



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

Yüksek Lisans Tezi

**ERGENLERDE DUYGU DURUM DÜZENLEME BECERİLERİ,  
BENLİK SAYGISI, DEPRESYON, ANKSİYETE VE ÇOCUKLUK  
ÇAĞI TRAVMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**Burak ÇÖLLÜ**

**DANIŞMAN: Yrd. Doç. Dr. Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ**

**İstanbul - 2017**



**T.C.**

**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ**

**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**Yüksek Lisans Tezi**

**ERGENLERDE DUYGU DURUM DÜZENLEME BECERİLERİ,  
BENLİK SAYGISI, DEPRESYON, ANKSİYETE VE ÇOCUKLUK  
ÇAĞI TRAVMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**Burak ÇÖLLÜ**

**DANIŞMAN: Yrd. Doç. Dr. Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ**

**İstanbul - 2017**



T.C.  
ÜSKÜDAR  
ÜNİVERSİTESİ

## YÜKSEK LİSANS TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

...Sosyal Bilimler..... ENSTİTÜSÜ

### GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102006
Öğrenci Adı Soyadı	: Burak GÖLLÜ
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Yrd. Doç. Dr. Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNG
Tezin Başlığı	: Ergenlerde Duygu Durum Disorganizasyonu, Benlik Saygısı, Anksiyete, Akademi ve Geciklik Gesi Travmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Toplantı Tarihi	: 11.08.2017	Saati	: 10.00
Öğrenci Savunmaya :	<input checked="" type="checkbox"/> Geldi		
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.			
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın tez çalışması başarılı bulunarak <b>KABUL</b> edilmesine,			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonunda tez çalışmasının <b>DÜZELTİLMESİNE</b> , düzeltme için adaya ..... ay <b>EK SÜRE</b> verilmesine (en fazla 3 ay)			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonunda tezin <b>REDDEDİLMESİNE</b>			
<input checked="" type="checkbox"/> <b>OY BİRLİĞİ</b> <input type="checkbox"/> <b>OY ÇOKLUĞU</b>			
İle karar verilmiştir.			
Savunmada Tezin Başlığı : <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi <input type="checkbox"/> Değişti			
Tezin Yeni Başlığı : <input type="checkbox"/> Değişmedi			
Öğrenci Savunmaya : <input type="checkbox"/> Gelmedi			
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,			
<input type="checkbox"/> <b>OY BİRLİĞİ İLE REDDEDİLMİŞTİR.</b>			

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Başkan	Yrd. Doç. Dr. Semra Barışoğlu	
Danışman Üye	D. Meltem Taşdemir Ering	
Üye	Doç. Dr. Korhan Ulucan	
Üye		
Üye		

(Tüm durumlarda jüri üyelerinin tez değerlendirme raporları gerekir.)

Sayı No :

Tarih : ..... / ..... / 20 .....

Yukarıda kimlik bilgileri belirtilen ve Anabilim Dalımız Yüksek Lisans Programı öğrencisinin Tez Savunma Sınav Tutanağı ve eklerinin Enstitü Yönetim Kurulunda görüşülmesi hususunda bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Not: Bu forma orijinal raporlar (bir nüsha) eklenecektir.

.....  
Anabilim Dalı Başkanı  
(Unvanı, Adı Soyadı, İmza)

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Ergenlerde Duygu Durum Düzenleme Becerileri, Benlik Saygısı, Depresyon, Anksiyete ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki İlişkinin 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 11/08//2017

Burak ÇÖLLÜ

## TEŞEKKÜR

Tez çalışmalarım sürecinde önerileri, rehberliği ve örnek iletişim biçimiyle bana yardımcı olan değerli tez danışmanım Yrd.Doç.Dr. Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ'e,

Her zaman yanımda olan ve desteklerini benden hiçbir esirgemeyen başta Kenan İNAL, Burcu USLU, Emine AVCI, Esra SAMIKIRAN, Nilüfer ÇEVİK, Bircan KOKU, Sezer HALAT, Ali Hamza KIRIK, Berna GÖKÇE, Anıl DURAN, Sezen TAŞCI, Eda DURMUŞ, İlknur TAŞKIN, Yasemin YALÇIN, Ali ŞEN, Yasin BÜYÜKÜNLÜ, M. Cuma YAVUZ, Murat Ali BAL, Bahar MAKULOĞLU, Kübra METİN, Feyzullah AKDAĞ, Asya GÜVENÇ, Bertan ORALGÜN olmak üzere tüm dostlarıma,

Bugünlere gelmemi sağlayan, hayatım boyunca sürekli yanımda olan, sevgi ve desteklerini her daim yakından hissettiğim canım annem Server ÇÖLLÜ'ye, babam Mehmet ÇÖLLÜ'ye ve ablam Burcu ÇÖLLÜ'ye sonsuz teşekkür ederim.

Burak ÇÖLLÜ

# ERGENLERDE DUYGU DURUM DÜZENLEME BECERİLERİ, BENLİK SAYGISI, DEPRESYON, ANKSİYETE VE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Burak ÇÖLLÜ

Haziran 2017

Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Yrd.Doç.Dr.Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ

## ÖZET

Bu çalışma 12-18 yaş arası ergen bireylerin depresyon, anksiyete, benlik saygısı ve duygu durum düzenleme güçlüklerini incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma, Şanlıurfa ili Siverek ilçesindeki El Cabir Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Zübeyde Hanım Kız Meslek Lisesi öğrencilerinden oluşan 100 kişilik örneklem ile gerçekleştirilmiştir. Velilerinden alınan bilgilendirilmiş onam doğrultusunda, öğrenciler, araştırma değişkenlerini ölçmek için anketlere yanıt vermişlerdir.

Öğrencilerin kişisel bilgilerinin ayrıca incelendiği çalışmada Sosyodemografik Bilgi Formu, depresyon düzeylerini ölçmek için Beck Depresyon Envanteri, anksiyete düzeylerini ölçmek için Beck Anksiyete Envanteri, benlik saygısı düzeylerini ölçmek için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, duygu durum düzenleme becerilerini ölçmek için Duygu Durum Düzenlemede Güçlükler ve çocukluk travmalarını ölçmek için Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği formları kullanılmıştır. Çalışmada, demografik değişkenler ve araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi ve araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi inceleyen istatistiksel yöntemler kullanılmıştır.

Araştırmanın sonuçlarına göre, demografik değişkenlerin bazıları ile araştırma değişkenleri arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Kızların depresyon, anksiyete, düşük benlik saygısı ve duygu durum düzenlemede güçlükler puanı erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte, geleceğe dair planları olmayan öğrencilerin duygu durum düzenleme güçlüğü, depresyon, çocukluk çağı travması puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, kendini

yaralama ve intihar girişimi olduğunu bildiren öğrencilerin depresyon, anksiyete, duygu durum düzenlemede güçlük, çocukluk travması ve düşük benlik saygısının anlamlı düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişki incelendiğinde, depresyon düzeyi, benlik saygısı, anksiyete ve duygu durum düzenleme güçlüğu ile pozitif yönlü anlamlı ilişkili; anksiyete düzeyi ve düşük benlik saygısı pozitif yönlü anlamlı ilişkili; düşük benlik saygısı ve duygu durum düzenleme güçlüğu pozitif yönlü anlamlı ilişkili bulunmuştur. Katılımcıların depresyon düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyi düşmekte, anksiyete düzeyi ve duygu durum düzenleme güçlükleri artmaktadır. Bununla birlikte, anksiyete düzeyi yükseldikçe yüksek puanla saptanan düşük benlik saygısı ve duygu durum düzenleme güçlükleri artmaktadır. Benlik saygısı düzeyi düşükçe duygu durum düzenleme güçlükleri artmaktadır.

Bu çalışma, ülkenin doğu kesimlerindeki sosyokültürel değişkenlere bağlı olarak ergen bireylerin psikososyal süreçlerine ilişkin önemli bilgiler sunmaktadır. Öğrencilere, söz konusu niteliklerine ilişkin doğru müdahalelerinin sağlanması ve bu çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda bölgedeki diğer şehirlerde karşılaştırma çalışması yapılmasının uygun olacağı düşünölmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Ergenlik, Depresyon, Duygu Durum Düzenleme, Benlik Saygısı, Çocukluk Çağı Travmaları

**EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP AMONG ADOLESCENTS'  
EMOTION REGULATION SKILLS, SELF-ESTEEM, DEPRESSION,  
ANXIETY, AND CHILDHOOD TRAUMAS**

Burak ÇÖLLÜ

June 2017

Master's Thesis

Supervisor: Yrd.Doç.Dr.Dilek Meltem TAŞDEMİR ERİNÇ

**ABSTRACT**

This study aimed to examine the relationship among depression, anxiety, self-esteem, emotion regulation difficulties, and childhood traumas. Sample for this study was recruited from Şanlıurfa, Siverek including 100 high school students in El Cabir Vocational High School and Zübeyde Hanım Vocational High School for Girls. Participants filled the survey forms with their parents' informed consent for this study.

Measurement instruments included sociodemographic information form to collect data about students personal information, Beck Depression Inventory for their depression levels, Beck Anxiety Inventory for their anxiety levels, Rosenberg Self-esteem Scale for the measurement of self-esteem levels, Difficulties in Emotion Regulation Scale for the measurement of emotion dysregulation, and Childhood Trauma Questionnaire for measuring levels of traumatic childhood experiences. Analyses were conducted by comparing demographic variables and research variables in accordance with research questions and hypotheses.

Based on the results of the study, research variables were found as significantly different in terms of certain demographic variables. Female students reported significantly higher scores in depression, anxiety, low self-esteem, and emotion dysregulation. Additionally, students having no future plans also reported higher scores in emotion dysregulation, depression, and childhood trauma. Students reported self-injury and suicidal attempt also had higher scores in depression, emotion dysregulation, low self-esteem, and childhood traumas.



The findings regarding the relationship among research variables indicated the depression were found as positively and significantly correlated with anxiety, low self-esteem, and emotion dysregulation. Anxiety levels were also found as positively and significantly correlated with low self-esteem. Low self-esteem and emotion dysregulation were also found as significantly and positively correlated.

This study reflected critical details about psychosocial status of adolescents in the Eastern region of Turkey. With the findings of the study, certain preventive and protective programs might be implemented for well-being of the students. Also, further research may be need for comparison of different cities in different regions of the country.

**Key Words:** Adolescence, Depression, Emotion Regulation, Self Esteem, Childhood Traumas

## İÇİNDEKİLER

Teşekkür.....	iii
Özet.....	iv
Abstract.....	vi
İçindekiler.....	viii
Tablolar Listesi.....	xi
Kısaltmalar.....	xii
<b>BİRİNCİ BÖLÜM.....</b>	<b>1</b>
<b>GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
1.1. Problem Tanımı.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi.....	3
1.4. Araştırma Soruları ve Hipotezleri.....	4
1.5. Araştırmanın Sayıtları.....	5
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
1.7. Araştırmaya İlişkin Terimler.....	6
<b>İKİNCİ BÖLÜM.....</b>	<b>8</b>
<b>ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ TEMEL KAVRAMLAR VE İLGİLİ</b>	
<b>ARAŞTIRMALAR.....</b>	<b>8</b>
2.1. Ergenlik Dönemi Psikososyal Gelişim Özellikleri.....	8
2.2. Duygu Durum Düzenleme (Emotion Regulation).....	9
2.3. Benlik Kavramı.....	12
2.4. Ergenlik Döneminde Depresyon.....	16
2.5. Ergenlik Döneminde Anksiyete.....	18
2.6. Çocukluk Çağı Travması.....	22

2.7. Kuramsal Çerçeve.....	24
<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>27</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>27</b>
3.1.Çalışma Grubu .....	27
3.2. Veri Toplama Araçları .....	27
3.3. Araştırmanın İşlem Yolu.....	29
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM .....</b>	<b>31</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>31</b>
4.1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri .....	31
4.2. Ergenlerin Duygu Durum Düzenleme Güçlüklerinin Demografik Değişkenlerle Karşılaştırılması .....	36
4.3. Sosyodemografik Veriler ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması...41	
4.4. Depresyon Düzeylerinin Sosyodemografik Verilerle Karşılaştırılması.....46	
4.5. Anksiyete Düzeylerinin Sosyodemografik Verilerle Karşılaştırılması..... 51	
4.6. Ergenlerin Çocukluk Çağı Travma Puanının Demografik Değişkenlerle Karşılaştırılması .....	56
4.7. Benlik Saygısı, Duygu Durum Düzenleme Güçlükleri, Depresyon, Anksiyete ve Çocukluk Çağı Travmaları İlişkisi .....	61
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM .....</b>	<b>63</b>
<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>63</b>
5.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulguların Tartışılması.....	63
5.2. Ergenlerin Benlik Saygısına İlişkin Bulguların Tartışılması .....	64
5.3. Ergenlerin Duygu Düzenleme Güçlüklerine İlişkin Bulguların Tartışılması ..65	
5.4. Ergenlerin Depresyon Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması.....66	
5.5. Ergenlerin Anksiyete Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması.....69	
5.6. Ergenlerin Çocukluk Çağı Travmalarına İlişkin Bulguların Tartışılması.....70	
5.7. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	71

5.8. Yeni Çalışmalar İçin Öneriler.....	72
5.9. Sonuç .....	73
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>75</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>83</b>
EK-1. Demografik Bilgi Formu .....	83
EK-2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	88
EK-3. Beck Depresyon Ölçeği.....	89
EK-4. Beck Anksiyete Ölçeği.....	93
EK-5. Duygu Durum Düzenleme Güçlükleri Anketi.....	95
EK-6. Çocukluk Travmaları Ölçeği (ÇTÖ) .....	101
EK-7. Araştırma İzni.....	103
EK-8. Özgeçmiş.....	104

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Sosyodemografik Verileri Dağılımları .....	31
Tablo 2. Ergenlerin Etkinlik ve Geleceğe Dair Plan ve Düşüncelerinin Dağılımı ....	34
Tablo 3. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler Dağılımı .....	35
Tablo 4. Sosyodemografik Veriler ve Duygu Durum Düzenlemede Güçlük Puanlarının Karşılaştırılması-1 .....	36
Tablo 5. Sosyodemografik Veriler ve Duygu Durum Düzenlemede Güçlük Puanlarının Karşılaştırılması-2.....	39
Tablo 6. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Duygu Durum Düzenleme Güçlükleri Puanlarının Karşılaştırılması.....	40
Tablo 7. Sosyodemografik Veriler ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılması-141	
Tablo 8. Sosyodemografik Veriler ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılması-244	
Tablo 9. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılması .....	45
Tablo 10. Sosyodemografik Veriler ve Depresyon Puanlarının Karşılaştırılması-1..	46
Tablo 11. Sosyodemografik Veriler ve Depresyon Puanlarının Karşılaştırılması-2..	49
Tablo 12. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Depresyon Puanlarının Karşılaştırılması .....	50
Tablo 13. Sosyodemografik Veriler ve Anksiyete Puanlarının Karşılaştırılması-1... 51	
Tablo 14. Sosyodemografik Veriler ve Anksiyete Puanlarının Karşılaştırılması-2... 54	
Tablo 15. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Anksiyete Puanlarının Karşılaştırılması .....	55
Tablo 16. Sosyodemografik Veriler Bakımından Çocukluk Travması Puanlarının Karşılaştırılması-1 .....	56
Tablo 17. Sosyodemografik Veriler Bakımından Çocukluk Travması Puanlarının Karşılaştırılması-2.....	59
Tablo 18. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Çocukluk Çağı Travmaları Puanlarının Karşılaştırılması.....	60
Tablo 19. Depresyon, Anksiyete, Benlik Saygısı, Duygu Durum Düzenleme ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki Korelasyon.....	61

## KISALTMALAR

**BDÖ:** Beck Depresyon Ölçeği

**BAÖ:** Beck Anksiyete Ölçeği

**ÇTÖ:** Çocukluk Travmaları Ölçeği

**DSM:** Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders

**WHO:** Dünya Sağlık Örgütü



# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

### 1.1.Problem Tanımı

Ergenlik, bireylerin fizyolojik, psikolojik, duygusal ve sosyal anlamda hızlı gelişim ve değişimlerin gözlemlendiği, çocukluk ve erişkinlik evreleri arasında kalan bir geçiş süreci olarak tanımlanmaktadır. Ergenlik döneminin bir geçiş evresi olması, psikososyal açıdan pek çok değişim ile kendisini göstermektedir (Devenish, Hooley & Mellor, 2017). Ebeveynlerinden ayrılma ve bireyselleşme adımlarını atan ergen bireyler için hem psikolojik hem de sosyal anlamda zorlayıcı durumlar söz konusu olabilmektedir. Bu doğrultuda, yapılan çalışmalarda, ergen bireylerin sosyal ve psikolojik gelişimine etki edebilen ve ilişkili olabilecek faktörler ele alınmıştır (Devenish, Hooley & Mellor, 2017). Ebeveynlerinden ayrılan ergen bireylerin dışarıdaki sosyal ortama daha fazla öncelik tanınması, akran iletişiminin hayatlarının önemli bir parçası haline gelmesi ve en önemlisi ergen bireylerin kimlik gelişimi ve aile dışındaki farklı gruplarda aidiyet ihtiyacı bu dönemin önemli süreçleri arasında yer almaktadır (Björkenstam ve ark, 2017; Dardas ve ark, 2017).

Benlik saygısı, bireylerin kendileri hakkındaki düşüncelerini kapsayan düşünüş biçimleri olarak tanımlanır. Bireyin kendisini değerli ve sevilebilen bir insan olarak görmesi, kendi sahip olduğu özelliklerin farkında olması ve aynı şekilde çevresindeki insanlara ve durumlara karşı farkındalık düzeyi benlik saygısı ile ilişkilendirilebilecek faktörlerdir (Çuhadaroğlu, 1986). Benlik saygısı, çocukluktan itibaren kişilerin kimlik gelişiminde önemli bir yere sahip olan psikososyal bir özellik olarak düşünülebilir. Ergenlik döneminde kimlik gelişiminin, ergen bireylerin çevresi ile olan etkileşimi ile şekillendiği ve benlik saygısının bu doğrultuda ilişkili olduğu söylenebilir. Düşük benlik saygısına sahip bireyler, kendi sahip olduğu olumlu özelliklerin farkına varmaktan çok, yetersizlik ve umutsuzluk hislerine kapılma eğilimi göstermektedirler (Çuhadaroğlu, 1986). Bu durum, kendilerinin çevre ile olan etkileşimini olumsuz etkileyebilecek sosyal ve duygusal beceride problemlere yol açabilmektedir. Ergen bireylerin, bir arkadaş grubuna dâhil olma, popüler olma ve ait olma hislerinin karşılanmaması halinde

de kendisi ile ilgili olumlu düşünceler sarsılabilir ve bu durum benlik saygısında düşüşe yol açabilmektedir (Jessar ve ark, 2017).

Ruhsal belirtiler ve psikiyatrik rahatsızlıkların risk faktörleri konusunda yapılan çalışmalarda, özellikle duygu durum ve kaygı bozuklukları olmak üzere psikiyatrik rahatsızlıkların kökeninde duygu durum düzenleme becerilerinin işlevsel olmamasının söz konusu olduğu savunulmaktadır (Gratz & Roemer, 2004) Kişilerin duygularını ifade etme, tanımlama, sınıflandırma ve duygu duruma yönelik doğru eylemi sergileme becerilerindeki işlev sorunları sebebiyle iyilik halinin olumsuz etkilenebileceği ve bu durumun ruh sağlığı problemleri için risk faktörü oluşturabileceği düşünülmektedir (Jessar ve ark, 2017). Ergenlik döneminin getirmiş olduğu hızlı fizyolojik ve psikolojik değişimlerin aynı zamanda hızlı duygu durum geçişlerine yol açtığı ve bu durumun ruhsal problemler için risk oluşturduğu bilinmektedir. Bu doğrultuda, ergenlik dönemindeki bireylerin hızlı duygu durum geçişlerinin, duygu durum ifadelendirilmesi, tanımlanması ve yönetilmesi hususlarında sorunlar yaşanmasına yol açabileceği düşünülmektedir (Klemanski ve ark, 2017). Bu durumun ayrıca ergenlik döneminde kişilerin kendileri hakkındaki düşüncelerini kapsayan benlik saygısı, depresyon, anksiyete ve çocukluk çağı travmaları gibi değişkenlerle ilişkili olabileceği düşünülmüş ve ele alınmıştır.

