıdan gereksinimlerinin dikkate alınarak yoğunlaştırılmış psikososyal destek sistemlerinin geliştirilmesine büyük ihtiyaç duyulduğu izlenmektedir.

KAYNAKÇA

- Ashdown, D.M; Bernard, M.E. (2011). Can Explicit Instruction in Social and Emotional Learning Skills Benefit the Social-Emotional Development, Well-being, and Academic Achievement of Young Children? *Early Childhood Education Journal*, 39 (6), 397-405
- Avcioğlu, H. (2005). *Etkinliklerle Sosyal Beceri Öğretimi*. Ankara Kök Yayınları
- Avşaroğlu, S. ve Üre, Ö. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başaıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 17, 85-100
- Aydın, B. (2005). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*. İstanbul, Atlas Yayın Dağıtım.
- Bandura A (1997) *Self-efficacy: the exercise of control*. New York Freeman
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28, 117—148.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual review of psychology*, 52(1), 1-26.
- Bandura, A. (2006). Toward a psychology of human agency. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164-180.
- Bandura, A.; Pastorelli, C.; Barbranelli, C., Caprara, G.V. (1999). Self –Efficacy Pathways to Childhood Depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (2), 258-269

- Basım, H.N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22 (2), 104-116
- Bıkmaz-Hazır, F. (2004). Sınıf öğretmenlerinin fen öğretiminde öz yeterlilik inancı ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Milli Eğitim Dergisi*, 161.
- Bonanno, G.A. (2004). Loss, Trauma, and Human Resilience Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *American Psychologist*
- Boyd, J., Barnett, W. S., Bodrova, E., Leong, D. J., Gomby, D. (2005). Promoting Children's Social and Emotional Development Through Preschool Education, National Institute for Early Education Research, New Brunswick, Canada.
- Coleman, P.K., Karraker, K.H. (1997) Self-Efficacy and Parenting Quality: Findings and Future Applications. *Developmental Review*, 18 (1), 47-85.
- Connor, K.M.; Zhang, W. (2006). Resilience: Determinants, Measurement, and Treatment Responsiveness, 12, 5-1
- Çetin, B. (2013). Çocuklar için öz-yeterlik ölçeğinin ilköğretim 4.ve 5.sınıf öğrencilerinin akademik başarısını yordaması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21 (3),1117-1132
- Çetin, H., Çavuşoğlu, H. (2009). Yetiştirme Yurdunda ve Aileleri ile Yaşayan Adölesanların Benlik Saygıları ve Psikolojik Belirtilerinin Karşılaştırılması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 2 (4), 137-144.

- Çifci, E.G. (2009). Türkiye'de ve Dünyada Korunmaya İhtiyacı Olan Çocuklara Yönelik Hizmetlerin Tarihsel Gelişimi. *Aile ve Toplum*, 11 (5), Ekim-Kasım-Aralık
- Davis, N J. (1999) Resilience. Status of Research and Research-Based Programs. www.mentalhealth.org. Resilience. htm
- De Bellis, M. (2001). Developmental traumatology: The psychobiological development of maltreated children and its implications for research, treatment, and policy. *Dev Psychopathol*, 13, 539-564
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3 (1), 93-102
- Ellis, B. H., Fisher, P. A., Zaharie, S. (2004). Predictors of disruptive behavior, developmental delays, anxiety, and affective symptomatology among institutionally reared romanian children, *J Am Acad Child Adolescent Psychiatry*, 43 (10), 183-1292
- Erarslan, Ö. (2014) Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlık ile depresif belirtiler ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide benlik saygısı, pozitif dünya görüşü ve umudun aracı rolünün incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji Anabilim Dalı. Klinik Psikoloji Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Ankara
- Erol, N. (2004). Yuva, Yetiştirme Yurtları Sorunun mu Yoksa Çözümün mü Parçası? *Koruma Altındaki Çocuklar*; Prof Dr. Mualla Öztürk Anısına XVII. Sempozyum Sunuları, 23-25 Şubat 2004 (Yayına hazırlayan Runa Uslu). Ankara Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Yayınları. Yayın No: IX Ankara Üniversitesi Basımevi, 33-140