Duygu durum bozuklukları ve anksiyete bozuklukları çocukluk, ergenlik ve erişkinlik dönemlerinde görülebilen ve kişilerin işlevselliğini anlamlı ölçüde etkileyen psikiyatrik rahatsızlıklar olarak tanımlanmaktadır (Klemanski ve ark, 2017). Ergenlik döneminde, bireylerin depresyon ve anksiyete belirtileri ile ilişkilendirilebilecek olan gelişimsel özelliklerin yanı sıra duygu durum düzenleme kabiliyetleri ve çocukluk dönemi travma öyküsünün ruhsal belirtilerle ilişkisi olabileceği öngörülerek ele alınmıştır.

Travma, kişilerde hem ruhsal hem de fiziksel etki bırakabilecek bir deneyim, olay ve durum olarak nitelendirilmektedir (Şar, Öztürk & İkikardeş, 2012). Çocukluk dönemi travma öyküsünün ruhsal belirtiler ile ilişkisini ele alan diğer çalışmalarda, travma öyküsünün bireylerde erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasına zemin hazırladığı ve bu durumun kişilerin iyilik hali üzerinde etkisi olduğu öne sürülmektedir (Riso ve ark, 2006; Zadahmad & Torkan, 2016). Bu doğrultuda, bireylerin çocukluk



dönemi travma öyküsünün ergenlik dönemi psikososyal gelişimini etkileyebilecek bir unsur olduğu varsayılarak bir araştırma değişkeni olarak çalışmada ele alınmıştır.

Ergen bireylerin çocukluk dönemindeki travmatik deneyimleri, travmatik deneyimler sonrasında oluşabilecek duygusal, sosyal ve psikolojik problemler arasında tetikleyici unsur olarak varsayılan duygu durum düzenlemede işlev sorunları ve çevresel faktörlere bağlı olarak benlik saygısı etkilenebilmektedir. Ayrıca, ruhsal belirtilerin ve bireylerin psikopatolojisi üzerinde duygu durum düzenleme güçlüklerinin rolünü anlamak araştırmanın temel hedefi olarak belirlenmiştir. Bu doğrultuda, alanda çalışan uzmanlar ve araştırmacılar için bu çalışmanın katkı sunacağı öngörülmektedir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Araştırma, ergenlik dönemindeki bireylerin duygu durum düzenleme becerileri, çocukluk çağı travma öyküsü, benlik saygısı, depresyon ve anksiyete belirtileri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Bununla birlikte, araştırmada elde edilen demografik bilgilerin araştırma değişkenleri ile karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırma bünyesinde bağımsız değişken olarak belirlenen çocukluk çağı travma öyküsü ve duygu durum düzenleme becerilerinin, bağımlı değişkenler olarak belirlenen ergen bireylerdeki depresyon, anksiyete ve benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişki bu çalışmada ele alınmıştır.

## **1.3. Araştırmanın Önemi**

Ergen bireylerin ruh sağlığı ve psikososyal gelişim özellikleri hayatlarının ilerleyen dönemlerindeki iyilik hali üzerinde belirleyici olabilmektedir (Santrock, 2010). Ruh sağlığı problemleri için risk faktörü oluşturabilecek unsurların özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde kendisini gösterdiği veya bu dönemler içerisindeki çevresel faktörlere bağlı olarak şekillendiği öne sürüldüğünden ergenlik döneminde olan bireylerin ruhsal belirtilerini ele alan çalışmaların farklı unsurları ele almasının etkin müdahale yöntemlerini geliştirmede önemli olabileceği düşünülmüştür.

Ergen bireylere ve ailelerine sağlanabilecek koruyucu ve önleyici hizmetlerin yapılandırılması açısından bu çalışma gibi diğer çalışma bulgularının önemli katkıları olabileceği düşünülmektedir. Ergenlik döneminin özelliklerini ve olası ruhsal

belirtilerini anlamak, bu anlamda sağlanacak desteklerin doğru yapılandırılmasına olanak tanıyacaktır.

#### **1.4.Araştırma Soruları ve Hipotezleri**

Araştırmacı tarafından oluşturulan araştırma soruları ve hipotezleri aşağıdaki gibidir:

Araştırma sorusu 1: Ergenlik dönemindeki bireylerin duygu durum düzenleme becerileri ile depresyon belirtileri arasında ilişki var mıdır?

H1: Duygu durum düzenlemede güçlük yaşayan ergen bireylerin depresyon belirtileri daha fazladır.

H0: Duygu durum düzenleme becerilerinde güçlük yaşayan bireylerin depresyon belirtilerinde anlamlı düzeyde farklılık bulunmamaktadır.

Araştırma Sorusu 2: Ergenlik dönemindeki bireylerin duygu durum düzenleme becerileri ile anksiyete belirtileri arasında ilişki var mıdır?

H2: Duygu durum düzenlemede güçlük yaşayan ergen bireylerin anksiyete belirtileri daha fazladır.

H0: Duygu durum düzenleme becerilerinde güçlük yaşayan bireylerin anksiyete belirtilerinde anlamlı düzeyde farklılık bulunmamaktadır.

Araştırma Sorusu 3: Ergenlik dönemindeki bireylerin duygu durum düzenleme becerileri ile benlik saygısı arasında ilişki var mıdır?

H3: Duygu durum düzenlemede güçlük yaşayan ergen bireylerin benlik saygısı düzeyi anlamlı ölçüde düşüktür.

H0: Duygu durum düzenleme becerilerinde güçlük yaşayan bireylerin benlik saygısı düzeylerinde anlamlı ölçüde farklılık bulunmamaktadır.

Araştırma Sorusu 4: Ergenlik dönemindeki bireylerin duygu durum düzenleme becerileri ile çocukluk çağı travma öyküsü arasında ilişki var mıdır?

H4: Çocukluk çağı travma öyküsü bulunan ergen bireylerin duygu durum düzenleme güçlüğü anlamlı düzeyde daha fazladır.

H0: Çocukluk çağı travma öyküsü bulunan ergen bireylerin duygu durum düzenleme güçlüğü anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir.

Araştırma sorusu 5: Ergenlerin duygu durum düzenleme güçlüğü, depresyon ve anksiyete belirtileri, benlik saygısı ve çocukluk çağı travma öyküsü ile demografik değişkenler arasında ilişki var mıdır?

H5: Demografik değişkenlere göre ergen bireylerin duygu durum düzenleme becerileri, depresyon ve anksiyete belirtileri, benlik saygısı düzeyleri ve çocukluk çağı travma öyküsü anlamlı düzeyde farklılıklar göstermektedir.

H0: Demografik değişkenlere göre ergen bireylerin duygu durum düzenleme becerileri, depresyon ve anksiyete belirtileri, benlik saygısı düzeyleri ve çocukluk çağı travma öyküsünün anlamlı düzeyde farklılıkları bulunmamaktadır.

### **1.5. Araştırmanın Sayıltıları**

Araştırmanın örneklem, yöntem ve veri analizi bakımından varsayımları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmada kullanılan ölçeklerin araştırma değişkenlerini ölçmek için geçerli ve güvenilir ölçekler olduğu varsayılmaktadır.
2. Araştırmada katılımcıların ölçek maddelerine vermiş oldukları yanıtların kendileri hakkında doğru yanıtlar olduğu varsayılmaktadır.
3. Araştırmada değişkenleri çözümlmek için kullanılan veri analiz yöntemlerinin bulguları elde etmek bakımından geçerli ve güvenilir yöntemler olduğu varsayılmaktadır.

### **1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırmanın örneklem, yöntem, ve veri analizi bakımından sınırlılık oluşturabileceği öngörülen unsurlar aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmanın örnekleminin seçildiği okulların sınırlı sayıda olmasının örneklemin evreni temsil edebilirliği açısından sınırlılık oluşturabileceği düşünülmektedir

2. Araştırmada elde edilen bulgular araştırma için kullanılan veri toplama araçlarına yanıt veren katılımcıların bilgileri ile sınırlıdır.
3. Araştırmada elde edilen istatistiksel bulgular, elde edilen verileri için geçerli ve güvenilir olduğu varsayılan veri analiz yöntemleri ile sınırlıdır.

### **1.7.Araştırmaya İlişkin Terimler**

*Ergenlik:* gelişim aşamalarından biri olan ve kişilerin 12-19 yaş aralığında olduğu dönem olarak tanımlanır. Bu dönem bireylerde hızlı fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimlerin görüldüğü bir geçiş dönemi olarak nitelendirilmektedir (Steinberg, 1982; Yavuzer, 1994).

*Depresyon:* kişilerin hem fiziksel ve ruhsal iyilik halini etkileyebilecek düzeyde görülen olumsuz duygu durum olarak tanımlanır (DSM 5, 2013) DSM 5 kriterleri doğrultusunda depresyon Ardışık iki hafta boyunca neredeyse her gün günün büyük kısmında ortaya çıkan aşağıdaki semptomlardan en az beş tanesinin bulunması gerekir. Semptomlardan biri depresif ruh hali veya ilgi/istek kaybı olmalıdır. Söz konusu belirtiler

- Depresif ruh hali,
- Üzüntü,
- Çökkünlük,
- Boşluk,
- Çaresizlik hissi,
- İlgi ve zevk kaybı,
- Uykusuzluk veya aşırı uyuma,
- İştah kaybı ya da kilo değişikliği,
- Psikomotor retardasyon veya ajitasyon,
- Düşük enerji,
- Kötü konsantrasyon,
- Değersizlik veya suçluluk düşünceleri,
- Tekrarlayan ölüm veya intihar düşünceleri olarak belirtilmiştir (DSM 5, 2013).

*Anksiyete:* Kişilerin olumsuz bir durum veya olayla karşılaşmaya ilişkin yaşadıkları içsel olumsuz duygu durum, gerginlik, korku ve kaçınma hali olarak tanımlanır (Beck, 1988).

*Benlik saygısı:* Kişilerin kendileri hakkında düşündükleri ve hissettikleri genel öznel yargılar olarak tanımlanmaktadır (Rosenberg, 1965).

*Duygu durum düzenleme:* Kişilerin günlük hayat içerisinde deneyimlerini ve olası talepleri karşılayabilmek adına duygularını tanımlama, ifade etme, deneyimleme ve yönetme becerilerinin bütünü olarak tanımlanmaktadır (Gratz & Roemer, 2004).

*Çocukluk çağı travması:* 0-6 yaş arasında görülen yıkıcı ve kişinin ruhsal ve bedensel bütünlüğü için tehdit oluşturabilecek düzeyde görülen olay, durum ve deneyimler olarak tanımlanır (Şar, 2008).

## İKİNCİ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ TEMEL KAVRAMLAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 2.1.Ergenlik Dönemi Psikososyal Gelişim Özellikleri

Ergenlik dönemi, çocukluk ve erişkinlik dönemleri arasında yer alan ve hızlı gelişimin görüldüğü bir geçiş evresi olarak tanımlanmaktadır (Steinberg, 1982). Hızlı fiziksel gelişim her iki cinsiyette erişkinliğe hazırlık boyutunda şekillenmektedir. Cinsel kimliğin ortaya çıktığı bu dönemde çocukluk döneminden ayrılma ve bir birey olarak sosyal, duygusal ve cinsel kimlik gelişiminin başladığı görülmektedir (Santrock, 2010). Ergen bireylerin, duygusal ve sosyal gelişimlerinin iyi olma hali diğer insanlarla kurdukları ilişkilerin kalitesi bakımından önemlidir. (Najam & Kausar, 2012).

Ergenlik döneminde duygusal gelişim özellikleri, bireylerin duyguları tanımlamasında, duygularında net olmasında, duyguların ifade edilmesinde ve baş edilmesinde kendisini göstermektedir. Ayrıca, erişkinlerle kıyaslandığında, ergenlik dönemindeki hızlı gelişim ve değişimlerin neticesinde ergenlerde duygu durum geçişlerinin daha fazla olduğu görülmektedir. Bu durumun ergen bireyler için bir stres faktörü oluşturduğu düşünülmektedir. Soyut kavramlar üzerine düşünme yetkinliği kazanan ergen bireyler, kim olduklarına, hangi gruba ait olduklarına, tercihlerinin ne olduğuna yönelik sorgulamalar yapmaya başlar ve bu durum neticesinde kimlik kavramı oluşur. Duygusal gelişim açısından etkin olmayan becerilere sahip bir ergen bireyin bu süreçte problem yaşayabileceği ve bu problemlerin erişkinlik döneminde de devamlılığının söz konusu olabileceği düşünülmektedir (Santrock, 2010).

Gross ve Thompson (2007), ergenlik dönemi duygusal gelişim özelliklerini açıklamada yardımcı olabilecek ve duygu duruma ilişkin üç önemli bileşenden söz etmiştir. İlk olarak, kişilerin içinde buldukları durumlara yönelik duygusal yaklaşımları ve yorumlamaları neticesinde ortaya çıkan bir deneyim olduğu öne sürülmüştür. İkincisi, duyguların öznel nitelikte ve çok boyutlu olabileceği, hem fiziksel hem de psikolojik sonuçları olabilecek hem davranış hem de deneyimleri içerdiği öne sürülmektedir.

Üçüncü olarak ise duyguların yönetilebilir olduğu savunulmuş ve kişilerin farklı yollarla duygularını yönetebileceği belirtilmiştir.

Ergenlik dönemi, sosyal ilişkilerin ivme kazandığı ve akran iletişiminin artması ve zaman içerisinde gruba dahil edilme durumundan ortaya çıkabilecek akran baskısının söz konusu olduğu bir dönemdir (Daddis, 2011). Bu doğrultuda, ergen bireylerin duygusal anlamda yaşadığı sorunlar hem aile içerisinde hem kendisine dair işlev alanlarında sorunların ortaya çıkmasına, psikopatolojilerin oluşmasına zemin hazırlayabilir.

## **2.2.Duygu Durum Düzenleme (Emotion Regulation)**

Duygu durum düzenleme; kişilerin duygularını ifade etme, tanımlama ve etkin bir biçimde baş etme becerileri olarak tanımlanır (Klemanski ve ark, 2017). Duygu durum düzenleme becerileri ve bireylerin psikopatolojileri arasında ilişki olduğunu öne süren ve daha önce yapılan çalışmalar çerçevesinde iki boyutta ele alınmıştır (Campos ve ark, 2011; Ferrer ve ark, 2017). İlk olarak, duyu durum düzenleme becerileri, kişilerle ilgili olan becerileri kapsamaktadır. Kişi ile ilgili (intrapersonal) beceriler kapsamında, bireylerin duyguları tanımlaması, ifade etmesi ve başa çıkması olarak duyu durum becerileri tanımlanmaktadır. İkinci olarak, kişilerarası işlevi olan duyu durum düzenleme becerilerinin hem kişinin kendisini hem de çevresindeki diğer kişileri etkileyen beceriler bütünü olduğu savunulmaktadır. Kişilerarası boyutta kişilerin destek arayışı, problem çözme kabiliyeti, duygusal ipuçları arayıp bulma ve duyguların ifade edilmesi yer almaktadır (Campos ve ark, 2011).

Duygu durum düzenleme becerileri ruh sağlığı alanında yapılan çalışmalarda odak noktası haline gelen önemli bireysel değişkenler arasında yer almaktadır (Ferrer ve ark, 2017; Lüdtke ve ark, 2017; Xing ve ark, 2016). Ayrıca, Verzeletti ve meslektaşları (2016), ergenlik döneminde duyu durum düzenleme becerilerinin yaşam doyumu, sosyal destek algısı ve olumlu duygulanım ile ilişkisi olduğunu öne sürmektedir.

Duygu durum düzenleme kavramını ele alan araştırmacılardan Kopp (1989), kişilerin öz-denetimini, algıladıkları çevresel beklentilerin gerçekleşmesi için bazı eylemlerin yerine getirilmesi, sözel ve motor becerilerinin sosyal ve eğitim gibi işlev

alanlarındaki etkin kullanımı, hedefe yönelik bazı davranışların düzenlenmesi olarak tanımlamaktadır.

Öz-denetim kavramını kuramsal çerçevede yapılandırması ile kişilerin duygu durum denetleme becerilerinin aynı zamanda bilişsel gelişim ile mümkün olduğu ve kişilerin planlı duygu durum düzenlemesi ile etkin olduğu görüşünü savunmaktadır. Bu becerilerin erken çocukluk döneminde yapılanmaya başladığını ve planlı duygu durum becerilerinin önemli bir gelişimsel nitelik olduğunu öne sürmüştür (Kopp, 1989).

Duygu durum düzenleme kavramını kişilerin duygularını ateşlemesi, duygularından kaçınabilmesi, etkisini azaltabilmesi, devamlılığını sağlayabilmesi, yoğunluğunu yönetebilmesi ve tüm bu becerileri bireysel hedeflerin yerine getirilmesi ve sosyal uyum için sergilemesi olarak tanımlamıştır. Gross (1998), duygu durum düzenleme kavramını kişilerin deneyimleri neticesinde ortaya çıkan duyguları kontrol etmesi, duyguları deneyimlemesi ve ifade edebilmesi olarak tanımlamıştır. Gross, duygu durum düzenlemenin kişiler için otomatik veya kontrollü olmak üzere çeşitli nitelikte olduğunu savunmaktadır (Eisenberg & Spinrad, 2004).

Gross (1989), duygu durum düzenlemenin 5 farklı yolu olduğunu öne sürmektedir.

1. Durum seçme (situation selection), kişilerin belli nesnelere, kişiler ve ortamlardan kaçınarak duygularını yönetme becerileri olarak tanımlanır.
2. İkinci yol ise seçilen durumun modifiye edilmesi olarak tanımlanır. Kişilerin duyguların etkisinden kurtulabilmesi için durumu veya ortamı değiştirmesi olarak tanımlanmaktadır.
3. Dikkati yönlendirme (attentional deployment), kişilerin hangi durum ve olaylara dikkat edeceğine ilişkin kararı ve buna yönelik düzenleme becerisinin oluşması olarak tanımlanır.
4. Bilişsel değişim ise kişilerin, deneyimledikleri duygunun etkisini azaltmak amacıyla durumu ve duyguyu yeniden yorumlaması olarak tanımlanır.
5. Son adım olarak kişilerin tepkilerini yönetmesi ve yönlendirmesi yer almaktadır. Kişilerin duygularını yönetirken tepkilerini gözden geçiriyor oluşu son adım olarak görülmektedir.



Aldao ve arkadaşları (2010), başarılı bir duygu durum düzenlemenin kişilerin ilişkilerini geliştirmesinde ve iyi düzeyde fiziksel sağlık sonuçları almasında rolü olduğunu savunmaktadır. Ayrıca, duygu durum düzenleme becerilerindeki başarılı sonuçların kişilerin işlev alanlarına katkı sağlayabilecek nitelikte olduğu belirtilmektedir. Zayıf düzeyde olan veya zorluk yaşanan duygu durum düzenleme becerilerinin ise kişilerde psikolojik sıkıntı ve duygu duruma ilişkin psikopatolojilerin görülmesine yol açabileceği belirtilmiştir.

Bilimsel çalışmalarda, duyguların önemini inceleyen çalışmalarda, bireylerin psikososyal gelişimi ve genel sağlık durumu ile duygular arasında bağlantı olduğu tespit edilmiştir. Kişilerin stres algısının ve algılanan strese yönelik etkin ve işlevsel olmayan beceriler geliştirmiş olmasının iyi olma haline olumsuz etkisi olduğu öne sürülmüştür (Aldao ve ark, 2010; Xing ve ark, 2016). Ayrıca, duygu durum düzenleme becerilerinin sosyal öğrenme ile şekillendiği ve özellikle kişilerin model alarak öğrenme sürecinde duyguların yönetilmesinde çevresindeki insanlardan önemli ipuçları elde etmektedir (Xing ve ark, 2016). Örneğin, Kokkinos ve Voulgaridou (2017) ergen bireylerle yaptığı çalışmada, duygu durum düzenlemenin reaktif ve proaktif saldırgan davranışlarla ilişkisini incelemiştir. Sonucunda çalışmada ilgisiz ve duygusuz tutumların saldırganlıkla ilişkisi olduğunu öne sürülmüştür.