- Erol, N., Şimşek, Z., Üstüner, S. (2005) Çiçekli Dünyamda Elimi Yalnız Bırakma; Dünyada ve Türkiye’de Çocuk Koruma Sistemleri; Kurum Bakımı, Koruyucu Aile ve Evlat Edinme. Ümit Matbaacılık. Ankara
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475.
- Fredrickson, B.L.; Tugade, M.M. Waugh, C.E. Larkin, G.R. (2003). What Good Are Positive Emotions in Crises? A Prospective Study of Resilience and Emotions Following the Terrorist Attacks on the United States on September 11th. *J. Pers. Soc. Psychol.* February, 84 (2), 365-376
- Funk, S.C.(1992). Hardiness: A review of theory and research. *Health Psychology*, 11,335-345.
- Ganellen, R. J., and Blaney, P. H. (1984). Hardiness and social support as moderators of the effects of life stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47,156-163.
- Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlık. *Ege Eğitim Dergisi*, (11) 2, 73-88
- Heslin, P. ve Klehe, U. (2006). Self-Efficacy. *Encyclopedia of Industrial / organizational psychology*, Ed. G. Rogelberg, 2,705-708.
- Holt, P., Fine, M. ve Tollefson, N. (1987). Mediating stress: Survival of the hardy. *Psychology In The Schools*, 24 (1), 51-58.
- Jackson, S. (1994). Education on residential child care: *Oxford Review of Education* 20 (3) 267-279
- Kabakçı, Ö. F. (2006). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri. *Yayınlanmamış Yüksek Lisan Tezi*. Hacettepe

Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Bilim Dalı. Anka

Kabakçı, Ö. F., Owen, F. K. (2010). Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği
Geliştirme Çalışması, Eğitim ve Bilim Dergisi, 35(157), 152-166.

Kamya, H. (2000). Hardiness and spiritual well-being among social work students.
Journal of Social Education, 36(2), 231-241.

Karacaoğlu ve Köktaş (2016). Psikolojik Dayanıklılık ve Psikolojik İyi Olma
İlişkisinde İyimserliğin Aracı Rolü: Hastane Çalışanları Üzerine Bir
Araştırma. İş ve İnsan Dergisi, 3 (2), 119-127

Karadağ-Çaman, Ö, Özcebe, H. (2011). Ankara'da Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan
Ergenler: Ruhsal Belirtileri, Fiziksel Etkinlik Düzeyi ve İlişkili Etkenler.
Türk Psikiyatri Dergisi, 22 (2), 93-103

Kararmak, Ö. (2007). Investigation of personal qualities contributing to
psychological resilience among earthquake survivors: A model testing
study. (Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel
faktörlerin incelenmesi: Bir model test etme çalışması) Basılmamış
Doktora Tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

Kararmak, Ö. ve Siviş-Çetinkaya, R. (2009). Deprem deneyimini yaşamış
yetişkinlerin bağlanma stilleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki
ilişki. XVII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı Kitapçığı. 1-3 Ekim Ege
Üniversitesi, Kuşadası, 74-75

Kararmak, Ö., Güloğlu, B. (2014). Deprem deneyimi yaşamış yetişkinlerde
bağlanma modeline göre psikolojik sağlamlığın açıklanması. Çukurova
Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 43 (2), 1-18