Ergenlik dönemindeki psikososyal gelişim için önemli olduğu düşünülen duygu durum düzenleme becerilerinin, ilerleyen dönemlerde düşünce ve davranışların içselleştirilmesi ile psikopatolojilerin oluşabileceği belirtilmiştir. Bu görüşten yola çıkarak, Malhi ve meslektaşları (2017), ergenlik dönemindeki içselleştirme davranışları ile duygu durum düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda; huzursuzluk ve içselleştirme belirtileri ile duygu durum düzenlemede güçlük arasındaki ilişkinin anlamlı ve dolaylı olduğu sonucu elde edilmiş duygu durum düzenleme becerilerinin huzursuzluk ve içselleştirmede aracı rolü olduğu saptanmıştır.

### 2.3.Benlik Kavramı

Benlik, kişiliğin yapılanmasında yer alan çoklu dinamik içerisinde yer alan bir unsurdur. Benlik, kişinin kendiliğini oluşturan ve kişilik hakkında önemli bilgiler sağlayan bir kavramdır. Bireylerin kişiliğine dair duygu ve düşüncelerin toplamı olarak düşünülen bu kavram öznel ve tekildir. Benlik kavramı, kişilerin kendi özellikleri, beklentileri, öz etkinliği, inanç kalıpları ve değer yargılarının bütünü oluşturmaktadır. Ayrıca, kişilerin bu özellikler çerçevesinde oluşan benliği, kendisinin nasıl biri olmak istediği ve çevreye nasıl bir izlenim bırakmak istediği ile ilişkilendirilmektedir (Morsünbül, 2015).

Benlik kavramı, bireylerin kendileri hakkındaki olumlu ve olumsuz bilişlerini yansıtmaktadır. Kişisel özelliklere ilişkin çıkarımlar benlik kavramı kapsamında değerlendirilmektedir. Kişinin kendisinde gözlemlediği özellikler, düşünce biçimleri, olaylara bakış açısı ve aynı doğrultuda çevreyle kurduğu bilişsel etkileşim bu kavramın oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Burada temel düşünce kişilerin kim olduğunu ve hangi alanlarda yeterli ve etkin olduğunu bilmesi ve bu farkındalıkla hareket etmesidir (Çuhadaroğlu, 1986).

Ergenlik dönemi, soyut düşüncenin ön planda olduğu ve ergen bireyin kendiliğini sorguladığı bir dönem olarak nitelendirilmektedir. Kimlik gelişiminin büyük ölçüde ön plana çıktığı bu evrede, ergen bireyler kendilerini tanımlayacak figürler, etkinlikler ve alışkanlıklar edinme eğilimi göstermektedir. Bu doğrultuda neler yapabildiğine odaklanan ve kendiliğini yapılandıran ergen bireylerin bu anlamdaki olumsuz deneyimlerinin kendilik algısının çarpıtılmış ve olumsuz özellikte olmasına yol açabilmektedir (Rosenberg, 1965).

Benlik kavramı, işlevsellik anlamında önemli olmakla birlikte kişilerin genel iyilik hali açısından da ipuçları içerir. Kişilerin kendilerine dair algılarının olumsuz olması psikolojik strese duyarlılığı arttıracak bir durumdur. Benlik saygısı, kişilerin kendiliğinden yola çıkarak hem kendisi hem de çevredeki diğer kişiler hakkındaki görüşlerinin toplamı olarak düşünülür. Benlik saygısının oluşmasının öncesinde seyreden benlik farkındalığı, çocuğun özgürlüğünü kazandığı iki yaş dönemi itibariyle başlayan psikososyal bir süreçtir. İki yaş itibariyle başlayan bu süreç, erken erişkinlik

dönemine kadar devam etmektedir ve ilerleyen dönemlerde de gelişim ve değişim gösterebilmektedir (Yavuzer, 1997).

Benlik kavramına ilişkin yapılan araştırmalarda, kişilerin sosyal hayata dahil olmasının ve karşılaştırmalar yapıyor oluşunun benlik kavramı üzerindeki etkisi olduğu savunulmaktadır. Kişilerin başka kişilerle etkileşim içerisinde olması ile aynalama gerçekleştirdiği ve özellikle çocukluk döneminde ebeveynlerin veya bakım veren diğer kişilerin davranışlarını inceleyip, model alarak öğrenmeyi gerçekleştirmesiyle benlik kavramının şekil almaya başladığı görülmektedir (Bandura, 1989). Bununla birlikte, ergenlik döneminde benlik kavramının ailedeki diğer bireyler üzerinden yapılanması yerine akran iletişimi ile boyut kazandığı görülmektedir (Santrock, 2010). Bu doğrultuda, kimlik gelişimi, ebeveyninden ayrılan ve bireyleşen ergen bireyde akran iletişimi ile gerçekleşmektedir. Kendi değerini, kendiliğini, neleri yapabileceğini, çevresinde onunla aynı düzeyde olan yaşlılarını karşılaştırarak oluşturması neticesinde kendilik kavramı aile ortamından farklı bir alanda şekil almaya devam etmektedir. Ayrıca, bireyleşen kişi farklı işlev alanlarındaki yetkinliğini test ederek benlik algısına dair veriler eklemeye devam etmektedir. Bununla birlikte, başlangıç aşaması olan aile ortamının ergen bireyin bireysel olarak yer aldığı kendi sosyal çevresindeki bilişsel süreçlerini etkileyen önemli bir faktördür (Bandura, 1989).

Benlik imgesi, kişilerin kendilerine dair bilişsel, psikolojik ve sosyal kalıpları olarak düşünülmektedir. Kişilerin hangi alanlarda başarı veya başarısız oldukları, yetkinlik ve yeterliliklerinin farkında oluşu ve bu durumları kabul edebilmesi benlik algısına ilişkin bireysel değişkenlerdir. Kişilerin oluşan benlik algılarına yönelik duygusal tutum ve çikarsamaları ise “benlik saygısını” oluşturmaktadır. Kişilerin yetersizliklerine ilişkin kabullenici bir tutumda olup olmamaları, başarısızlık veya eleştirilere bakış açıları benlik imgesinden ileri gelen ve kişinin zaman içerisinde şekillenen benlik saygısının zeminini oluşturur (Morsünbül, 2015).

Benlik imgesinde bilişsel süreçler etkili olurken, benlik saygısının bunun sonucu olarak bilişsel ve duygusal süreçler ile tanımlandığı düşünülmektedir. Benlik imgesi kişilerde hem olumlu hem de olumsuz olabilmektedir; fakat olumlu veya olumsuz olma durumunu kabullenme düzeyi benlik saygısına dair bilgi sunan önemli bir ayrıntı olarak görülmektedir. Ayrıca, benlik imgesi, hem kişilerin özetkinliğine dair eylemlerini

yapılandıran hem de özetkinliğini geliştirebilecek bir özellik olması sebebiyle çift işlevi olan bilişsel bir etkendir. Bireylerin ihtiyaçlarını ele aldığımızda ise Maslov'a göre bireylerin kendilerini gerçekleştirme (self-realization) ihtiyacının, oluşan benlik imgesi çerçevesinde bireyin neleri yapabileceğini öngörmesi kapsamında şekillendiği düşünülmektedir.

Benlik saygısı ile ilgili yapılan çalışmalar, kişilere yönelik çok boyutludur. Benlik saygısı, kişilerin kendilerine dair değer algıları ve bu algı çerçevesinde etrafındaki olay, durum ve kişileri değerlendirme biçimi olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca, benlik saygısı kişilerin yeterlilik, yetersizlik, güçlü ve zayıf yönleri gibi bireysel değişkenleri kapsamaktadır. Kişilerin kendilerinin olumlu ve olumsuz yönleri bakımından farkında oluşunun yetkinliklerinin farkında olması ile sonuçlanacağı ve yapabildikleri eylemlere yönelmesinin de benlik saygısına olumlu etki edebileceği düşünülmektedir. Bunun tam tersi olarak olumsuz bir değer algısı bulunan bir bireyin yapacağı bir şeyde başarısız olacağını hissetmesi ve olumsuz durumlardan kurtulamayacağını düşünmesinin stres algısı üzerinde etkisi olabileceği ve bu durumun psikopatoloji ile ilişkilendirebilecek ölçüde önemli olduğu belirtilmiştir (Çuhadaroğlu, 1986):

Normal benlik saygısına sahip bireylerde,

- Kendine güven hissi ve kendinden hoşnut olma hali,
- Kişilerin eylemlerini ve duygularını etkin bir biçimde yönetebilmesi ve yön verebilmesi,
- Kişilerin eylemlerinden dolayı suçluluk hissetmemesi,
- Olumlu ve olumsuz yönlerin farkında olması,
- Hata yapmaktan korkmaması,
- Kendine dair iyimser olması,
- Yerinde ve doğru problem çözme kabiliyetlerinin olması,
- Bağımsız olması,
- İşbirlikçi olması,
- Özerk olması,

- Stres ve sıkıntılı durumlarda duygularını etkin bir biçimde kontrol edebilmesi,
- Başkalarına güven hissi,
- Sınırlarının ihlal edildiğini düşündüğü durumlarda reddedebilmesi, hayır diyebilmesi.

Düşük benlik saygısı olan kişilerde ise

- Karamsarlık,
- Kendisi ve başkaları hakkında olumsuz biliş,
- Olumsuz çıkarımlar yapma,
- Güvensizlik,
- Hata yapmaktan korkma,
- Risk almaktan kaçınma
- Başkalarından kendilerine gelen olumsuz geri bildirim ve eleştirileri kabul edememe,
- Değersizlik ve yetersizlik hissi,
- Seilmeyen biri olduğunu düşünme,
- Tek başına hareket etmektan kaçınma ve bu yüzden başka kişilere bağımlı olma söz konusudur.

Ergenlik dönemindeki benlik saygısı kavramı ve sonuçları ele alındığında, düşük benlik saygısının ergenlik dönemi itibariyle farklı işlev alanlarını etkileyen bir unsur olduğu düşünülmektedir. Trzesniewski ve meslektaşları (2006), ergenlik döneminde düşük benlik saygısının kötü giden ruh ve fiziksel sağlıkla ilişkisi olduğunu ve erken erişkinlik dönemine etki ederek suça eğilimi ve finansal sıkıntıları arttırdığını öne sürmüştür. Ayrıca, yapılan diğer çalışmalarda, düşük benlik saygısının antisosyal davranış biçimleri ve antisosyal kişilik bozukluğu görülme riskini arttıran bir durum olduğu tespit edilmiştir. Kişilerin kendi değerlerine ilişkin çıkarsamalarını barındıran bu kavramın farklı düzeylerde ve hayatın farklı alanlarında sonuçlarının olabileceği belirtilmiştir (Leary & Baumeister, 2000).

Ergenlik döneminde nemli bir gösterge olarak risk içeren davranışların benlik saygısı ile ilişkisi daha önce yapılan çalışmalarda ele alınmıştır (Leary ve ark, 2004). Elde edilen kanıtlar, risk içeren davranışlar ergenlik döneminde artış gösterirken, erkeklerde yetişkinlik döneminde azalışa geçmektedir. Kişilerin kendilik algısı ve bu bağlamda gelişen benlik saygısının risk içeren davranışların devamlılığında etkisinin olabileceği düşünülmektedir (Wild ve ark, 2004). Ergen bireylerin benlik saygısı ve risk içeren davranışları arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmasında, özellikle madde kullanımı, cinsellik ve zorbalık değişkenleri üzerinden riskli davranışlar ve benlik saygısını incelemiştir (Wild ve ark, 2004). Sonuç olarak, aile ortamı içerisinde benlik saygısının normal olduğu ergen bireylerin risk içeren davranışlara anlamlı düzeyde ve daha az yönelim gösterdiği, akran çevresinde benlik saygısını arttıran ve ailenin bu hususta yetersiz olduğu ergen bireylerde ise risk içeren davranışlara eğilimin daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte hem kız hem de erkeklerde görülen riskli davranışların türleri cinsiyete göre farklılık göstermektedir (Wild ve ark, 2004). Beden algısına yönelik ergen bireylerin benlik saygısının düşük düzeyde olmasının özellikle kız çocuklarına beden imajına yönelik risk içeren davranışların görülme sıklığını arttırdığı tespit edilmiştir.

#### **2.4.Ergenlik Döneminde Depresyon**

Ergen ruh sağlığı ele alındığında, duygusal ve sosyal gelişme bağlı olarak görülebilen hızlı geçişlerin etkisinde duygu duruma ilişkin psikopatolojilerin oluşması riskinin arttığı düşünülmektedir. Tanı kriterleri baz alındıktan DSM-5 çerçevesinde depresif bozuklukların kişilerde bazı durumların söz konusu olması halinde görülebileceği belirtilmektedir. Ergenlik döneminde kendisini gösterebilecek depresif bozuklukların tanı kriterlerinden beş ve daha fazlasının görülmesi ile depresyonun varlığından söz edilebilmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Söz konusu belirtiler:

- Enerji kaybı,
- İştah artışı veya iştah azalması,
- Kişilerde 1 ay içerisinde kilosunun %5'i kadar kilo artışı veya kaybının söz konusu olması,
- Psikomotor gerileme,

- Psikomotor ajitasyon,
- Uyku ihtiyacının azalması veya aşırı uyuma,
- Değersizlik hissi,
- Çaresizlik hissi,
- Suçluluk hissi,
- Dikkat dağınıklığı,
- Yorgunluk,
- İntiharla ilgili düşünceler veya intihar girişiminin olması.

Yukarıda belirtilen kriterlere ek olarak çocukluk ve ergenlik döneminde depresif belirtiler olarak tanımlanabilecek ek kriterler ise aşağıdaki gibidir:

- Değişkenlik gösterebilen, belirgin olmayan fiziksel yakınmalar,
- Okul başarısında düşüş, okulu bırakma,
- Sürekli mutsuzluk hali,
- Sürekli huzursuzluk,
- Saldırganlık,
- Öfke nöbetleri,
- Sıkılma hali (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Çocukluk ve ergenlik döneminde depresyon yaygın olarak görülebilen bir psikopatoloji olarak öngörülmektedir. Çocuk ve ergenler için oldukça zorlayıcı olabilen depresyonun hem bireylere ilişkin hem de yaşadıkları çevre ile ilişkilendirilebilecek risk faktörleri bulunmaktadır. Çocukluk ve ergenlik döneminde depresyonun erişkinlik döneminde de tanı alma riskini arttıran unsur olduğu öne sürülmektedir (Björkenstam ve ark, 2017). Bir diğer çalışmada, çocukların sosyal ortamdaki olumsuz koşullarının depresyon riski ile ilişkisini ele almıştır. Çalışmanın sonucunda, çocukların çevreden aldığı bilgileri işleme bakımından etkilendiği düşünülen aile ortamının bu doğrultuda anlamlı ilişkisi olduğu elde edilmiştir. Anne ve babası ayrı olan çocukların içinde buldukları olumsuz koşullar neticesinde depresyon riskinin bulunduğu tespit edilmiştir (Björkenstam ve ark, 2017).

Çocuk ve ergenlerin ruh sağlığı alanında yapılan bir diğer çalışmada da Lau ve arkadaşları (2017), çocuk ve ergenlerin bilgi işleme kabiliyetlerinin psikopatoloji ile ilişkisini incelemiştir. Bilgi işleme kabiliyetinin depresyon ve anksiyete görülmesinde aracı rolü olup olmadığının incelendiği çalışmada, özellikle sosyal çevreden etkilenen çocuk ve ergenlerin bilgiyi süreçleme ve buna bağlı problem çözme becerileri edinmesinin sağlıklı ve işlevsiz olduğu durumlarda depresyon ve anksiyete için riskin olduğu sonucu elde edilmiştir.

Dardas ve meslektaşları (2017), Ürdün'de ergenlerin depresyon belirtileri üzerine yürüttükleri çalışmada, depresyon olgusunun kişilerdeki imajı, etiketlenme, yardım arayışı, depresyonun ciddiyeti değişkenlerini ele almıştır. Yaşları 12-17 arasında değişen gençlerin ailelerinden alınan izinler ile araştırma yürütülmüştür, fakat ailelerden izin alınmasının yanıt oranlarını düşürdüğü tespit edilmiştir. Bu durumun, ailesi veya sosyal çevresi tarafından etiketlenme korkusundan ileri gelebileceği düşünülmüştür.

Ergenlik dönemi depresyonun risk faktörleri ele alındığında, hem çocuk hem de ergenler için genetik faktörlerin etkili olduğu öne sürülmektedir. Bununla birlikte, çocuk ve ergenlerdeki bilişsel çarpıtma ve önyargıların da depresyonu tetiklediği görüşü savunulmaktadır. Ailesel faktörler arasında, çocuk ve ergenin maddi ve manevi destek bakımından kaynaklarının az oluşu, aile bireylerinde daha öncesinde depresyon öyküsü olması, çocukluk döneminde travma, kayıp ve yas gibi değişkenlerin depresyon görülme riskini arttıracı durumlar olduğu öne sürülmektedir (Platt ve ark, 2017).

## **2.5.Ergenlik Döneminde Anksiyete**

Ergenlik dönemindeki anksiyetenin yaygınlık oranı ele alındığında, anksiyetenin alt birleşeni olan sosyal anksiyetenin, kızlarda erkeklere göre daha fazla olduğu görülmüştür (Canino ve ark, 2004). Çocukluk ve ergenlik döneminde anksiyete konusunda yapılan çalışmalarda, anksiyete görülme prevalansının en fazla 15-17 yaş aralığında görüldüğü tespit edilmiştir (Lau ve ark, 2017).

DSM 5 kriterleri kapsamında anksiyete bozukluklarının tanı kriterleri belirtilmiş ve söz konusu tipler çocuk ve ergenlerde de görülmektedir. DSM 5 kriterlerine göre anksiyete bozukluklarının sınıflandırılması aşağıdaki gibidir:



### *Ayrılık Anksiyetesi Bozukluğu*

Çocuklarda yaygın olarak görülen kaygı bozukluğu türüdür. Özellikle okul dönemlerde çocukların ayrılık anksiyetesi belirtileri gösterdiği görülmektedir. Özellikle bu durum bakım verenin çocuğun yanından ayrılması ile kendisini göstermektedir. Ayrılık anksiyetesi, kişilerin bakım veren veya bağlanma figürü olarak benimsediği kişi yanından ayrıldığında hissettiği korku, kaygı ve kaçınmadır.

- Bağlanma figüründen ayrılınca kaygılı hissetme,
- Bağlanma figürünü kaza veya ölüm gibi sebeplerden dolayı kaybedeceğine ilişkin korku yaşama,
- Bağlanma figürünün yanından ayrılma ihtimali olan durumlardan kaçınma,
- Yalnız kalmayı reddetme,
- Yalnız uyumayı reddetme,
- Yalnız kaldığında fiziksel belirtiler gösterme,
- Ayrılma kaygısı dolayısıyla işe veya okula gidememe (Köroğlu, 2014).

### *Seçici Konuşmazlık*

Seçici konuşmazlık çocuk ve ergenlerde yaygın olarak görülmektedir. Belirtileri aşağıdaki gibidir

- Sosyal ortamlarda başkalarının ondan konuşmasını beklediği durumlarda konuşmamak,
- Kısıtlı sayıda kişi ile iletişimde olmak,
- Kişilerin sosyal işlevselliğini etkileyecek düzeyde sınırlı sayıda kişiyle iletişim içerisinde olması,
- En az bir ay sürmek üzere konuşmama ve konuşmaya karşı direnç (okulun ilk bir ayı dahil edilmemektedir),
- Herhangi bir bilgi eksikliği veya dil becerisinden yoksun olma durumundan bağımsız bir biçimde sosyal ortamda konuşmaktan kaçınma (Köroğlu, 2014).

### *Özgül Fobi*

Kişilerin belli bir duruma veya objeye yönelik korku ve kaygı duyması olarak nitelendirilir.

- Belirli bir durum veya objeye yönelik aşırı düzeyde korku hissetme,
- Kişinin korku duyduğu nesne veya duruma ilişkin kaçınmacı davranışlarda bulunması,
- Duruma veya objeye ilişkin korkunun maruz kalınan her durumda kendini gösteriyor olması,
- Fobik olay veya objenin sosyal veya kültürel faktörlerden bağımsız olması,
- Söz konusu korku ve kaygının en az altı ay boyunca devam etmesi,
- Korku ve kaygının kişinin okul, iş ve sosyal ortamlardaki işlevselliğın etkilemesi (Köroğlu, 2014).

### *Sosyal Anksiyete Bozukluğu*

Ergenlik döneminde anksiyete, özellikle sosyal ve duygusal gelişimin hızlı bir biçimde seyretmesi ile birlikte kendisini sosyal alanlarda gösterebilecek düzeyde olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, yapılan çalışmalarda, çocuk ve ergenlerde anksiyete olgusunun hem genel hem de sosyal anksiyete boyutunda ele alındığı görülmektedir (Canino ve ark, 2004; Lau ve ark, 2017). Çocukluk ve ergenlik dönemi anksiyetesi, çevreden gelecek olumsuz yorum ve değerlendirmeler ihtimaline yönelik hissedilen yoğun korku ve kaygı durumu olarak tanımlanmaktadır. Sosyal Anksiyete Bozukluğu'nun DSM-5 tanı kriterleri doğrultusunda kişilerde altı ay ve daha uzun süre görülmesi durumunda tanı aldığı belirtilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Sosyal Anksiyete Bozukluğu'nun tanı kriterleri ise aşağıdaki gibidir:

- Sosyal ortam içerisinde başkaları ile iletişim kurmaktan veya bir eylemde bulunmaktan kaçınma,
- Sosyal çevrede başkaları ile iletişimde bulunurken veya eylem sergilerken hissedilen kaygı,
- Sosyal çevre tarafından olumsuz değerlendirme ve küçük düşürülme ihtimalinden kaynaklı kaygı ve kaçınma.

Çocukluk ve ergenlik döneminde görülebilecek utangaçlıktan farklı olarak, bireylerde süreklilik arz eden kaygı ve kaçınma halinin olması ve bu durumun işlev alanlarını etkilemesi sosyal anksiyetenin söz konusu olduğunu gösterebilmektedir. Çocuk ve ergenlerde sosyal anksiyeteye ilişkin ek olarak belirtilen kriterler arasında aşağıdakiler yer almaktadır:

- Başkalarının yanında yemek yemekten kaçınma, başkalarının yanında yemek yediğinde kaygı hissetme,
- Kalabalık ortamlardan uzak durma veya kalabalık ortamlarda korku hissetme,
- Başkalarının görebileceği durumlarda yazı yazmaktan kaçınma ve korkma,
- Sınav kaygısı,
- Başkalarının önünde performans sergilemekten ve konuşmaktan ötürü kaygı hissetme.

#### *Panik Bozukluk*

Panik bozukluk, duygusal ve fiziksel belirtilerin görüldüğü bir kaygı bozukluğu türüdür. Fiziksel belirtiler arasında,

- Kalp çarpıntısı,
- Yüksek kan basıncı,
- Vücut ısısının artması,
- Halsizlik,
- Uyuşukluk,
- Kötü bir şey olacakmış hissi,
- Umuma açık yerlerde panik atak geçirme olasılığına ilişkin hissedilen yoğun kaygı,
- Gerçeklikten kopma hissi,
- Kontrolü kaybetmekten korkma,
- Kişinin aniden öleceğini düşünmesi,
- Terleme veya treme,
- Mide bulantısı ve karın ağrısı,
- Baş dönmesi.

Yukarıda belirtilen fiziksel göstergelerden en az dördü yaşıyorsa kişinin panik atak geçirdiği söylenebilir ve bu durum seyri dahilinde panik bozukluk olarak tanımlanabilir (Köroğlu, 2014).

### *Agorafobi*

Agorafobi diğer fobi türlerinden ayrıca değerlendirilmektedir ve kişilerin diğer insanlarla iletişime geçmekten de dışarı çıkmaktan aşırı bir biçimde korkması ve kaçınması olarak nitelendirilir. Bu tip sosyal anksiyete bozukluğundan farklıdır; çünkü kişinin dışarı çıkmaya yönelik yoğun bir kaygı ve kaçınması bulunmaktadır. Agorafobisi olan kişiler dışarı çıkmak ve toplu taşıma kullanmak gibi eylemlerden kaçınır ve aşırı kaygılı hissederler. Bununla birlikte, panik bozukluk görülen bireylerde, dışarda panik atak geçirme ihtimalinden dolayı agorafobi görülebilmektedir. Bu durumun tanımlanabilmesi için kişilerde altı ay boyunca belirtilerin bulunması gereklidir (Köroğlu, 2014).

### *Yaygın Anksiyete Bozukluğu*

Yaygın anksiyete bozukluğu kişilerin bir olay, durum veya deneyime ilişkin yoğun bir biçimde korku ve kaygı hissetmesidir. Bu anksiyete bozukluğu tipinin tanımlanabilmesi için belli bir olay veya duruma yönelik en az altı ay boyunca yoğun bir kaygı ve korku hissetmesi durumu olmalıdır. Yaygın anksiyete bozukluğu belirtileri arasında, kişinin korkusunu yönetmekte zorlanması ve kaygıya yol açan durum ve deneyimlere benzer olan durum ve ortamlardan kaçınması. Yaygın kaygı bozukluğu belirtileri, panik bozuklukta olduğu gibi fiziksel ve duygusal düzeyde olabilir. Uyku problemleri, yorgunluk, kalp atım hızının artması gibi fiziksel belirtiler buna örnek olarak gösterilebilir (Beck, 1976).

## **2.6.Çocukluk Çağı Travması**

Dünyanın pek çok yerinde insanlar cinayet, intihar, doğal afetler ve savaşlar sonucunda hayatlarını kaybetmektedirler. Yüzlerce kişi fiziksel ve/veya psikolojik olarak bu olayların yıkıcı etkisine maruz kalmakta ve/veya tanıklık etmektedir. Bu kişilerin büyük bir yüzdesini oluşturanlar ise çocuklar olarak görülmektedir (Şar, 2004). Çocukluk travması kavramına ilişkin tek bir tanım bulunmamakta, fakat birçok faktörün çocukluk döneminde travma ile ilişkilendirilebileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda,

çocukluk döneminde kötü davranışlara, ihmale, istismara maruz kalma durumları bu döneme ilişkin travmatik deneyimler olarak tanımlanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü'nün çocukluk çağı travmaları kavramına ilişkin yaptığı tanımda, çocukluk döneminde istismar ve kötü muamelenin her tür fiziksel, duygusal ve cinsel davranımla tanımlanabileceği ve çocuğun sağlığına tehdit oluşturan bir durum olduğunu ve bütünlüğü sarstığı belirtilmiştir (WHO, 2002).

Krug ve arkadaşları (2002), çocukluk döneminde kötü davranışlara maruz kalma durumunu dört bileşende açıklamaktadır. Bunlar, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar ve ihmaldir.

Fiziksel istismar; çocuk için fiziksel tahribata yol açan veya fiziksel zarar verme potansiyeli olan durum ve davranış biçimleri olarak tanımlanmaktadır. Cinsel istismar; çocukları cinsel haz almak amacıyla istismar etme ve sömürme olarak tanımlanır. Duygusal istismar; çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkileyebilecek yetersiz destek ve olumsuz çevresel koşullarının sunulması olarak belirtilmiştir. İhmal; çocuğun barınma, eğitim, sağlık ve güvenlik gibi önemli ihtiyaçlarını göz ardı etme durumu olarak belirtilmiştir. İhmal aynı zamanda duygusal ve fiziksel ihmal olarak iki tür olarak incelenmektedir (Bernstein ve ark, 2003).

Çocukluk çağı travmalarına ilişkin yapılan araştırmalarda, çocukluk dönemindeki travmatik deneyimlerin, hangi türde olursa olsun (fiziksel, cinsel veya duygusal boyutta) kişilerin ilerleyen gelişimsel dönemlerdeki iyilik halini etkilediği sonucu elde edilmiştir (Aebi ve ark, 2017; McGuire & Schwartz, 2017; Zhou, Wu, & Zhen, 2017). Ayrıca, yapılan çalışmalarda, çocukluk dönemindeki travmatik deneyimlerin ilerleyen dönemlerde "Travma Sonrası Stres Bozukluğu" için risk faktörü oluşturan önemli bir durum olduğu öne sürülmektedir. Çocukluk ve ergenlik döneminde tramvaya maruz kalan bireylerin depresyon geçirme riskinin travma öyküsü olmayan diğer bireylere göre üç kat daha fazla olduğu saptanmıştır (Mitchell ve ark, 2017). Bununla birlikte, çocukluk döneminde cinsel istismara maruz kalmış bireylerin cinsel istismar öyküsü olmayan diğerlerine göre intihar girişimi riskinin anlamlı ölçüde fazla olduğu saptanmıştır (Castellví ve ark, 2017).

Çocukluk çağı travmalarına ilişkin önemli olan hususlardan bir tanesi de çocukların travmayı yorumlama biçimleri olarak görülmektedir. Kişilerin travmatik deneyimlerini disosiyasyon ve bastırma mekanizmaları ile yönettiği sonucu elde edilmiştir. Ayrıca, bu savunma mekanizmalarının kişilerin olayları hatırlamasında etkisi olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, travmatik olayın kişiden kişiye göre değişebilir olması ve koruyucu faktörlerin bu anlamda başa çıkma becerileri geliştirme açısından önemli olduğu düşünülmektedir (Ding ve ark, 2017). Psikolojik dayanıklılığın depresyon ve çocukluk çağı travmalarındaki yönetici ve yönlendirici işlevini incelediği araştırmasında, psikolojik dayanıklılığın çocukluk çağı travma öyküsü olan bireylerin depresyon riskini azaltması bakımından aracı değişken olduğunu tespit etmişlerdir (Ding ve ark, 2017).

## **2.7. Kuramsal Çerçeve**

Çalışma kapsamında, araştırma değişkenlerinin açıklanmasında rolü olduğu düşünülen ve bu alanda daha önce yapılan çalışmalardan yola çıkarak elde edilen bilgiler doğrultusunda ergenlik dönemi psikososyal gelişim özellikleri ve ruhsal belirtilere ilişkin kuramlar olarak “Öz-denetim (Self-regulation) Kuramı” ve “Sosyal Öğrenme Kuramı”nın bu çalışmanın kuramsal çerçevesini oluşturabileceği düşünülmektedir.

### **2.7.1. Sosyal Öğrenme Kuramı**

Albert Bandura'nın 1976 yılında temelini attığı ve bireylerin öğrenme süreçlerini etkileyen en önemli faktörün çevre olduğunu savunduğu model olarak günümüzde de çalışmalara dahil edilen önemli bir kavramdır. Sosyal öğrenme, bireylerin doğduğu andan itibaren etkileşimde olduğu çevrede başlayan öğrenme sürecini çevreyi ve etrafındaki insanları gözlemleyerek, model alarak gerçekleştirdiğini savunmaktadır (Bandura, 1982). Çocuklar için, öğrenmenin ilk gerçekleştiği yerin aile ortamı olması ve ebeveynlerin, çocuklarının yaşadıkları dünyayı, kendilerini ve diğer insanları tanımak anlamında bilgiyi sağlayan önemli figürler olduğu bu kuramda ele alınmıştır (Bandura, 1982). Çocuklar, çevresinde gördükleri olaylar ve ebeveynlerinin davranışları çerçevesinde hem kendileri hem de diğer insanlar hakkında bilgi sahibi olup, bu doğrultuda davranış kalıpları geliştirmektedirler. Model alarak öğrenme kavramı, çocukların istenilen davranışı geliştirmesinde pekiştirici kullanılması ile davranışın

doğru olduğunu öğretmesinden geçmektedir. Böylelikle çocuğun sosyal ortamdaki öğrenmesi etrafında onun bakımını üstlenen ve gelişimini takip eden erişkin bireylerin davranışlarını pekiştirmesi ile mümkün olmaktadır.

Çocukların etrafındaki gözlemleyerek edindiği bilgiler ile geliştirdiği davranışları çerçevesinde, hangi konularda ve davranış kalıpları ile yeterli olabileceğine ilişkin özetkinlik algısı oluşturmaya başlar. Özetkinlik, kişilerin kendilerinin yeterli olduklarını düşündükleri bir alanda istenilen şekilde davranıp başarılı olabileceğine ilişkin algısı olarak tanımlanmaktadır. Eğer, etrafındaki insanlar veya çevresel koşullar bireylerin özetkinlik algısının oluşmasına izin verecek düzeyde zenginleştirilmezse, kişilerin yetersizlik algısı ortaya çıkabilmektedir. Bu durumun aynı zamanda kişilerin iyi olma hali ve psikososyal gelişimi anlamında olumsuz sonuçları olabileceği düşünülmektedir (Bandura, 1982).

Ergenlik döneminde sosyal ve çevresel etkileşiminin farklı çevresel ortamların önem kazanmasıyla birlikte boyut değiştirdiği görülmektedir. Aile ilişkilerinden ayrılan ve akran ilişkileri gelişmeye başlayan ergen bireylerde bireyleşme ve aynı zamanda bir gruba ait olma arzusu baskın gelmektedir (Santrock, 2010). Bu doğrultuda, ergen bireyler maruz kaldıkları çevresel koşullar ve kendi deneyimleri çerçevesinde işlevsel veya işlevsel olmayan davranış kalıpları sergileme eğilimi gösterebilmektedirler. Akranları arasında kabul görme ve popüleritesini artırma isteğinden ileri gelebilecek riskli davranışları sergileme eğilimi, akran baskısının bireylerde meydana gelen olumsuz duygu durumla baş etme isteğinden ileri geldiği düşünülmektedir. Bu görüşün, sosyal bilişin oluşmasında çevresel etkileşimin ve kişilerin çevreden aldıkları bilgileri kendi geliştirdiği beceriler çerçevesinde yorumlaması durumu bakımından ergenlik dönemi için kritik olduğu savunulmaktadır (Wood & Bandura, 1989).

### **2.7.2. Öz-Denetim Kuramı**

Öz-denetim (self-regulation) Kuramı; bireylerin duygu durum düzenleme becerileri ile ilişkilendirilebilecek bir kavram olup, duyguların, dürtülerin ve dikkatin etkin bir biçimde yönetilmesi ile kişilerin hem kendisinin hem de çevresinin taleplerini karşılayabilecek yeterlilikte olması olarak tanımlanır (Johnson, Pratt & Wardle, 2011).

Kişilerin öz-denetim becerileri hem kısa vadeli hem de uzun vadeli duygu durum için önemlidir. Ayrıca, dürtülerin yönetilmesi ile kişilerin hazzı erteleme kabiliyetleri ve istenmeyen davranışların azaltılması becerilerini de kapsamaktadır (Johnson, Pratt & Wardle, 2011).

Kopp (1989) öz-denetim becerilerinin erken dönem çocuklukta başladığını ve bebeklerin çevreye etkin bir biçimde adapte olması için gerekli olduğunu savunmaktadır. Örneğin bebeklik döneminde rahatlamaya yönelik davranış kalıpları bu anlamdaki yönetim becerilerine örnek olarak gösterilmektedir. Karnı acıkan veya uykusu gelen bebeğin ağlaması ihtiyaçlarının karşılanması ve rahatlatılması için gereken bir ifadedir. Eğer bebeğin ihtiyaçlarını ifade ettiğinde rahatlatılmaya yönelik bir tepki ile karşılaşmazsa uyku sorunları ve ağlama nöbetleri görülebilmektedir. Bu durumun ilerleyen gelişim evrelerindeki yansımaları ele alındığında ise, kişilerin öz-denetim becerilerinin yoksunluğunun uyumsuz duygusal tepkilerin oluşmasına, psikolojik strese ve buna bağlı gelişebilecek işlev bozukluklarına yol açabilmektedir. Örneğin, ergenlik döneminde problemlili davranışların görülmesinin, ergen bireylerdeki risk yöneliminin fazla oluşunun deneyimledikleri olumsuz duyguları bertaraf etme amacıyla ortaya çıktığı düşünülmektedir.



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 3.1. Çalışma Grubu

Şanlıurfa'da yaşayan, yaşları 12-18 arasında olan, El Cabir Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Zübeyde Hanım Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde okuyan, 50 erkek ve 50 kız olmak üzere toplam 100 öğrenci seçilmiştir. Ailelerinden ve kendilerinden bilgilendirilmiş onam formu alınanlar çalışmaya dâhil edilmiştir.

##### Çalışmaya dahil edilme kriterleri:

- 12 - 18 yaş aralığında olması,
- Okuryazar olmak,
- Velileri tarafından onam alınanlar,

##### Çalışmaya dahil edilmeme kriterleri:

- 12 yaş altında olmak,
- 18 yaşın üstünde olmak,
- Okuryazar olmamak,
- Velisi tarafından onam alınmayanlar,

#### 3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları aşağıda listelenmiştir.

- Sosyodemografik Veri Formu
- Duygu Durum Düzenlemede Güçlük Anketi,
- Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği,
- Beck Anksiyete Ölçeği,
- Beck Depresyon Ölçeği,
- Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Öğrenci ve velilerinden onam formu alındıktan sonra veri toplama araçları öğrencilere rehberlik servisinde uygulanmıştır. Öğrencilerin (amir, sorumlusu olan öğretim görevlisi vb.) etkilenmemesi için görüşmeler birebir gerçekleştirilmiştir.

### **3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından daha önceki çalışmalar ışığında oluşturulmuş ve katılımcıların kişisel bilgilerini toplamak amacıyla soruların yer aldığı öz bildirim formudur. Sosyodemografik Bilgi Formu'nda katılımcıların yaşı, cinsiyeti, eğitimi, anne baba eğitim düzeyi, gelir düzeyi, oturdukları yer, daha önce kendisinin ve ailesinin psikiyatrik tedavi öyküsü konularına ilişkin sorular yer almaktadır.

### **3.2.2. Duygu Durum Düzenleme Güçlükleri Anketi (Difficulty with Emotion Regulation Scale – DERS)**

Gratz ve Roemer tarafından duygu düzenlemedeki güçlükleri ölçmek için geliştirilen 36 maddeli bir ölçektir. Her madde 5'li likert tipi ölçekte değerlendirilmektedir (1 = hiç bir zaman, 5=her zaman). farkındalık, netlik, kabul, dürtü kontrolü, amaca yönelik davranabilme ve stratejik olmak üzere altı alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin en önemli özelliği, bu altı farklı boyuttaki duygu düzenleme güçlüklerinin yanı sıra duygu düzenlemede yaşanan genel güçlüğü de değerlendirmesidir (Gratz ve Roemer, 2004). Yetişkinler için ölçeğin Türkçe psikometrik değerlendirmeleri Rugancı ve Gençöz tarafından yapılmış ve orijinalindeki 6 faktörlü yapı desteklenmiştir. Ölçeğin altı alt boyutu için Cronbach Alfa değerleri .75 ile .90 arasında değişiklik göstermiştir. Ölçeğin test tekrar-test güvenilirliği ise genel güçlük için .83 ( $p < .01$ ,  $n = 59$ ) olarak bulunmuş, alt ölçekler için ise .60 ile .85 arasında değiştiği görülmüştür (Rugancı & Gençöz, 2010).

### **3.2.3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği**

Morris Rosenberg tarafından 1965 yılında geliştirilmiş bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçek içerisindeki 10 maddelik benlik saygısı alt boyutu bu çalışmada kullanılmıştır. Ölçek 4'lü likert puanlama özelliğine sahiptir. Yüksek puanlar düşük benlik saygısı olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkiye'de geçerlilik ve güvenilirlik alışmaları Füsün uhadaroğlu tarafından yapılmıştır (uhadaroğlu, 1986).

### **3.2.3. Beck Depresyon Envanteri**

1961 yılında Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen ölçek, kişilerde depresyonla ilişkilendirilebilecek duygusal, kognitif, psikolojik ve fiziksel işlevselliğe ilişkin belirtileri tespit etmeyi hedeflemektedir. Ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. Öz

bildirim ölçeğinden elde edilen puanlar doğrultusunda 0-13 puan depresyon yok, 14-24 puan hafif düzey, 25-44 puan orta düzey ve 45 puan üzeri yüksek düzey depresyon olarak sınıflandırılmaktadır. Ölçeğin Türkiye'de geçerlilik güvenilirlik çalışmaları ise Nesrin Hisli tarafından yapılmıştır (Hisli, 1988).

#### **3.2.4. Beck Anksiyete Envanteri**

Beck ve arkadaşları tarafından 1988 yılında geliştirilmiş bir ölçektir. Kişilerde klinik düzeyde anksiyete belirtilerinin olup olmadığını tespit etmek amacıyla kullanılan bir öz bildirim ölçeğidir. 21 maddeden oluşan ölçek likert puanlama sistemine sahiptir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 63, en düşük puan ise 0 olarak belirtilmiştir. 0-9 puan arası düşük anksiyete, 10-16 hafif anksiyete, 17-29 puan arası orta düzey anksiyete ve 30-63 puan arası yüksek düzey anksiyete olarak bildirilmiştir. Türkiye için geçerlilik güvenilirlik çalışmaları; Ulusoy Şahin ve Erkmen (1988) tarafından yapılmıştır.