- Kararımk, Ö., Siviş Çetinkaya, R. (2011). Benlik Saygısının ve Denetim Odağının Psikolojik Dayanıklılık Üzerine Etkisi: Duyguların Aracı Rolü. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4 (35), 30-43
- Kaya, A., Bozaslan, H., Genç, G. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumlarının Problem Çözme Becerilerine, Sosyal Kaygı Düzeylerine Ve Akademik Başarılarına Etkisi, Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı, 208-225.
- Kayacı, Ü. Ve Özbay, Y. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Travmatik Yaşantı, Psikolojik Doğum Sıraları ve Sosyal İlgilerinin Psikolojik Dayanıklılıklarını Yordaması. The Journal of Happiness & Well-Being, 4(1), 128-142
- Kobasa, S. (1982). Commitment and Coping in Stress Resistance Among Lawyers. Journal of Personality and Social Psychology, 42 (4), 707-717
- Kobasa, S., Maddi, S. R. Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. Journal of Personality and Social Psychology, 42, 168-177.
- Kobasa, S.; Puccetti, M. C. (1983). Personality and social resources in stress resistance. Journal of Personality and Social Psychology, 45 (4), 839-850.
- Kosaka, M. (1996). Relations between hardiness and psychological stress response. Journal of Performance Studies, 3, 35-40.
- Kotaman, H. (2008). Öz-yeterlik inancı ve öğrenme performansının geliştirilmesine ilişkin yazın taraması. Eğitim Fakültesi Dergisi. XXI. (1), 111-133. <http://kutuphane.uludağ.edu.tr/Univder/uufader.Htm>
- Lane, A. M. Devonport, T. E. Milton, K. E. & Williams, L. C. (2003). Self-efficacy and dissertation performance among sport students. Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education, 2(2), 1-8.

- Link, B. G., Phelan, J. C. (2001). Conceptualizing stigma. *Annu Rev Sociol*, 27, 363-385
- Linnenrink, E. A., Pintrich, P. R. (2003). The role of self-efficacy beliefs in student engagement and learning in the classroom. *Reading ve Writing Quarterly*, 19 (2), 119- 137.
- Mak, W. W. S.; Ng, I. S. W.; Wong, C. C. Y. (2011). Resilience: Enhancing well-being through the positive cognitive triad. *Journal of counseling Psychology*, 58(4), 610-617.
- Malkoç, A. Yalçın, İ. (2015). Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Dayanıklılık, Sosyal Destek, Başa Çıkma ve İyi-Oluş Arasındaki İlişkiler. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5 (43), 35-43
- Mc Fall, R. M. (1982). A review and reformulation of the concept of social skills. *Behavioral Assessment*, 4, 1-33
- Ni, C.; Chow, M.C.M.; Jiang, X.; Li, S.; Pang, M.C. (2015). Factors Associated with Resilience of Adult Survivors Five Years after the 2008 Sichuan Earthquake in China. *Journal.pone*. March. 1-14
- Noorafshan, L., Jowkarb, B., Hosseini, F. S. (2013). Effect of family communication patterns of resilience among Iranian adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 900-904.
- Özçetin, Y.S.Ü.; Hiçdurmaz, D. (2017). Kanser Deneyiminde Travma Sonrası Büyüme ve Psikolojik Sağlamlık. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9 (4), 388-397
- Pajares, F., Schunk, D. H. (2004). Self efficacy in education revisited empirical and applied evidence. *Big Theories A Volume in Research on Sociocultural Influences on Motivation and Learning*, (6), 115-138.

- Pajares, Frank (2002), "Overview of Social Cognitive Theory and of Self-Efficacy", Retrieved, January. <http://www.emory.edu/EDUCATION/mfp/eff.html>
- Pietrzak, R.H., Johnson, .D. C., Goldstein, M.B., Malley, J.C.,5 Southwick, M. S. (2009). Psychological Resilience And Postdeployment Social Support Protect Against Traumatic Stress And Depressive Symptoms In Soldiers Returning From Operations Enduring Freedom And Iraqi Freedom. *Depression And Anxiety*, 26, 745-751
- Robitschek, C., Kashubeck, S. (1999). A structural model of parental alcoholism, family functioning and psychological health: The mediating effects of hardiness and personal growth orientation. *Journal of Counseling Psychology*, 46(2), 159-172.
- Sagone, E., & Caroli, M. E. D. (2013). Relationships between resilience, self-efficacy, and thinking styles in Italian middle adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 92, 838-845.
- Sarıkaya, A. (2015). 14-18 Yaş Arası Ergenlerin Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki. Bilim Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Tezi. İstanbul
- Saygın, Y. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Schunk, D. H. (1990). Goal Setting And Self-Efficacy During Self –Regulated Learning. *Educational psychologist*. Lawrence Erlbaum Associates. Inc., 25 (1), 71-86.
- Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational psychologist*, 26(3-4), 207-231.

- Shastri, P.C. (2013). Resilience: Building immunity in psychiatry Indian Journal of Psychiatry, 55 (3), 224-234
- Stewart, M., Reid, G., Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. Journal of Pediatric Nursing, 12, 21-31.
- Şimşek, Z., Erol, N., Öztop, D., Özer Özcan, Ö. (2008). Kurum Bakımındaki Çocuk ve Ergenlerde Davranış ve Duygusal Sorunların Epidemiyolojisi; Ulusal Örneklemde Karşılaştırmalı Bir Araştırma. Türk Psikiyatri Dergisi, 19 (3), 235-246
- Telef, B. B., Karaca, R. (2002). Çocuklar İçin Öz Yeterlik Ölçeği; Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 32, 169-187
- Terzi, Ş. (2005). Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı. Ankara
- Terzi, Ş. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3(29),1-11
- Turunç, Y. (2009). Fabrika işçilerinde stres kaynakları ve stresle başa çıkma yöntemleri. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Trakya Üniversitesi, Edirne.
- Türküm, S. (2000). Stresle Başa Çıkma Biçimi, iyimserlik, Bilişsel Çarpıtma Düzeyleri ve Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkiler: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. Sosyal Bilimler Dergisi, 1-15

- Üstüner, S. Erol, N., Şimşek, Z. (2005). Koruyucu aile bakımı altındaki çocukların davranış ve duygusal sorunları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 12 (3), 1633-144
- Wallace, K.A.; Bisconti, T.; Bergeman, C.S. (2010). The mediational effect of hardiness on social support and optimal outcomes in later life. *Journal of Basiz and Applied Social Psychology*, 23 (4), 267-276
- Waltz, M. (2013). The importance of social and emotional development in young children.<http://www.childrensacademyonline.net/wp-content/uploads/2013/01/Importance-of-SEL-In-Early-Childhood-Devt.pdf> adresinden 03.03.2018 tarihinde edinilmiştir.
- Westphal, M., Bonanno, G.A. (2013). Posttraumatic Growth and Resilience to Trauma: Different Sides of the Same Coin or Different Coins? *Applied Psychology*, 56 (3), 417-427
- Wood, R., Bandura, A. (1989). Social Cognitive Theory of Organizational Management, 4 (3), 361-384.
- Yıldırım, P.K.; Yıldırım, E.; Otrar, M. ve Şirin, A. (2015). Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık ile Benlik Kurgusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 42, 277-197
- Yöndem, Z.D.; Bahtiyar, M. (2016). Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık ve Stresle Başetme. *The Journal of Academic Social Science Studies*, (45), 53-62
- Zennah, C. H. (2000). Disturbances of attachment in young children adopted from institutions. *J Dev Behav Pediatr*, 15, 215-220

Zins J. E. & Elias M. J. 2008. "Social and emotional learning: promoting the development of all students". Journal of Educational and Psychological Consultation, 17 (2-3), 233-255.



SOSYODEMOGRAFIK BİLGİ FORMU

Cinsiyet: Kız Erkek

Yaş:

Kaçıncı Sınıf:

Anneniz Çalışıyor mu? Evet Hayır

Babanız Çalışıyor mu? Evet Hayır

Kaç kardeşiniz?

“En yakın arkadaşım” dediğiniz bir arkadaşınız var mı? Evet Hayır Değişiyor

Birlikte zaman geçirdiğiniz bir arkadaş grubunuz var mı? Evet Hayır Değişiyor

ÇOCUKLAR İÇİN ÖZ-YETERLİK ÖLÇEĞİ

Sevgili gençler, aşağıdaki soruları dikkatle okuyup, sizin duygu ve düşüncelerinizi yansıtan her soru için sadece bir cevabı işaretleyiniz. Aşağıdaki sorulara cevabınız “Hiç” ise 1’i, “Biraz” ise 2’yi, “Oldukça iyi” ise 3’ü, “İyi” ise 4’ü, “Çok iyi” ise 5’i işaretleyiniz. Teşekkürler.