#### **3.2.5. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği**

Bernstein ve arkadaşlarının 1994 yılında geliştirdiği ve çocukluk çağı travmalarını incelemek için kullanılan bir öz bildirim ölçeğidir. Duygusal istismar, fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal ihmal ve fiziksel ihmal olarak 5 alt ölçeği bulunan ölçek maddeleri 1-5 arasında likert bir ölçektir. Ölçeğin 28 soruluk formunun Türkçeye adaptasyon, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında cinsel ve fiziksel istismar için 5 puanın üzeri, fiziksel ihmal ve duygusal istismar için 7 puanın üzeri, duygusal ihmal için 12 puanın üzeri, toplam puan için ise 35 puanın üzeri kesme noktası olarak önerilmiştir (Şar, Öztürk, & İki kardeş 2012.).

### **3.3. Araştırmanın İşlem Yolu**

Araştırmada, katılımcıların verileri, sosyal bilimler için istatistik yazılımı olan SPSS 20 üzerinde girişleri yapılarak, araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla istatistiksel veri analiz yöntemleri kullanılmıştır. Veri analiz yöntemleri olarak kişisel değişkenleri incelemek için betimleyici istatistiksel yöntemler, araştırma değişkenleri ve kişisel değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için varyans analizi, çapraz tablo ki-kare analizi ve bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır.

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon analizi kullanılmış ve aralarında korelasyon olduğu tespit edilen araştırma değişkenleri arasında

açıklayıcı rol olup olmadığını incelemek amacıyla regresyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca ergen bireylerin kişisel değişkenleri de incelenerek örneklemin demografik özellikleri araştırma değişkenleri ile karşılaştırılması yapılmıştır.



## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

#### 4.1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri

Araştırmacı tarafından katılımcılara uygulanan “Sosyodemografik Bilgi Formu” içerisinde yer alan soruların oluşturduğu kişisel ve demografik değişkenler, araştırma değişkenleri olan depresyon, anksiyete, benlik saygısı, duygu durum düzenleme becerileri ve çocukluk çağı travmaları ile karşılaştırılmıştır. Katılımcıların kişisel ve demografik verileri incelemek amacıyla yapılan betimleyici istatistik sonuçları Tablo 1’de verilmiştir:

**Tablo 1. Sosyodemografik Verileri Dağılımları**

Demografik Değişkenler (N=100)		N	%
Cinsiyet	Kız	50	50,0
	Erkek	50	50,0
Yaş	18	9	9,0
	17	16	16,0
	16	45	45,0
	15	30	30,0
Doğum Yeri	Diyarbakır	5	5,0
	Gaziantep	1	1,0
	Güvercin köyü	1	1,0
	İstanbul	2	2,0
	Siverek	9	9,0
	Şanlıurfa	82	82,0
Şu an yaşadığımız yer	İl	96	96,0
	İlçe	3	3,0
	Köy	1	1,0
Öz Kardeş Sayısı	1	3	3,0
	2	5	5,0
	3	13	13,0
	4	15	15,0

	5	18	18,0
	6 ve üzeri	44	44,0
<b>Üvey Kardeş Sayısı</b>	0	89	89,0
	1	4	4,0
	3	2	2,0
	6 ve üzeri	5	5,0
<b>Toplam Öğrenim Süresi</b>	9	33	31,0
	10	60	60,0
	11	5	5,0
	12	2	2,0
<b>Sosyal Güvenceniz Var mı?</b>	Evet	55	55,0
	Hayır	45	45,0
<b>Birlikte Yaşadığınız Kişiler</b>	Anne-Baba	18	18,0
	Kardeş	3	3,0
	2+3	68	68,0
	Akraba	8	8,0
	Diğer	4	4,0
<b>En uzun süre bulduğunuz yerleşim yeri</b>	Köy	24	24,0
	Kasaba	4	4,0
	Şehir Merkezi	72	72,0
<b>Yaşadığınız Konut Şekli</b>	Apartman Dairesi	33	33,0
	Müstakil	47	47,0
	Gecekondu	11	11,0
	Diğer	9	9,0
<b>Gelir Düzeyi</b>	Düşük	42	42,0
	Orta	55	55,0
	Yüksek	3	3,0
<b>Bulduğunuz yerden daha önce göç ettiniz mi?</b>	Evet	25	25,0
	Hayır	75	75,0
<b>Göç Sebebi</b>	Ekonomik	19	19,0
	Eğitim	5	5,0
	İklim/Coğrafi Koşullar	3	3,0
	Diğer	1	1,0
<b>Dininiz</b>	Ateist, agnostik	5	5,0

	Müslüman	94	94,0
	Diğer	1	1,0
<b>Ana diliniz</b>	Türkçe	32	32,0
	Kürtçe	39	39,0
	Arapça	1	1,0
	Diğer	28	28,0

Tablo 1’de katılımcıların demografik değişkenlerinin frekans dağılımları incelendiğinde,

Katılımcıların %50’u kız, %50’i erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

Öğrencilerin %9’u 18 yaş, %16’sı 17 yaş, %45’i 16 yaş ve %30’u 15 yaşındadır.

Katılımcıların doğum yeri dağılımına göre 5 kişi Diyarbakır, 1 kişi Gaziantep, 1 kişi Güvercin Köyü, 2 kişi İstanbul, 9 kişi Siverek ve 82 kişi Şanlıurfa olarak belirtilmiştir.

Katılımcıların %96’sı şu an ilde yaşadığını %3’ünün ilçede yaşadığı ve %1’i köyde yaşadığını bildirmiştir.

Katılımcıların %3’ü 1 kardeş, %5’i 2 kardeş, %13’ü 3 kardeş, %13’ü 4 kardeş, %18’i 5 kardeş ve %44’ü 6 kardeş ve üzeri olduğunu bildirmiştir.

Üvey kardeşi olan katılımcılara göre %4’ü 1 üvey kardeş %2’si 3 üvey kardeş ve %5’i 6 ve üzeri üvey kardeşi olduğunu bildirmişlerdir.

Katılımcıların toplam öğrenim süresi dağılımına göre %31’i 9 sene, %60’ı 10 yıl, %5’i 11 yıl ve %2’si 12 yıl olarak belirtilmiştir.

Katılımcıların %55’inin sosyal güvencesi yok %45’inin sosyal güvencesi vardır.

Katılımcıların %18’i anne babasıyla yaşadığını, %3’ünün kardeşiyle yaşadığını, %68’inin anne baba ve kardeşleriyle yaşadığı, %8’i akrabasıyla ve %4’ü diğer olarak belirtmiştir.

Katılımcıların en uzun süre buldukları yerleşim yeri dağılımına göre %24’ünün köy, %4’ünün kasaba ve %72’sinin şehir merkezi olduğunu belirtmiştir.

Katılımcıların yaşadığı konut türü dağılımına göre %33'ünün apartman dairesinde, %47'sinin müstakil ev, %11'inin gecekonu ve %9'u diğer (öğrenci yurdu gibi) olarak bildirilmiştir.

Gelir düzeyi dağılımına göre %55'inin orta gelir seviyesinde olduğu, %42'sinin düşük gelir seviyesinde olduğu ve %3'ünün yüksek gelir düzeyinde olduğu belirtilmiştir.

Katılımcıların %25'i daha önce buldukları yerden göç ettiğini bildirmişlerdir. Göç sebepleri dağılımına göre, %19'unun ekonomik sebeplerde, %5'inin eğitim sebebiyle, %3'ünün iklim veya coğrafi koşullar sebebiyle ve %1 oranında diğer ve siyasi olarak bildirilmiştir.

Katılımcıların %94'ünün Müslüman %5'inin ateist veya agnostik ve %1'inin diğer olduğu görülmüştür.

Katılımcıların %39'unun Kürtçe, %32'si ana dili Türkçe %28'inin diğer (zazaca), %1'inin Arapça ve olduğu görülmüştür.

**Tablo 2. Ergenlerin Etkinlik ve Geleceğe Dair Plan ve Düşüncelerinin Dağılımı**

<b>Demografik Değişkenler (N=100)</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Sosyal Uğraş</b>	Yok	58 58,0
	Var	42 42,0
<b>Gelecekle İlgili Planlar</b>	Yok	23 23,0
	Var	77 77,0
<b>Geleceğe Nasıl Bakıyorsunuz?</b>	Güvenle ve Umutla	74 74,0
	Korku ve Kaygıyla	18 18,0
	Hiç Düşünmedim	6 6,0
	Diğer	2 2,0

Tablo 2'de ergenlerin sosyal uğraş ve geleceğe dair düşüncelerine ilişkin dağılımı incelendiğinde,

Sosyal uğraşı olan katılımcıların oranı %42 ve olmayanların %58 olduğu görülmektedir.

Gelecekle ilgili planları olan katılımcıların oranı %23 ve olmayan oranı %77'dir



Katılımcıların %74'ü geleceğe güvenle ve umutla baktığını, %18'inin korku ve kaygıyla baktığını, %6'sinin geleceğe dair düşünmediğini ve %2'sinin diğer seçeneğini belirttiği görülmüştür.

**Tablo 3. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler Dağılımı**

<b>Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Değişkenler (N=100)</b>		<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Herhangi bir Bedensel Engeliniz Var mı?</b>	Yok	93	93,0
	Var	7	7,0
<b>Psikiyatrik Hastalık Öyküsü</b>	Yok	92	92,0
	Var	8	8,0
<b>Kendini Yaralama Davranışı</b>	Yok	97	97,0
	Var	3	3,0
<b>İntihar Girişimi</b>	Yok	97	97,0
	Var	3	3,0
<b>Alkol-Madde Kullanımı</b>	Yok	99	99,0
	Var	1	1,0
<b>Sigara Kullanımı</b>	Yok	91	91,0
	Var	9	9,0
<b>Aile Psikiyatrik Tedavi Öyküsü</b>	Hayır	98	98,0
	Evet	2	2,0
<b>Kafa Travması Öyküsü</b>	Yok	96	96,0
	Var	4	4,0

Tablo 3'te psikiyatrik ve bedensel sağlığa ilişkin değişkenlerin dağılımı incelendiğinde,

Katılımcıların %93'ünün bedensel bir engeli bulunmamaktadır.

Katılımcıların %2'si daha önce psikiyatrik tedavi aldığı bildirilmiştir.

Katılımcıların %3'ünün kendini yaralama girişimi olduğu belirtilmiştir.

Katılımcıların %3'ünün intihar girişiminde bulunduğu belirtilmiştir.

Katılımcılardan yalnızca 1 kişi alkol veya madde kullandığını bildirmiştir.

Katılımcıların %9'u sigara kullandığını belirtmiştir.

Katılımcıların %8'inin ailesinin psikiyatrik öyküsü bulunmaktadır.

Katılımcıların %4'ünün kafa travması öyküsü olduğu bildirilmiştir.

#### 4.2. Ergenlerin Duygu Durum Düzenleme Güçlüklerinin Demografik Değişkenlerle Karşılaştırılması

**Tablo 4. Sosyodemografik Veriler ve Duygu Durum Düzenlemede Güçlük Puanlarının Karşılaştırılması-1**

Demografik Değişkenler (N=100)*	N	Ort.	SS	Std. Hata	Minim um	Maksim um	F	p
<b>Duygu Durum Düzenlemede Güçlük</b>								
Yaş								
18	9	59,5000	7,91021	2,79668	47,00	68,00		
17	16	55,4375	6,93752	1,73438	39,00	64,00		
16	45	57,6667	7,67226	1,14371	35,00	74,00	2,539	<b>,045</b>
15	30	58,6333	6,19501	1,13105	47,00	72,00		
<b>Şu Anda Yaşadığınız</b>								
<b>Yer</b>								
İl	96	57,3021	7,22586	,73749	35,00	73,00		
İlçe	3	60,0000	8,00000	4,61880	52,00	68,00	2,807	,065
Köy	1	74,0000	.	.	74,00	74,00		
<b>Öz Kardeş Sayısı</b>								
1	3	49,0000	12,49000	7,21110	39,00	63,00		
2	5	56,4000	7,12741	3,18748	47,00	64,00		
3	13	56,7692	6,22031	1,72520	50,00	67,00		
4	15	59,9333	7,90539	2,04116	38,00	69,00		
5	18	59,0556	6,52121	1,53706	49,00	72,00	1,247	,273
6 ve üzeri	44	59,9000	9,55045	3,02012	47,00	74,00		
<b>Üvey Kardeş Sayısı</b>								
Üvey Kardeş Yok	89	57,4607	7,50463	,79549	35,00	74,00		
1	4	63,7500	4,50000	2,25000	60,00	69,00	1,291	,274
3	2	60,0000	1,41421	1,00000	59,00	61,00		
6 ve üzeri	5	50,0000	3,00000	1,73205	47,00	53,00		

<b>Toplam Öğrenim</b>									
<b>Süresi</b>									
9	33	58,6774	5,93513	1,06598	47,00	72,00			
10	60	56,5000	8,19777	1,05833	35,00	74,00	,720	,610	
11	5	60,0000	6,36396	2,84605	49,00	64,00			
12	2	61,5000	,70711	,50000	61,00	62,00			
<b>Birlikte Yaşadığınız</b>									
<b>Kişiler</b>									
Anne-Baba	18	57,4444	8,45209	1,99218	39,00	68,00			
Kardeş	3	63,3333	4,04145	2,33333	59,00	67,00	3,124	,008	
2+3	68	57,4706	6,62080	,80289	38,00	74,00			
Akraba	8	6,50137	2,29858	55,1897	50,00	72,00			
Diğer	4	7,37368	,73737	56,0869	35,00	74,00			
<b>En Uzun Süre</b>									
<b>Bulunduğunuz</b>									
<b>Yerleşim Yeri</b>									
Köy	24	57,5833	8,75223	1,78654	38,00	74,00			
Kasaba	4	53,7500	5,73730	2,86865	47,00	61,00	,607	,612	
Şehir Merkezi	72	57,6620	6,99172	,82976	35,00	73,00			
<b>Yaşadığınız Konut</b>									
<b>Şekli</b>									
Apartman Dairesi	33	56,7273	8,13662	1,41640	35,00	69,00			
Müstakil	47	58,4894	6,32755	,92297	47,00	74,00	,546	,652	
Gecekondu	11	56,0000	8,78635	2,64919	38,00	72,00			
Diğer	9	57,5556	8,36826	2,78942	45,00	68,00			
<b>Gelir Düzeyiniz</b>									
Düşük	42	57,5854	6,68945	1,04472	48,00	74,00			
Orta	55	57,7091	8,00850	1,07987	35,00	73,00	,365	,778	
Yüksek	3	56,6667	5,85947	3,38296	50,00	61,00			
<b>Göç Sebebi</b>									
Ekonomik	19	56,3684	8,68083	1,99152	35,00	72,00			
Eğitim	5	54,2000	6,57267	2,93939	43,00	59,00	1,939	,110	
İklim/Coğrafi Koşullar	3	66,0000	7,00000	4,04145	61,00	74,00			
Diğer	1	68,0000	.	.	68,00	68,00			
<b>Geleceğe Nasıl</b>									
<b>Bakıyorsunuz?</b>									
Güvenle ve Umutla	74	57,3649	7,02944	,81716	35,00	73,00			

Korku ve Kaygıyla	18	58,0556	7,44764	1,75543	48,00	74,00	1,689	,175
Hiç Düşünmedim	6	54,8333	10,30372	4,20648	38,00	67,00		
Diğer	2	68,0000	5,65685	4,00000	64,00	72,00		
<b>Dininiz</b>								
Ateist,agnostik	5	53,0000	11,22497	5,01996	35,00	61,00		
Müslüman	94	57,7447	7,14810	,73727	38,00	74,00	1,171	,314
Diğer	1	62,0000	.	.	62,00	62,00		

$p < 0,05$

Tablo 4'te, katılımcıların duygu durum düzenlemede günlük puanlarını demografik değişkenlerle incelemek için yapılan ANOVA sonuçlarına göre,

Yaş değişkenine göre duygu durum düzenlemede günlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır. ( $p = ,045$ ,  $p < ,05$ ).

Birlikte yaşanan kişiler değişkenine göre duygu durum düzenlemede günlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve kardeşiyle yaşayanların puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p = ,008$ ,  $p < ,05$ ).

Katılımcıların geleceğe nasıl baktığı değişkenine göre duygu durum düzenlemede günlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $p = ,175$ ,  $p < ,05$ ).

Şu anda yaşanan yer değişkenine göre duygu durum düzenlemede günlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $p = ,065$ ,  $p > ,05$ ). Öz kardeş sayısı ( $p = ,273$ ,  $p > ,005$ ), üvey Kardeş sayısı ( $p = ,274$ ,  $p > ,005$ ). Toplam öğrenim süresi değişkenine göre duygu durum düzenlemede günlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $p = ,610$ ,  $p > ,05$ ), en uzun süre bulunulan yerleşim yeri ( $p = ,612$ ,  $p > ,005$ ), yaşanan konut türü ( $p = ,652$ ,  $p > ,005$ ), gelir düzeyi ( $p = ,778$ ,  $p > ,005$ ), göç sebebi ( $p = ,110$ ,  $p > ,05$ ) ve din değişkenlerine göre duygu durum düzenlemede günlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $p = ,314$ ,  $p > ,005$ ).

**Tablo 5. Sosyodemografik Veriler ve Duygu Durum Düzenlemede Güçlük Puanlarının Karşılaştırılması-2**

Demografik Değişkenler	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>(N=100)*Duygu Durum Düzenlemede Güçlük</b>						
<b>Cinsiyet</b>						
Kız	49	99,6735	21,66736	3,09534	4,368	<b>,000</b>
Erkek	51	83,5098	14,83290	2,07702		
<b>Sosyal Güvence</b>						
Yok	55	92,8909	18,48691	2,49277	,801	,425
Var	45	89,6444	22,02700	3,28359		
<b>Sosyal Uğraş</b>						
Yok	57	94,3509	20,79190	2,75395	1,670	,098
Var	42	87,5476	18,95077	2,92417		
<b>Gelecekle İlgili Planlar</b>						
Yok	22	94,5909	19,17006	4,08707	-2,473	<b>,015</b>
Var	77	90,3636	20,48164	2,33410		

$p < 0,05$

Tablo 5’te, katılımcıların duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının demografik değişkenlerle incelemek için yapılan Bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre,

Cinsiyet bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve kız öğrencilerin güçlük puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p = ,000$ ,  $p < ,005$ ).

Gelecekle ilgili planlar bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve gelecekle ilgili planları olmayanların güçlük puanının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p = ,015$ ,  $p < ,05$ ).

Sosyal güvence ( $p = ,425$ ,  $p > ,05$ ) ve sosyal uğraşı olma ( $p = ,098$ ,  $p > ,05$ ) değişkenleri bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır

**Tablo 6. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Duygu Durum Düzenleme Güçlükleri Puanlarının Karşılaştırılması**

Psikiyatrik ve bedensel sağlıkla ilgili değişkenler (N=100)*Duygu durum D. Güçlükleri	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>Bedensel Engellilik</b>						
Yok	93	91,9247	20,36260	2,11150	,895	,373
Var	7	84,8571	16,29344	6,15834		
<b>Ailede Psikiyatrik Öykü</b>						
Yok	92	92,4130	20,12442	2,09812	1,672	,098
Var	8	80,1250	17,31587	6,12208		
<b>Kendini Yaralama</b>						
Yok	97	90,3093	18,92109	1,92115	-3,325	<b>,001</b>
Var	3	127,6667	28,58904	16,50589		
<b>İntihar Girişimi</b>						
Yok	97	90,21	18,823	1,911	-3,671	<b>,000</b>
Var	3	131,00	24,576	14,189		
<b>Sigara Kullanımı</b>						
Yok	91	91,5055	20,14193	2,11145	,119	,906
Var	9	90,6667	21,05350	7,01783		
<b>Psikiyatrik Tedavi</b>						
Yok	98	91,5612	20,20211	2,04072	,455	,650
Var	2	85,0000	19,79899	14,00000		
<b>Kafa Travması Öyküsü</b>						
Yok	96	91,5208	20,17606	2,05921	,220	,826
Var	4	89,2500	21,39120	10,69560		

*p*<0,05

Kendini yaralama girişimi bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı, kendini yaralama girişimi olanların duygu durum düzenlemede güçlük puan ortalamasının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur (*p*=,001, *p*<,05).

İntihar girişimi bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve intihar girişimi olan katılımcıların güçlük puanının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur (p=,000, p<,05).

Kafa travması öyküsü bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur (p=,826, p<,05).

Bedensel Engellilik durumu bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur (p=,098, p>,005). Ailede psikiyatrik öykü bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur (p=,098, p>,005). Sigara kullanımı bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur (p=,906, p>,005). Psikiyatrik tedavi öyküsü bakımından duygu durum düzenlemede güçlük puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur (p=,650, p>,005).

#### 4.3. Sosyodemografik Veriler ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

**Tablo 7. Sosyodemografik Veriler ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılması-1**

Demografik Değişkenler (N=100)* Benlik Saygısı	N	Ort.	SS	Std. Hata	Mini mum	Maksimum	F	P
<b>Yaş</b>								
18	9	1,56	1,553	,549	0	5		
17	16	1,21	,707	,177	0	3		
16	45	1,42	,895	,133	0	4	1,244	,298
15	30	1,03	,596	,109	0	2		
<b>Şu Anda Yaşadığınız Yer</b>								
İl	96	1,24	,790	,081	0	4		
İlçe	3	2,22	2,134	1,232	1	5	3,735	,027
Köy	1	2,84	.	.	3	3		
<b>Öz Kardeş Sayısı</b>								
1	3	,88	,395	,228	1	1		
2	5	1,73	1,257	,562	1	4		

3	13	1,03	,613	,170	0	2		
4	15	1,74	1,126	,291	1	5		
5	18	1,21	,779	,184	0	3	1,441	,176
6 ve üzeri	44	1,78	1,293	,409	0	4		
<b>Üvey Kardeş Sayısı</b>								
Üvey Kardeş Yok	89	1,32	,897	,095	0	5		
1	4	1,33	,354	,177	1	2	,512	,766
3	2	,50	,354	,250	0	1		
6 ve üzeri	5	1,00	,433	,250	1	2		
<b>Toplam Öğrenim Süresi</b>								
9	33	1,02		1,02	0	3		
10	60	1,49		1,49	0	5	2,362	,046
11	5	1,02		1,02	0	2		
12	2	1,49		1,49	0	0		
<b>Birlikte Yaşadığınız Kişiler</b>								
Anne-Baba	18	1,42	1,109	,261	0	4		
Kardeş	3	1,11	,535	,309	1	2	,423	,862
2+3	68	1,30	,855	,104	0	5		
Akraba	8	,96	,422	,149	0	2		
Diğer	4	1,28	,862	,086	0	5		
<b>En Uzun Süre Bulduğunuz Yerleşim Yeri</b>								
Köy	24	1,35	,949	,194	0	5		
Kasaba	4	1,38	,323	,161	1	2	,115	,951
Şehir Merkezi	72	1,25	,865	,103	0	4		
<b>Yaşadığınız Konut Şekli</b>								
Apartman Dairesi	33	1,29	,688	,120	0	3		
Müstakil	47	1,36	1,058	,154	0	5	,535	,659
Gecekondu	11	1,23	,577	,174	0	2		
Diğer	9	,96	,549	,183	0	2		
<b>Gelir Düzeyiniz</b>								
Düşük	42	1,38	,989	,154	0	5		
Orta	55	1,21	,776	,105	0	4	,819	,486
Yüksek	3	1,03	,291	,168	1	1		



<b>Göç Sebebi</b>							
Ekonomik	19	1,37	,846	,194	0	4	
Eğitim	5	1,43	,421	,188	1	2	4,724 ,002
İklim/Coğrafi Koşullar	3	1,36	1,285	,742	1	3	
Diğer	1	4,67	.	.	5	5	
<b>Geleceğe Nasıl Bakıyorsunuz?</b>							
Güvenle ve Umutla	74	1,22	,782	,091	0	4	
Korku ve Kaygıyla	18	1,40	1,204	,284	0	5	,529 ,664
Hiç Düşünmedim	6	1,60	,796	,325	1	3	
Diğer	2	1,50	,000	,000	2	2	
<b>Dininiz</b>							
Ateist,agnostik	5	1,33	,467	,209	1	2	
Müslüman	94	1,28	,884	,091	0	5	,009 ,991
Diğer	1	1,33	.	.	1	1	

$p < 0,05$

Tablo 7’de, katılımcıların benlik saygısı puanlarını demografik değişkenlerle incelemek için yapılan ANOVA sonuçlarına göre

Şu anda yaşanılan yer değişkenine göre benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve köyde yaşayanların benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p = ,027$ ,  $p < ,005$ ).

Toplam öğrenim süresi değişkenine göre benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p = ,046$ ,  $p < ,05$ ). 10 ve 12 yıl eğitim aldığını bildiren katılımcıların benlik saygısı puan ortalamalarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Göç sebebi değişkenine göre benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p = ,002$ ,  $p < ,05$ ). Diğer sebeplerden göç edenlerin benlik saygısı puanları anlamlı düzeyde düşüktür.

Yaş ( $p = ,298$ ,  $p > ,05$ ), öz Kardeş sayısı ( $p = ,176$ ,  $p > ,005$ ), üvey kardeş sayısı ( $p = ,766$ ,  $p > ,005$ ), birlikte yaşanılan kişiler ( $p = ,862$ ,  $p < ,05$ ), En uzun süre bulunulan yerleşim yeri ( $p = ,951$ ,  $p > ,005$ ), yaşanılan konut türü ( $p = ,659$ ,  $p > ,005$ ), gelir düzeyi ( $p = ,486$ ,  $p > ,005$ ),

geleceğe nasıl baktığı ( $p=,664$ ,  $p>,05$ ) ve din ( $p=,991$ ,  $p>,005$ ) değişkenlerine göre benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

**Tablo 8. Sosyodemografik Veriler ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılması-2**

Demografik Değişkenler	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>(N=100)*Benlik Saygısı</b>						
<b>Cinsiyet</b>						
Kız	49	20,84	12,152	1,736	3,335	<b>,001</b>
Erkek	51	10,90	8,684	1,216		
<b>Sosyal Güvence</b>						
Yok	55	1,24	,850	,115	-,623	,535
Var	45	1,34	,883	,132		
<b>Sosyal Uğraş</b>						
Yok	57	1,33	,888	,118	,591	,556
Var	42	1,23	,840	,130		
<b>Gelecekle İlgili Planlar</b>						
Yok	22	1,23	,710	,151	-,319	,751
Var	77	1,29	,908	,103		

$p<,05$

Tablo 8’de, katılımcıların benlik saygısı puanlarının demografik değişkenlerle incelemek için yapılan Bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre

Cinsiyet bakımından benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve kızların benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ( $p=,001$ ,  $p<,005$ ).

Sosyal güvencesi olma ( $p=,535$ ,  $p>,05$ ), bedensel Engellilik durumu ( $p=,678$ ,  $p>,005$ ), sosyal uğraşı olması ( $p=,556$ ,  $p>,005$ ) ve gelecekle ilgili planlar ( $p=,751$ ,  $p>,005$ ) değişkenleri bakımından benlik saygısı puanları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

**Tablo 9. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılması**

Psikiyatrik ve bedensel sağlıkla ilgili değişkenler	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>(N=100)*Benlik Saygısı</b>						
<b>Bedensel Engellilik</b>						
Yok	93	1,29	,885	,092	,417	,678
Var	7	1,15	,486	,184		
<b>Ailede Psikiyatrik Öykü</b>						
Yok	92	1,34	,876	,091	2,152	<b>,034</b>
Var	8	,67	,247	,087		
<b>Kendini Yaralama</b>						
Yok	97	1,23	,802	,081	-3,719	<b>,000</b>
Var	3	3,00	1,178	,680		
<b>İntihar Girişimi</b>						
Yok	97	1,22	,791	,080	-4,367	<b>,000</b>
Var	3	3,25	,867	,501		
<b>Sigara Kullanımı</b>						
Yok	91	1,29	,854	,090	,060	,952
Var	9	1,27	,998	,333		
<b>Psikiyatrik Tedavi</b>						
Yok	98	1,29	,867	,088	,469	,640
Var	2	1,00	,707	,500		
<b>Kafa Travması Öyküsü</b>						
Yok	96	1,26	,861	,088	-1,661	,100
Var	4	1,98	,635	,318		

$p < ,05$

Ailede psikiyatrik öykü bakımından benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve psikiyatrik öykü bulunmayanların ölçek puan ortalamasının anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ( $p = ,034$ ,  $p < ,05$ ).

İntihar girişimi bakımından benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı, intihar girişimi olanların benlik saygısı puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ( $p = ,000$ ,  $p < ,005$ ).

Kendini yaralama girişimi bakımından benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı, kendini yaralama girişimi olanların benlik saygısı puan ortalamasının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur (p=,000, p<,05).

Sigara kullanımı (p=,952, p>,005), psikiyatrik tedavi öyküsü (p=,640, p>,005) ve kafa travması öyküsü bakımından benlik saygısı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı olduğu bulunmuştur (p=,100, p>,05).

#### 4.4. Depresyon Düzeylerinin Sosyodemografik Verilerle Karşılaştırılması

**Tablo 10. Sosyodemografik Veriler ve Depresyon Puanlarının Karşılaştırılması-1**

Demografik Değişkenler	.N	Ort.	SS	Std. Hata	Minimum	Maksimum	F	p
<b>(N=100)*Depresyon</b>								
<b>Yaş</b>								
18	8	22,75	12,770	4,515	5	42		
17	16	17,13	13,038	3,259	4	43		
16	45	15,49	11,518	1,717	0	46	2,893	,026
15	30	12,70	9,002	1,644	0	32		
<b>Şu Anda Yaşadığımız</b>								
<b>Yer</b>								
İl	96	15,41	11,555		0	46		
İlçe	3	25,33	12,583		12	37	1,216	,301
Köy	1	22,00	.		22	22		
<b>Öz Kardeş Sayısı</b>								
1	3	14,67	15,011	8,667	0	30		
2	5	16,60	17,630	7,884	0	36		
3	13	18,00	11,431	3,170	4	37		
4	15	18,87	14,995	3,872	2	43		
5	18	13,17	11,047	2,604	3	43	1,110	,364
6 ve üzeri	44	20,70	13,639	4,313	4	46		
<b>Üvey Kardeş Sayısı</b>								
Üvey Kardeş Yok	89	15,73	11,656	1,236	0	46		
1	4	18,50	9,747	4,873	4	25	1,124	,353
3	2	6,50	,707	,500	6	7		
6 ve üzeri	5	26,33	12,897	7,446	12	37		
<b>Toplam Öğrenim Süresi</b>								

9	33	10,61	8,876	1,594	0	37		
10	60	18,52	12,302	1,588	0	46	2,690	<b>,026</b>
11	5	11,80	7,950	3,555	6	21		
12	2	12,50	10,607	7,500	5	20		
<b>Birlikte Yaşadığınız</b>								
<b>Kişiler</b>								
Anne-Baba	18	23,56	12,849	3,028	13	31		
Kardeş	3	20,33	9,452	5,457	0	46	2,926	<b>,012</b>
2+3	68	13,13	10,560	1,281	6	6		
Akraba	8	20,13	10,371	3,667	7	37		
Diğer	4	15,77	11,602	1,160	27	27		
<b>En Uzun Süre</b>								
<b>Bulduğunuz</b>								
<b>Yerleşim Yeri</b>								
Köy	24	18,17	12,338	2,519	0	43		
Kasaba	4	13,00	9,274	4,637	0	21	,493	,688
Şehir Merkezi	72	15,10	11,566	1,373	0	46		
<b>Yaşadığınız Konut</b>								
<b>Şekli</b>								
Apartman Dairesi	33	14,18	10,844	1,888	0	43		
Müstakil	47	14,81	11,504	1,678	2	46	1,707	,171
Gecekondu	11	22,36	13,545	4,084	0	43		
Diğer	9	18,56	10,990	3,663	0	30		
<b>Gelir Düzeyiniz</b>								
Düşük	42	17,71	11,418	1,783	1	42		
Orta	55	14,07	11,604	1,565	0	46	,916	,436
Yüksek	3	18,33	15,308	8,838	9	36		
<b>Göç Sebebi</b>								
Ekonomik	19	17,05	10,570	2,425	4	37		
Eğitim	5	13,60	13,576	6,071	4	36	1,010	,406
İklim/Coğrafi Koşullar	3	12,67	8,145	4,702	7	22		
Diğer	1	37,00	.	.	37	37		
<b>Geleceğe Nasıl</b>								
<b>Bakıyorsunuz?</b>								
Güvenle ve Umutla	74	13,43	10,913	1,269	0	46		
Korku ve Kaygıyla	18	23,17	10,612	2,501	7	43	5,837	<b>,001</b>
Hiç Düşünmedim	6	25,17	11,462	4,679	13	43		
Diğer	2	7,50	2,121	1,500	6	9		

<b>Dininiz</b>								
Ateist,agnostik	5	10,40	12,054	5,391	0	31		
Müslüman	94	16,16	11,589	1,195	0	46	,942	,393
Diğer	1	6,00	.	.	6	6		

$p < 0,05$

Tablo 10’da, katılımcıların depresyon puanlarını demografik değişkenlerle incelemek için yapılan ANOVA sonuçlarına göre

Yaş değişkenine göre depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır. ( $p=,026$ ,  $p < ,05$ ). 18 yaşında olanların depresyon puan ortalamalarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur

Birlikte yaşanan kişiler değişkenine göre depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p=,012$ ,  $p < ,05$ ). Anne babasıyla yaşadığını bildiren katılımcıların depresyon puan ortalamasının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Toplam öğrenim süresi değişkenine göre depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p=,026$ ,  $p < ,05$ ). 10 yıl eğitim aldığını bildiren katılımcıların depresyon puan ortalamalarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Katılımcıların geleceğe nasıl baktığı değişkenine göre depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p=,001$ ,  $p < ,05$ ). Geleceğe korku ve kaygıyla bakan ve hiç düşünmeyen katılımcıların depresyon puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Şu anki yaşanan yer ( $p=,301$ ,  $p > ,005$ ), öz Kardeş sayısı ( $p=,364$ ,  $p > ,005$ ), en uzun süre bulunan yerleşim yeri ( $p=,688$ ,  $p > ,005$ ), yaşanan konut türü ( $p=,171$ ,  $p > ,005$ ), gelir düzeyi ( $p=,436$ ,  $p > ,005$ ), göç sebebi ( $p=,406$ ,  $p > ,005$ ) ve din ( $p=,393$ ,  $p > ,005$ ) değişkenlerine göre depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir

**Tablo 11. Sosyodemografik Veriler ve Depresyon Puanlarının Karşılaştırılması-2**

Demografik Değişkenler	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>(N=100)*Depresyon</b>						
<b>Cinsiyet</b>						
Kız	49	20,84	12,152	1,736	4,718	<b>,000</b>
Erkek	51	10,90	8,684	1,216		
<b>Sosyal Güvence</b>						
Yok	55	16,22	10,852	1,463	,425	,672
Var	45	15,22	12,561	1,872		
<b>Sosyal Uğraş</b>						
Yok	57	16,53	11,568	1,532	,635	,527
Var	42	15,02	11,725	1,809		
<b>Gelecekle İlgili Planlar</b>						
Yok	22	16,23	11,372	2,425	-3,412	<b>,001</b>
Var	77	15,78	11,748	1,339		

$p < 0,05$

Tablo 11’de, katılımcıların depresyon puanlarının demografik değişkenlerle incelemek için yapılan Bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre

Cinsiyet bakımından depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve kızların depresyon puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ( $p = ,000$ ,  $p < ,005$ ).

Gelecekle ilgili planlar bakımından depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve planı olmayanların depresyon puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p = ,001$ ,  $p < ,05$ ).

Sosyal güvencesi olma ( $p = ,672$ ,  $p > ,05$ ) ve sosyal uğraşı olması ( $p = ,527$ ,  $p > ,005$ ) değişkenleri bakımından depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

**Tablo 12. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Depresyon Puanlarının Karşılaştırılması**

Psikiyatrik ve bedensel sağlıkla ilgili değişkenler (N=100)*Depresyon	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>Bedensel Engellilik</b>						
Yok	93	15,97	11,710	1,214	,619	,537
Var	7	13,14	10,479	3,961		
<b>Ailede Psikiyatrik Öykü</b>						
Yok	92	16,01	11,720	1,222	,702	,484
Var	8	13,00	10,420	3,684		
<b>Kendini Yaralama</b>						
Yok	97	15,38	11,345	1,152	-1,930	,056
Var	3	28,33	15,503	8,950		
<b>İntihar Girişimi</b>						
Yok	97	15,11	10,988	1,116	-3,384	<b>,001</b>
Var	3	37,00	13,077	7,550		
<b>Sigara Kullanımı</b>						
Yok	91	15,84	11,566	1,212	,178	,859
Var	9	15,11	12,663	4,221		
<b>Psikiyatrik Tedavi</b>						
Yok	98	15,97	11,634	1,175	1,206	,231
Var	2	6,00	1,414	1,000		
<b>Kafa Travması Öyküsü</b>						
Yok	96	15,98	11,696	1,194	,862	,380
Var	4	10,75	8,655	4,328		

$p < 0,05$

İntihar girişimi bakımından depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı, intihar girişimi olanların depresyon puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ( $p = ,001$ ,  $p < ,05$ ).

Bedensel Engellilik durumu ( $p = ,537$ ,  $p > ,005$ ), ailede psikiyatrik öykü ( $p = ,484$ ,  $p < ,05$ ), kendini yaralama girişimi ( $p = ,056$ ,  $p > ,05$ ), sigara kullanımı ( $p = ,859$ ,  $p > ,005$ ), psikiyatrik tedavi öyküsü ( $p = ,231$ ,  $p > ,005$ ) ve kafa travması öyküsü ( $p = ,380$ ,  $p > ,05$ )



değişkenleri bakımından depresyon puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur.