	Hiç	Biraz	Oldukça iyi	İyi	Çok iyi
1. Sınıf arkadaşlarınız sizinle aynı görüşte olmadığı zaman kendi görüşlerinizi ne kadar iyi ifade edebilirsiniz?	1	2	3	4	5
2. Olumsuz bir olay karşısında kendi kendinize moralinizi yükseltmeyi ne kadar iyi başarabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
3. Yapılacak başka ilgi çekici şeyler olduğunda dersinizi ne kadar iyi çalışabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
4. Çok korktuğunuzda yeniden sakinleşebilmeyi ne kadar iyi başarabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
5. Çevrenizdeki diğer çocuklarla arkadaşlık kurmada ne kadar iyisiniz?	1	2	3	4	5
6. Sınav için hazırlanmanız gereken bir üniteye ne kadar iyi çalışabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
7. Tanımadığımız bir kişi ile sohbet etme konusunda ne kadar iyisiniz?	1	2	3	4	5
8. Sınırlarınıza ne kadar iyi hâkim olabilirsiniz?	1	2	3	4	5
9. Her gün ev ödevlerinizi tamamlama konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
10. Sınıf arkadaşlarınız ile ne kadar uyumlu çalışabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
11. Duyularınızı ne kadar iyi kontrol edebiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
12. Her dersinizde ders boyunca dikkatinizi ne kadar iyi toparlayabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
13. Çevrenizdeki diğer çocuklara sizin hoşlanmadığınız bir şeyi yaptıklarını ne kadar iyi anlatabilirsiniz?	1	2	3	4	5
14. Kendinizi iyi hissetmediğinizde kendi kendinize moral vermede ne kadar iyisiniz?	1	2	3	4	5
15. Okuldaki derslerin tümünü anlamayı başarma konusunda ne kadar iyisiniz?	1	2	3	4	5
16. Komik bir olayı bir öğrenci grubuna ne kadar iyi anlatabilirsiniz?	1	2	3	4	5
17. Okuldaki çalışmalarınızla ailenizi memnun etmeyi ne kadar başarabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
18. Diğer çocuklarla arkadaşlığınızı sürdürebilme konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
19. Sizi rahatsız eden düşüncelerinizi bastırma konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
20. Herhangi bir sınavı geçme konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
21. Olması muhtemel şeyler için endişe etmeme konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5

KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ

Sevgili gençler, aşağıda sıkıntılı olduğumuz zamanlarla ilgili olarak bazı ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi tek tek okuyun ve her birinin sizin için ne kadar uygun olduğunu yanlarındaki kutularda işaretleyiniz. Her bir ifade için size “Hiç uygun değil” ise 1’i, “Uygun değil” ise 2’yi, “Biraz uygun” ise 3’ü, “Uygun” ise 4’ü, “Tamamen uygun” ise 5’i işaretleyiniz. Teşekkürler...



Hiç uygun değil
 Uygun değil
 Biraz uygun
 Uygun
 Tamamen uygun

1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.	1	2	3	4	5
2. Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.*	1	2	3	4	5
3. Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.	1	2	3	4	5
4. Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlattık benim için zordur.*	1	2	3	4	5
5. Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlattım.	1	2	3	4	5
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.*	1	2	3	4	5

SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ ÖLÇEĞİ

Sevgili, gençler aşağıda çeşitli davranış ve duygularla ilgili ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi tek tek okuyun ve her birinin sizin için ne kadar uygun olduğunu yanlarındaki kutularda işaretleyiniz. Her bir ifade için size “Hiç uygun değil” ise 1’i, “Pek uygun değil” ise 2’yi, “Oldukça uygun” ise 3’ü, “Tamamen uygun” ise 4’ü işaretleyiniz. Teşekkürler...