#### 4.5. Anksiyete Düzeylerinin Sosyodemografik Verilerle Karşılaştırılması

**Tablo 13. Sosyodemografik Veriler ve Anksiyete Puanlarının Karşılaştırılması-1**

Demografik Değişkenler	N	Ort.	SS	Std. Hata	Minimu m	Maksimu m	F	p
<b>(N=100)*Anksiyete</b>								
<b>Yaş</b>								
18	9	18,00	13,169	4,656	5	45		
17	16	15,94	10,761	2,690	2	34		
16	45	15,53	10,085	1,503	0	39	,629	,643
15	30	12,60	10,381	1,895	2	40		
<b>Şu Anda Yaşadığınız</b>								
<b>Yer</b>								
İl	96	14,00	9,629	,983	0	40		
İlçe	3	38,33	7,024	4,055	31	45	10,476	,000
Köy	1	29,00	.	.	29	29		
<b>Öz Kardeş Sayısı</b>								
1	3	17,67	12,741	7,356	3	26		
2	5	15,00	11,203	5,010	3	32		
3	13	11,46	10,187	2,825	2	34		
4	15	16,87	13,384	3,456	0	45		
5	18	12,50	7,958	1,876	2	27	1,242	,276
6 ve üzeri	44	19,00	9,333	2,951	0	29		
<b>Üvey Kardeş Sayısı</b>								
Üvey Kardeş Yok	89	15,03	10,203	1,082	0	45		
1	4	14,25	17,858	8,929	0	40	,856	,514
3	2	11,50	,707	,500	11	12		
6 ve üzeri	5	21,67	10,970	6,333	13	34		
<b>Toplam Öğrenim Süresi</b>								
9	33	9,74	7,979	1,433	0	26		
10	60	18,27	10,850	1,401	0	45	3,733	,004
11	5	8,80	6,380	2,853	4	20		
12	2	9,00	4,243	3,000	6	12		
<b>Birlikte Yaşadığınız Kişiler</b>								

Anne-Baba	18	20,17	10,529	2,482	2	40		
Kardeş	3	26,00	7,550	4,359	19	34	2,603	,022
2+3	68	13,32	10,276	1,246	0	45		
Akraba	8	11,50	5,345	1,890	4	22		
Diğer	4	14,88	10,459	1,046	0	45		
<b>En Uzun Süre</b>								
<b>Bulduğunuz</b>								
<b>Yerleşim Yeri</b>								
Köy	24	18,88	13,346	2,724	2	45		
Kasaba	4	14,50	7,326	3,663	7	23	1,670	,179
Şehir Merkezi	72	13,49	9,286	1,102	0	34		
<b>Yaşadığınız Konut</b>								
<b>Şekli</b>								
Apartman Dairesi	33	12,36	8,756	1,524	0	31		
Müstakil	47	15,60	10,968	1,600	0	45	1,088	,358
Gecekondu	11	17,55	7,005	2,112	3	28		
Diğer	9	17,11	15,799	5,266	2	40		
<b>Gelir Düzeyiniz</b>								
Düşük	42	16,10	12,118	1,892	0	45		
Orta	55	13,69	9,365	1,263	0	40	,604	,614
Yüksek	3	18,33	3,215	1,856	16	22		
<b>Göç Sebebi</b>								
Ekonomik	19	17,00	10,301	2,363	0	34		
Eğitim	5	5,00	6,856	3,066	0	17	3,865	,006
İklim/Coğrafi Koşullar	3	17,67	11,015	6,360	7	29		
Diğer	1	45,00	.	.	45	45		
<b>Geleceğe Nasıl</b>								
<b>Bakıyorsunuz?</b>								
Güvenle ve Umutla	74	13,42	10,351	1,203	0	40		
Korku ve Kaygıyla	18	19,67	9,592	2,261	4	45	2,170	,097
Hiç Düşünmedim	6	19,17	10,907	4,453	5	31		
Diğer	2	13,00	12,728	9,000	4	22		
<b>Dininiz</b>								
Ateist,agnostik	5	15,20	11,946	5,342	3	34		
Müslüman	94	14,89	10,499	1,083	0	45	,040	,961
Diğer	1	12,00	.	.	12	12		

$p < 0,05$

Tablo 13’de, katılımcıların anksiyete puanlarını demografik değişkenlerle incelemek için yapılan ANOVA sonuçlarına göre

Şu anda yaşanan yer değişkenine göre anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve ilçede yaşayanların anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğutespit edilmiştir ( $p=,000$ ,  $p<,005$ ).

Toplam öğrenim süresi değişkenine göre anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p=,004$ ,  $p<,05$ ). 10 yıl eğitim aldığını bildiren katılımcıların anksiyete puan ortalamalarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Birlikte yaşanan kişiler değişkenine göre anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p=,022$ ,  $p<,05$ ). Kardeşiyle yaşadığını bildiren katılımcıların anksiyete puan ortalamasının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Göç sebebi değişkenine göre anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ( $p=,006$ ,  $p<,05$ ).

Yaş ( $p=,643$ ,  $p>,05$ ), öz Kardeş sayısı ( $p=,276$ ,  $p>,005$ ), üvey Kardeş sayısı ( $p=,514$ ,  $p>,005$ ), en uzun süre bulunulan yerleşim yeri ( $p=,179$ ,  $p>,005$ ), yaşanan konut türü ( $p=,358$ ,  $p>,005$ ), gelir düzeyi ( $p=,614$ ,  $p>,005$ ). Katılımcıların geleceğe nasıl baktığı ( $p=,097$ ,  $p>,05$ ) ve din ( $p=,961$ ,  $p>,005$ ) değişkenlerine göre anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

**Tablo 14. Sosyodemografik Veriler ve Anksiyete Puanlarının Karşılaştırılması-2**

Demografik Değişkenler	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>(N=100)*Anksiyete</b>						
<b>Cinsiyet</b>						
Kız	49	20,51	9,948	1,421	6,192	<b>,000</b>
Erkek	51	9,47	7,791	1,091		
<b>Sosyal Güvence</b>						
Yok	55	15,02	10,845	1,462	,145	,885
Var	45	14,71	10,087	1,504		
<b>Sosyal Uğraş</b>						
Yok	57	15,30	10,690	1,416	,340	,734
Var	42	14,57	10,239	1,580		
<b>Gelecekle İlgili Planlar</b>						
Yok	22	14,14	10,110	2,156	-,319	<b>,022</b>
Var	77	15,08	10,679	1,217		

Tablo 14’de, katılımcıların anksiyete puanlarının demografik değişkenlerle incelemek için yapılan Bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre

Cinsiyet bakımından anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve kızların anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ( $p=,000$ ,  $p<,005$ ).

Gelecekle ilgili planlar bakımından anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve planı olanların anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p=,022$ ,  $p<,05$ ).

Sosyal güvencesi olma değişkeni bakımından anksiyete puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır ( $p=,885$ ,  $p>,05$ ). Bedensel Engellilik durumu bakımından anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ( $p=,460$ ,  $p>,005$ ). Sosyal uğraşı olması bakımından anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ( $p=,734$ ,  $p>,005$ ).

**Tablo 15. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Anksiyete Puanlarının Karşılaştırılması**

Psikiyatrik ve bedensel sağlıkla ilgili değişkenler (N=100)*Anksiyete	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>Bedensel Engellilik</b>						
Yok	93	14,67	10,496	1,088	-,742	,460
Var	7	17,71	10,291	3,890		
<b>Ailede Psikiyatrik Öykü</b>						
Yok	92	14,85	10,555	1,100	-,104	,918
Var	8	15,25	9,939	3,514		
<b>Kendini Yaralama</b>						
Yok	97	14,73	10,402	1,056	-,803	,424
Var	3	19,67	13,650	7,881		
<b>İntihar Girişimi</b>						
Yok	97	14,49	10,381	1,054	-2,131	<b>,036</b>
Var	3	27,33	1,528	,882		
<b>Sigara Kullanımı</b>						
Yok	91	14,90	10,504	1,101	,064	,949
Var	9	14,67	10,607	3,536		
<b>Psikiyatrik Tedavi</b>						
Yok	98	14,99	10,483	1,059	,733	,465
Var	2	9,50	10,607	7,500		
<b>Kafa Travması Öyküsü</b>						
Yok	96	14,80	10,470	1,069	-,363	,717
Var	4	16,75	11,587	5,793		

İntihar girişimi bakımından anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı, intihar girişimi olanların anksiyete puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur (p=,036, p<,05).

Ailede psikiyatrik öykü (p=,918, p>,05), kendini yaralama girişimi (p=,424, p>,05), Sigara kullanımı (p=,949, p>,005), psikiyatrik tedavi öyküsü (p=,465, p>,005),

kafa travması öyküsü bakımından anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı olduğu bulunmuştur ( $p=,717$ ,  $p>,05$ ).

#### 4.6. Ergenlerin Çocukluk Çağı Travma Puanının Demografik Değişkenlerle Karşılaştırılması

**Tablo 16. Sosyodemografik Veriler Bakımından Çocukluk Travması Puanlarının Karşılaştırılması-1**

Demografik Değişkenler (N=100)*	N	Ort.	SS	Std. Hata	Mini mum	Maksimum	F	p
<b>Çocukluk Travması</b>								
<b>Yaş</b>								
18	9	106,38	24,940	8,817	77	148		
17	16	86,69	19,224	4,806	56	135		
16	45	92,60	20,397	3,041	53	159	1,781	,139
15	30	87,77	17,682	3,228	58	133		
<b>Şu Anda Yaşadığınız</b>								
<b>Yer</b>								
İl	96	90,26	19,236	1,963	53	159		
İlçe	3	119,00	28,513	16,462	91	148	4,333	,016
Köy	1	121,00	.	.	121	121		
<b>Öz Kardeş Sayısı</b>								
1	3	100,00	19,313	11,150	79	117		
2	5	93,40	27,218	12,172	67	135		
3	13	85,08	12,632	3,504	66	107		
4	15	91,33	26,502	6,843	53	148		
5	18	87,00	16,817	3,964	56	113	1,321	,232
6 ve üzeri	44	104,20	26,394	8,346	77	159		
<b>Üvey Kardeş Sayısı</b>								
<b>Üvey Kardeş Yok</b>								
1	4	97,00	33,476	16,738	53	133	,975	,437
3	2	67,50	16,263	11,500	56	79		
6 ve üzeri	5	89,00	10,536	6,083	79	100		
<b>Toplam Öğrenim Süresi</b>								
9	33	85,23	14,562	2,615	58	109		
10	60	95,32	22,488	2,903	53	159	1,698	,143
11	5	82,20	10,592	4,737	71	96		

12	2	84,00	9,899	7,000	77	91		
<b>Birlikte Yaşadığınız</b>								
<b>Kişiler</b>								
Anne-Baba	18	99,22	22,052	5,198	77	136		
Kardeş	3	102,33	5,508	3,180	96	106	,865	,524
2+3	68	88,91	20,060	2,433	53	159		
Akraba	8	89,00	19,486	6,889	56	117		
Diğer	4	91,43	20,117	2,012	53	159		
<b>En Uzun Süre</b>								
<b>Bulduğunuz</b>								
<b>Yerleşim Yeri</b>								
Köy	24	100,42	19,012	3,881	71	148		
Kasaba	4	88,75	13,549	6,775	71	102	2,226	,090
Şehir Merkezi	72	88,48	20,211	2,399	53	159		
<b>Yaşadığınız Konut</b>								
<b>Şekli</b>								
Apartman Dairesi	33	89,39	16,675	2,903	53	117		
Müstakil	47	91,19	23,175	3,380	56	159	,377	,770
Gecekondu	11	94,45	15,546	4,687	67	117		
Diğer	9	96,44	21,149	7,050	78	133		
<b>Gelir Düzeyiniz</b>								
Düşük	42	95,44	20,571	3,213	58	148		
Orta	55	88,87	19,934	2,688	53	159	1,035	,381
Yüksek	3	82,67	14,572	8,413	71	99		
<b>Göç Sebebi</b>								
Ekonomik	19	88,79	18,978		53	135		
Eğitim	5	91,80	12,696		71	103	2,211	,074
İklim/Coğrafi Koşullar	3	88,79	18,978		69	121		
Diğer	1	91,80	12,696		148	148		
<b>Geleceğe Nasıl</b>								
<b>Bakıyorsunuz?</b>								
Güvenle ve Umutla	74	88,47	19,411	2,256	53	159		
Korku ve Kaygıyla	18	101,39	21,745	5,125	64	148	3,513	,018
Hiç Düşünmedim	6	103,83	10,496	4,285	83	112		
Diğer	2	74,00	2,828	2,000	72	76		
<b>Dininiz</b>								
Ateist,agnostik	5	86,60	17,813	7,966	67	105		
Müslüman	94	91,73	20,386	2,103	53	159	,176	,839

---

Diğer	1	87,00	.	.	87	87
-------	---	-------	---	---	----	----

---

*p<0,05*

Tablo 16’da, katılımcıların çocukluk çağı travmaları puanlarını demografik değişkenlerle incelemek için yapılan ANOVA sonuçlarına göre

Birlikte yaşanan kişiler değişkenine göre çocukluk çağı travmaları puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $p=,524$ ,  $p<,05$ ).

Şu anda yaşanan yer değişkenine göre çocukluk çağı travmaları puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve köyde yaşayanların çocukluk çağı travmaları puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p=,016$ ,  $p<,05$ ).

Katılımcıların geleceğe nasıl baktığı değişkenine göre çocukluk çağı travmaları puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı ve geleceği hakkında hiç düşünmeyenlerin çocukluk çağı travmaları puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p=,018$ ,  $p<,05$ ).

Yaş ( $p=,139$ ,  $p>,05$ ), Öz Kardeş sayısı ( $p=,232$ ,  $p>,005$ ), üvey Kardeş sayısı ( $p=,437$ ,  $p>,005$ ), toplam öğrenim süresi ( $p=,143$ ,  $p>,05$ ), en uzun süre bulunulan yerleşim yeri ( $p=,090$ ,  $p>,005$ ), yaşanan konut türü ( $p=,770$ ,  $p>,005$ ), gelir düzeyi ( $p=,381$ ,  $p>,005$ ), göç sebebi ( $p=,074$ ,  $p>,05$ ) ve din değişkenlerine göre çocukluk çağı travmaları puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ( $p=,839$ ,  $p>,005$ ).



**Tablo 17. Sosyodemografik Veriler Bakımından Çocukluk Travması Puanlarının Karşılaştırılması-2**

Demografik Değişkenler	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>(N=100)*Çocukluk Travması</b>						
<b>Cinsiyet</b>						
Kız	49	49	56,8163	8,49920	-,975	,332
Erkek	51	51	58,2549	6,10522		
<b>Sosyal Güvence</b>						
Yok	55	56,1091	7,15095	,96423	-2,202	<b>,030</b>
Var	45	59,3111	7,33554	1,09352		
<b>Sosyal Uğraş</b>						
Yok	57	57,0877	7,42650	,98366	,762	,448
Var	42	58,2381	7,41722	1,14450		
<b>Gelecekle İlgili Planlar</b>						
Yok	22	58,1818	5,87680	1,25294	-,370	,713
Var	77	57,6623	7,37993	,84102		

$p < 0,05$

Tablo 17’de, katılımcıların çocukluk çağı travma puanlarının demografik değişkenlerle incelemek için yapılan Bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre

Sosyal güvencesi olma ( $p = ,030$ ,  $p < ,05$ ) değişkeni bakımından, çocukluk çağı travmaları puanı anlamlı düzeyde yüksektir. Sosyal güvencesi olanların çocukluk çağı travmaları puanı olmayanlara göre daha yüksektir.

Cinsiyet ( $p = ,332$ ,  $p > ,005$ ), sosyal uğraşı olma ( $p = ,448$ ,  $p > ,05$ ) ve gelecekle ilgili planlar ( $p = ,713$ ,  $p > ,05$ ) çocukluk çağı travmalarının anlamlı ölçüde farklılaşmadığı bulunmuştur.

**Tablo 18. Psikiyatrik ve Bedensel Sağlıkla İlgili Veriler ve Çocukluk Çağı Travmaları Puanlarının Karşılaştırılması**

Psikiyatrik ve bedensel sağlıkla ilgili değişkenler (N=100)*Çocukluk Çağı Travması	N	Ort.	SS	Std. Hata	t	p
<b>Bedensel Engellilik</b>						
Yok	93	57,5269	7,58086	,78610	-,114	,910
Var	7	57,8571	3,97612	1,50283		
<b>Ailede Psikiyatrik Öykü</b>						
Yok	92	57,4891	7,58758	,79106	-,279	,781
Var	8	58,2500	4,46414	1,57831		
<b>Kendini Yaralama</b>						
Yok	97	57,2474	7,11371	,72229	-2,388	<b>,019</b>
Var	3	67,3333	10,69268	6,17342		
<b>İntihar Girişimi</b>						
Yok	97	57,3093	7,06718	,71756	-1,880	,063
Var	3	65,3333	14,15392	8,17177		
<b>Sigara Kullanımı</b>						
Yok	91	57,3297	7,35611	,77113	-,950	,345
Var	9	59,7778	7,61212	2,53737		
<b>Psikiyatrik Tedavi</b>						
Yok	98	57,4796	7,42694	,75023	-,667	,507
Var	2	61,0000	2,82843	2,00000		
<b>Kafa Travması Öyküsü</b>						
Yok	96	57,1875	7,13968	,72869	-2,470	<b>,015</b>
Var	4	66,2500	8,65544	4,32772		

Kendini yaralama girişimi bakımından çocukluk çağı travma puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı, kendini yaralama girişimi olanların çocukluk çağı travma puan ortalamasının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur (p=,019, p<,05).

Kafa travması öyküsü bakımından çocukluk çağı travma puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı, kafa travması öyküsü olanların çocukluk çağı travma puan ortalamasının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur (p=,015, p<,05).

Bedensel Engellilik durumu ( $p=,910$ ,  $p>,005$ ), ailede psikiyatrik öykü ( $p=,781$ ,  $p>,005$ ), intihar girişimi ( $p=,063$ ,  $p>,005$ ), sigara kullanımını ( $p=,345$ ,  $p>,005$ ), psikiyatrik tedavi öyküsü bakımından çocukluk çağı travma puanlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ( $p=,507$ ,  $p>,005$ ).

#### **4.7. Benlik Saygısı, Duygu Durum Düzenleme Güçlükleri, Depresyon, Anksiyete ve Çocukluk Çağı Travmaları İlişkisi**

Doğrusal dağılım gösteren değişkenler doğrultusunda incelenen araştırma değişkenlerinin ölçek puanları bazında Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Korelasyon analizine ilişkin sonuçlar Tablo 13’de verilmiştir.

**Tablo 19. Depresyon, Anksiyete, Benlik Saygısı, Duygu Durum Düzenleme ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki Korelasyon**

Değişkenler (n=100)	1	2	3	4	5
1. Depresyon	1				
2. Anksiyete	,531**	1			
3. Benlik saygısı	,470**	,432**	1		
4. Duygu durum düzenlemede güçlük	,698**	,580**	,573**	1	
5. Çocukluk travma	-,059	,046	,063	,021	1

\*\* . Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlı

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan korelasyon analizine göre,

Depresyon puanları ile anksiyete puanları orta düzey, pozitif ve anlamlı ilişkili ( $r=,531$ ,  $p<,001$ ) bulunmuştur.

Depresyon puanları ile benlik saygısı puanları orta düzey, pozitif ve anlamlı ilişkili ( $r=,470$ ,  $p<,001$ ) bulunmuştur.

Depresyon puanları ile duygu durum düzenlemede güçlük puanları güçlü düzey, pozitif ve anlamlı ilişkili ( $r=,698$ ,  $p<,001$ ) bulunmuştur.

Anksiyete puanları ile benlik saygısı puanları orta düzey, pozitif ve anlamlı ilişkili ( $r=,432$ ,  $p<,001$ ) bulunmuştur.

Anksiyete puanları ile duygu durum düzenlemede güçlük puanları orta düzey, pozitif ve anlamlı ilişkili ( $r=,580$ ,  $p<,001$ ) bulunmuştur.

Benlik saygısı ve duygu durum düzenlemede güçlük puanları orta düzey, pozitif ve anlamlı ilişkili ( $r=,573$ ,  $p<,001$ ).



## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA

#### 5.1. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulguların Tartışılması

Bu çalışmada, ergenlik dönemindeki bireylerin depresyon, anksiyete, benlik saygısı, duygu durum düzenleme güçlükleri ve çocukluk travmaları incelenmiştir. Belirtilen araştırma değişkenlerine ek olarak, örneklemin demografik değişkenleri tanımlanmıştır. Ayrıca, katılımcıların kişisel değişkenleri araştırma değişkenleri ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlar, örneklemin yaşadığı yerin koşullarını ve ergenlik döneminin psikososyal gelişim özelliklerine dair veriler içermektedir. Demografik değişkenlere ilişkin bulgular doğrultusunda 100 kişiden oluşan örneklemin kız ve erkek öğrenci sayısı eşittir. Öğrenciler El Cabir Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Zübeyde Hanım Anadolu Lisesi'nde okumaktadır. Yaş dağılımı 18-15 yaş arasında değişmektedir ve öğrencilerin Şanlıurfa olarak belirtmiştir. Kardeş sayısının dört ve üzeri olan öğrenci sayısının fazla olduğu ve katılımcıların bir kısmının üvey kardeşi olduğu görülmüştür. Öğrencilerin çoğu ebeveynleri ve kardeşleriyle birlikte ve ilçede yaşamaktadır. Köyde ve şehir merkezinde yaşadığını bildiren öğrenciler de bulunmaktadır. Çoğunun müstakil evde yaşadığı öğrenciler orta ve düşük gelir düzeyinde olduklarını bildirmişlerdir. Öğrencilerin yaklaşık olarak yarısının sosyal güvencesi bulunmamaktadır. Bununla birlikte, öğrencilerin dörtte biri buldukları yerden göç ettiklerini bildirmiş ve göç sebebi olarak çoğunun ekonomik sebepler olarak yanıtladığı görülmüştür.