	Hiç uygun değil	Pek uygun değil	Oldukça uygun	Tamamen uygun
1. Birisiyle konuşurken gözlerine bakarım	1	2	3	4
2. Sakinleşmek için derin nefes alırım	1	2	3	4
3. Arkadaşlarım benimle alay ederse görmezden gelebilirim	1	2	3	4
4. Dış görünüşümden memnunum	1	2	3	4
5. Sıkıldığım zamanlarda duygularımı bir kağıda yazarım	1	2	3	4
6. Bir arkadaşımın sorununu çözerken hem onun hem kendimin yararını düşünürüm	1	2	3	4
7. Problemi çözeceğim zaman, önce problemle ilgili bilgi toplamaya çalışırım	1	2	3	4
8. Kendime güvenirim	1	2	3	4
9. Duygularımı kelimelere dökebilirim	1	2	3	4
10. Bir problemim olunca önce problemin ne olduğunu anlamaya çalışırım	1	2	3	4
11. Başkalarıyla aynı fikirde olmadığımı onları kırmadan söylerim	1	2	3	4
12. Sorunumu çözmek için bulduğum çözümlerden en uygun olanı seçip uygulayabilirim	1	2	3	4
13. Eleştirileri kırılmadan kabul edebilirim	1	2	3	4
14. Arkadaşlarıma beğendiğim yönlerini söylerim	1	2	3	4
15. Kendimden memnunum	1	2	3	4
16. Bir problemim olduğunda bunu adım adım çözmeye çalışırım	1	2	3	4
17. İnsanlara yaklaşıp bir sohbet başlatabilirim	1	2	3	4
18. Çok bunaldığımda spor yaparak rahatlarım	1	2	3	4

19. Bir isteğime hayır denildiğinde bunu anlayışla karşılarım	1	2	3	4
20. Kendimi g¼çlü ve sağlıklı hissediyorum	1	2	3	4
21. Sakinleşmek için içimden "a kadar sayarım	1	2	3	4
22. Söylediklerimi daha iyi anlatmak için ellerimi kullanırım	1	2	3	4
23. Karar vereceğim zaman, her seçeneğin olumlu ve olumsuz sonuçlarını tahmin etmeye çalışırım	1	2	3	4
24. Kendi özelliklerimle gurur duyarım	1	2	3	4
25. Sorun yaşayan iki kişinin uzlaşmalarına taraf tutmadan aracı olurum	1	2	3	4
26. Kitap okuyarak rahatlarım	1	2	3	4
27. Sınıfta arkadaşım beni çileden çıkardığında bunu şakaya vururum	1	2	3	4
28. Konuşurken, yüz ifademle anlattıklarımı desteklerim	1	2	3	4
29. Karşılaştığım problemlere uygun çözümler bulabilirim	1	2	3	4
30. Problem çözerken bütün seçenekleri dikkate alırım	1	2	3	4
31. Birisini dinlerken onun ne hissettiğini anlamaya çalışırım	1	2	3	4
32. Bir sorunun olunca benzer sorunları olanlarla konuşurum	1	2	3	4
33. Başarılarımdan gurur duyarım	1	2	3	4
34. Gergin olduğumda kendimi sakinleştirebilirim	1	2	3	4
35. Bir konuda başarısız olursam, aynısını tekrar yaşamamak için bu olaydan ders çıkarırım	1	2	3	4
36. İsteklerimi ve ihtiyaçlarımı rahatça ifade edebilirim	1	2	3	4
37. Bir sıkıntım olduğunda başkalarına danışırım	1	2	3	4
38. Kendimi seviyorum	1	2	3	4
39. Birçok olumlu özelliğim var	1	2	3	4
40. Hatalarım, eksiklerim olsa da değerli bir insanım	1	2	3	4

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Çağdaş TORAMAN

Doğum Tarihi : 07.09.1990

İletişim Bilgileri

Telefon : 0538 655 1176

E-posta : cagdastoraman@yahoo.com

İş Deneyimi

2015-2018 : Kars İli Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü, Çocuk Evleri

2018-... : Düzce İli Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü, Korunmaya Muhtaç Çocuklar

Eğitim Bilgileri

2016-... : Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji MSc

2014-2015 : Marmara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Formasyonu

2009-2014 : Maltepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü (%50 Burslu)

2004-2007 : Erzincan Lisesi

Yabancı Dil : İngilizce