Öğrencilerin psikososyal özelliklerine ilişkin kişisel değişkenleri ele alındığında, geleceğe dair planları olan ve geleceğe umutla bakan öğrencilerin sayısının daha fazla olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, kendini yaralama ve intihar girişimi olan öğrenciler örnekleme yer almaktadır. Sigara kullanımı olduğunu bildirenler alkol madde kullanımı olduğunu bildirenlerden fazladır; fakat bu durumun öğrencilerin testi uyguladıkları yerin okul olması sebebiyle yanlılık barındırabileceği ve öğrencilerin böyle bir alışkanlık veya kullanımı olsa dahi cevap vermeyen öğrencilerin olabileceği düşünülmektedir. Dini inancı Müslüman olan öğrencilerin ana dili Türkçe, Kürtçe ve

Zazaca olarak belirtilmiştir. Ana dildeki farklılıklar, öğrencilerin buldukları bölgenin sosyokültürel yapısından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

## **5.2. Ergenlerin Benlik Saygısına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Ergenlerin benlik saygısına ilişkin bulgular, hem demografik değişkenler bazında hem de araştırma değişkenleri bazında incelenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, kız öğrencilerin benlik saygısının erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu saptanmıştır. Benlik saygısı düzeylerini ölçen ölçüm aracının puanlaması doğrultusunda yüksek puanlar, düşük benlik saygısını göstermektedir. Bu doğrultuda, kız öğrencilerin yüksek skorları düşük benlik saygısı olduğunu gösterir. Elde edilen sonucun, kız ve erkek öğrencilerin ergenlik dönemindeki psikososyal gelişim özelliklerinden ve sosyokültürel yapıdan kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Ülkenin Doğu ve Güneydoğu bölgelerinde kız öğrencilere yönelik kısıtlamaların olduğu ve kız öğrencilerin imkânlarının erkek öğrencilere göre daha kısıtlı olmasının yeterlilik algısının oluşmasına olanak tanınmamasına ve sonuç olarak benlik saygısının düşmesine yol açabileceği düşünülmektedir (Sayar ve ark, 2005) . Ailelerde erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre eğitime daha fazla öncelik tanınması, eğitim alan kız öğrencilerin ise eğitimini belli bir düzeyde devam ettirmesine olanak tanınmasının başarı ve yeterlilik algısının oluşumunda engelleyici bir faktör olarak düşünülebilir. Bununla birlikte, kız öğrencilerin ergenlik döneminde fiziksel ve duygusal olarak yaşadıkları hızlı değişim ve gelişimin kendilik algılarında değişime yol açabileceği düşünülmektedir (Çuhadaroğlu, 1986). Literatürde yer alan çalışmada kız ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin erkek ergenlere göre daha düşük olduğu çıkmıştır. (Hatipoğlu, 1996).

Köyde yaşayanların benlik saygısının il ve ilçede yaşayan öğrencilere göre daha düşük olduğu saptanmıştır. Sosyokültürel uyarıcının il ve ilçelerde köylere oranla fazla olması benlik saygısını olumlu etkiliyor olabilir. Literatürde yer alan çalışmada kasaba gibi küçük yerleşim birimlerinden büyük şehirlere doğru gittikçe benlik saygısında da bir artış olduğu gözlenmiştir.(Şahin, 2005). Bununla birlikte, ailesinde psikiyatrik öyküsü bulunmayan öğrencilerin benlik saygısının anlamlı düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur. Bu sonucun, öğrencilerin maruz kaldıkları çevresel koşullar neticesinde uyum problemleri yaşamalarından ve ihmal edilme olasılığından

kaynaklanabileceği ve bu durumun ailelerinden bağımsız olarak söz konusu olduğu düşünülmektedir.

Kendini yaralama davranışı olduğunu bildiren öğrencilerde de benlik saygısının anlamlı düzeyde daha düşük olduğu bulunmuştur. Bu durumun, düşük benlik saygısının bireylerde kendilerine yönelik başarısızlık, yetersizlik ve değersizlik tanımlarının bulunmasından kaynaklı zarar verme isteğinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir (Güngör, 1989).

Araştırma değişkenlerinden depresyon, anksiyete ve duygu durum düzenleme güçlüklerinin düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Literatürde yer alan diğer çalışmalarda, benlik saygısının ruhsal belirtiler ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Asıcı, 2013; Kulaksızoğlu, 2004; Yörükoğlu, 2004).

Ergenlerin benlik saygısı, stres ve duygu durum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, cinsiyet bakımından benlik saygısı, stres ve duygu durumun değişkenlik gösterip göstermeme durumunu incelemiştir. Sonuçlara göre erkeklerin kızlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek benlik saygısı olduğu bulunmuştur. Benlik saygısı aynı zamanda duygusal durum ile anlamlı ilişkili bulunmuştur. Ergenlerdeki stres faktörleri olarak göz önünde bulundurulmuş akran baskısı, ev yaşamı, romantik ilişkiler, okula devamlılık, ekonomik sıkıntıların anksiyete, depresyon ve benlik saygısı düzeyi ile olumsuz ilişkisi bulunmaktadır (Moljord ve ark, 2010; Akt. Asıcı, 2013).

### **5.3. Ergenlerin Duygu Düzenleme Güçlüklerine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Duygu durum düzenleme becerisi, son yıllarda birçok ruh sağlığı probleminin kökeninde yer aldığı düşünülen ve giderek önem kazanmaya başlayan kişisel bir özelliktir. Kişilerin duygularını tanımlama, ifade etme ve kontrol etme gibi bilişsel süreçleri kapsayan bu becerinin işlevsel olmaması durumunda günlük hayat problemleri ile baş etmesinde zorluk yaşaması ve sonucunda psikolojik rahatsızlıklar yaşaması riski söz konusu olabilmektedir. Bu çalışmada da, öğrencilerin demografik değişkenleri ve araştırma değişkenleri ile duygu durum düzenleme becerileri karşılaştırılmıştır. Elde edilen bilgiler doğrultusunda, kız öğrencilerde duygu durum düzenleme güçlüğü puanı erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Ataerkil bir cinsiyet rejiminin etkin olduğu bölgede, erkeklerin belirleyici, kadının ikincil bir konumda olduğu bir soy ideolojisi hakimdir (Ökten, 2009). Kadının ikici plana atıldığı

Güneydoğu Anadolu Bölgesinde duygularını kolay sözelleştiremeyen kız öğrencilerin duygu durum düzenleme güçlüğü puanının erkek öğrencilere oranla daha yüksek çıkmasında etkili olmuş olabilir.

17 yaşında olan öğrencilerin duygu durum düzenleme güçlüğü puanı diğer yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Ergenlerin yaş ilerledikçe gelişen bilişsel süreçlerinin duygularını daha etkili bir biçimde yönetmesini ve kendilik algısının oluşmasında önemli katkılarının olabileceği düşünülmektedir (Çevik-Büyükşahin & Atıcı, 2009; Eriş, 2013).

Geleceğe dair hiçbir planı olmayanlarda duygu durum düzenleme güçlüğü puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum öğrencinin duygu durum düzenleme güçlüğü olmasından dolayı ileriye dönük bir hedef oluşturamaması ile açıklanabilir. Klinik değişken olarak değerlendirilebilecek olan kendini yaralama ve intihar girişimi olan kişilerin duygu durum düzenleme güçlüğü puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durumun, kişilerin duygusal sıkıntıya katlanamama sebebiyle başa çıkma becerisi olarak işlevsel olmayan ve zarar verici eylemlere yönelmesinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Bilimsel çalışmalarda, duyguların önemini inceleyen çalışmalarda, bireylerin psikososyal gelişimi ve genel sağlık durumu ile duygular arasında bağlantı olduğu tespit edilmiştir. Kişilerin stres algısının ve algılanan strese yönelik etkin ve işlevsel olmayan beceriler geliştirmiş olmasının iyi olma haline olumsuz etkisi olduğu öne sürülmüştür (Aldao ve ark, 2010; Xing ve ark, 2016).

Duygu durum düzenlemede günlük değişkeni ile diğer araştırma değişkenleri karşılaştırıldığında, öğrencilerin depresyon, anksiyete, düşük benlik saygısı ile pozitif yönlü anlamlı ilişkisi olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, çocukluk travmaları puanı ile duygu durum düzenleme güçlüğü arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur.

#### **5.4. Ergenlerin Depresyon Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Ergenlerin depresyon puanının demografik değişkenler ve diğer araştırma değişkenleri ile ilişkisi karşılaştırıldığında, on sekiz yaşında olan öğrencilerin depresyon puanlarının anlamlı düzeyde yüksek ve klinik düzeyde orta şiddette olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerden eğitim süresi on yıl olanların depresyon puanlarının anlamlı



düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin 10. sınıfta meslek liselerinde alan seçimi yapması, sorumlulukların ve baskıların mesleki anlamda artmasına ve depresyon düzeyinin yükselmesine neden olabilir. Aynı zamanda 18 yaş ortaöğretimde ki son sınıfa denk gelmektedir. Öğrencilerin son sınıfta üniversite sınavlarına hazırlanmaları, meslek ve üniversite seçimi ile ilgili sorumluluklarının artması, ailelerin sınavla ilgili başarısı baskısı yapması depresyon düzeyini yükseltebilir.

Kız öğrencilerin depresyon puanlarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Depresyon açısından yaşam evreleri arasında cinsiyete göre farklılık görülmektedir. Ergenlik öncesi kız ve erkek çocuklar arasında depresyon bakımından bir fark gözlenmezken (Garber ve Horowitz, 2002), ergenlikle birlikte, depresyon kızlar arasında erkeklerden daha fazla görülmeye başlanmaktadır (Nolen-Hoeksema ve Girgus, 1994). Geleceğe dair planı olmayan ve geleceğe korkulu bakan ergenlerin de depresyon puanı anlamlı düzeyde daha yüksektir. Kişinin ileriye dönük bir hedefinin olmaması, ileriye görmemesinden kaynaklı depresyon düzeyinin yüksek olduğu düşünülebilir.

İntihar girişimi olan öğrencilerin depresyon puanı intihar girişiminde bulunmayanlara göre daha yüksektir. Bu durum, duygu durum düzenlemede güçlük değişkeninde olduğu gibi sıkıntıya katlanamama ve olumsuz duyguyla baş edememe durumundan kaynaklı olarak intihar girişimi olabileceğini düşündürmektedir. Bu doğrultuda, intihar girişimi olan ergenlerin depresyon puanlarının anlamlı düzeyde yüksek oluşu beklenen bir sonuçtur.

Depresif belirtiler ile intihar düşüncesi ve/veya girişimi arasında ilişkisi olduğunu öne süren çalışmalar mevcuttur (Beck, 1976; Tüzün, 2005). Ayrıca, depresyon olguları için intihar girişimi önemli bir unsur olup, depresyon olgularında %10 ile %15 arasında intihar düşüncesi veya girişimi görülmesi yaygınlığı bakımından, müdahalede üzerinde durulması gereken önemli bir belirtidir (Tüzün, 2005). Bununla birlikte, son yıllarda ergenlerde depresyon belirtileri ve buna eşlik eden bozuklukların yaygınlık gösterdiği görülmektedir. Amerika'da yapılan bir araştırmada 15-24 yaş arasında gençlerde intiharın ölüm sebeplerinde üçüncü sırada yer aldığı görülmüştür. İntihar oranının en yüksek görüldüğü kişiler ise, okul başarısı yüksek olan ve başarılı okullarda okuyanlar arasında olduğu görülmüştür (Eriş & İkiz, 2013)

Anne ve babalarıyla yaşayan ergenlerin depresyon düzeyinin yüksek çıkması, anne ve babanın çocuğuna karşı yüksek başarı beklentisinde olması, aşırı kontrolcü olması, ergen bireyin kendisini baskı altında, sınırlanmış ve yaşantısına karışılmış gibi hissetmesi ile açıklanabilir.

Gutman ve Sameroff (2004), aile, akran ve yaşanılan yer değişkenlerinin ergenlik döneminde başlayan depresyon ve erişkinlik dönemindeki gidişatını incelediği çalışmada, aile ve yaşanılan yer ile ilgili değişimlerin kadınlardaki depresyon belirtileri ile anlamlı ilişkili olduğunu öne sürmüştür. Bununla birlikte, akranlarla ilgili değişkenlerin hem kadın hem de erkeklerde depresyonu açıklayan değişkenler olduğu öne sürmüştür.

Mitrieva ve meslektaşları (2004), ergenlik döneminde depresyon ve problemlerle davranışları ele aldıkları çalışmada, Çin, ABD, Kore ve Çek Cumhuriyeti örneklemi üzerinden incelemeler yapmışlardır. Olumsuz hayati deneyimler, depresif belirtiler ve problemlerle davranışların incelendiği çalışmada, aileden kaynaklı olumsuz deneyimlerin ebeveyn ergen çatışmasına yol açan anlamlı bir değişken olduğunu ve bu durumun depresif duygu durumu üzerinde aracı rolü olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca, ergenlerde aile ile ilgili sorunlara karşı içselleştirmenin depresif duygulanım ile dışsallaştırmanın ise problemlerle davranışlar sergileme ile söz konusu olduğunu ve farklı ülkelerde bu durumla karşılaştığı ifade edilmiştir.

Depresyon puanının ergenlerin ruhsal belirtilerine ilişkin diğer değişkenlerle karşılaştırılmasında, anksiyete, duygu durumu düzenlemede güçlük ve düşük benlik saygısı ile orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkisi olduğu görülmüştür. Çocukluk travması ile depresyon puanı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Miloseva (2016) ergenlerde depresyon konusunda yapmış olduğu çalışmada klinik ve subklinik depresyonun işlevsellik üzerindeki etkileri ve Makedonya'nın farklı kesimlerde ergen depresyonunun görünümü incelenmiştir. Yaşları 13 ile 17 arasında değişen ergenlerin depresif belirtilerin okul ortamında tespit edilmesi gerektiği ve buna uygun müdahale yöntemlerinin geliştirilmesinin iyilik hali açısından önemli olduğunu vurgulamıştır.

### 5.5. Ergenlerin Anksiyete Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Ergenlerin anksiyete düzeyi ile demografik ve diğer araştırma değişkenleri karşılaştırılmış ve anlamlı bulgular elde edilmiştir. Demografik değişkenlerle ergenlerin anksiyete düzeyinin karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlara göre, ilçede yaşayan öğrencilerin anksiyete puanları köyde ve ilde yaşayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Depresyon düzeyi ile benzer olarak, eğitim süresi on yıl olan öğrencilerin ve kızların anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ergenlik dönemindeki sosyal anksiyetenin yaygınlık oranı ele alındığında, kızlarda anksiyetenin erkeklere göre daha fazla olduğu görülmüştür (Canino ve ark, 2004). Öğrencilerin 10. sınıfta meslek liselerinde, alan seçimi yapması, sorumluluklarının ve beklentilerin mesleki anlamda artmasına sebebiyet vermektedir. Bu durum 10. öğrenim süresinde olanların anksiyete düzeylerinin diğerlerine oranla yüksek oluşunda etkin rol oynayabilir.

İntihar girişimi olan öğrencilerin anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Literatürde yer alan çalışmada anksiyete bozukluklarının intihar girişiminde bulunan ergenler açısından bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir. (Lewinsohn, P.M., Rohde, P., ve Seeley, J.R., 1996)

Kardeşleriyle yaşayan, gelecekle ilgili planı olan öğrencilerin anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kardeşleriyle yaşayan öğrencilerin anksiyete düzeyinin yüksek çıkması, kardeşlerin zaman zaman birbirlerinin hayatlarına karışması ve dahil olması, tercih ve yaşantılarına karışıp engel olması, aynı zamanda ev içinde kardeşlerle yaşanan okul başarısı, meslek sahibi olma durumu ve iş bulma rekabetinin yaşanması ile açıklanabilir. Gelecekle ilgili plan yapan öğrencilerin anksiyete düzeyinin yüksek çıkması, gelecekle ilgili plan yapmanın kişide yapılan planın getirdiği sorumluluk, planın gerçekleşmesi için yaşanacak olanlar, gelecek ile ilgili korku ve kuruntularının artmasına sebebiyet vermesi ile açıklanabilir.

Anksiyete puanının, ergenlerin ruhsal belirtilerine ilişkin diğer değişkenlerle karşılaştırılması sonucunda, depresyon, benlik saygısı ve duygu durum düzenlemede güçlük değişkenleri ile pozitif yönlü anlamlı ilişkili bulunmuştur. Özellikle ergenlerin benlik saygısı ve duygu durum düzenlemede güçlük değişkenlerinin iyilik hali ve ruh sağlığına ilişkin önemli veriler sunduğu düşünülebilir.

Ergenlerde özellikle akran ilişkileri ve artan sorumluluklar büyük bir önem taşımaktadır. Ergenlerin sosyal hayatlarında, mesleki ve akademik alanlarda başarılı olduğunu görmesi ve doyum sağlaması, buldukları ortamlarda kapasitelerini yansıtmaları ile ilişkidir. Sahip olduğu kapasiteyi yansıtabilen ergenlerin başarıya ulaşma oranının daha yüksek olabileceği, ruhsal problemlerin ise var olan kapasiteyi ortaya koymada engel teşkil edebileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda, ergenlerde kaygının başarı düzeyini ve akranlarla etkili iletişimi olumsuz etkileyebilecek ve doyumunu azaltacak önemli bir unsur olduğu belirtilmiştir (Çankaya, 2007).

Gelişimsel özellikleri göz önünde bulundurulduğunda, gençlerin hem kendilerine hem de çevrelerine ilişkin bilişsel becerileri geliştikçe benlik kavramının yapılandırıldığı gözlenmektedir. Hem fiziksel hem de psikolojik değişimlere ayak uydurmaya çalışan ergen bireylerin bu süreçte yaşaması muhtemel ruhsal problemlerin benlik kavramı üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir. Ergenlerin çevreyi olumsuz ve kendilerini olumsuz algılayabileceği kaygı ve depresyon gibi duygu durum problemlerinin özellikle sosyal ortamlarda, okul ve ev gibi işlevsellik alanlarında sorunların ortaya çıkmasına yol açabilmektedir. Uyum sağlamakta zorlanan ergen bireyin kendilik algısının olumsuz nitelikler barındırması, yetersizlik ve değersizlik gibi düşük benlik saygısı ile ilişkilendirilebilecek kişisel ve duygusal çıkarsamaların ortaya çıkmasına yol açabilmektedir (Çevik-Büyükşahin & Atıcı, 2009; Eriş, 2013)

#### **5.6. Ergenlerin Çocukluk Çağı Travmalarına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Çocukluk çağı travmaları değişkeninin demografik ve diğer araştırma değişkenleri ile karşılaştırılması sonucunda elde edilen bilgiler doğrultusunda anlamlı bulgular elde edilmiştir. Demografik değişkenler arasında, köyde yaşayan öğrenciler, geleceği hiç düşünmeyen veya korkulu bakan ve sosyal güvencesi olan öğrencilerin çocukluk travması puanının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Geleceği hiç düşünmeyen veya korkulu bakan öğrencilerin çocukluk travması puanının yüksek çıkması, travmatik olaylar yaşayan öğrencilerin travmanın yıkıcı etkisi ile geleceğe dönük plan yapamama, gelecekle ilgili olumlu düşünce kuramama, hedef oluşturma düşüncelerine girememeleri ile açıklanabilir. Bununla birlikte, kendini yaralama davranışı olan ve kafa travması olan öğrencilerin çocukluk travması puanının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kendini yaralama davranışı

travmanın kişideki yıkıcı etkisi sebebiyle bir baş etme ve savunma yöntemi olarak tercih edilebileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte kafa travması geçiren öğrencilerde çocukluk travması puanının yüksek oluşu ilerleyen çalışmalarda psikofizyolojik açıdan travmanın incelenmesinde önemli bir bulgu olabileceği düşünülmektedir. Çocukluk çağı travmalarına ilişkin yapılan araştırmalarda, çocukluk dönemindeki travmatik deneyimlerin, hangi türde olursa olsun (fiziksel, cinsel veya duygusal boyutta) kişilerin ilerleyen gelişimsel dönemlerdeki iyilik halini etkilediği sonucu elde edilmiştir (Aebi ve ark, 2017; McGuire & Schwartz, 2017; Zhou, Wu, & Zhen, 2017).

Diğer araştırma değişkenlerinin çocukluk çağı travmaları ile ilişkisi incelendiğinde, diğer değişkenler olan depresyon, anksiyete, benlik saygısı ve duygu durum düzenlemede güçlükler ile çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Bu durumun, öğrencilerin soruları yanıtlarken travmatik deneyimlere ilişkin sorulara yanlı cevap vermiş olabileceğini düşündürmektedir. Yaşadıkları ve eğitim aldıkları bölgenin sosyokültürel yapısı itibariyle travmatik olarak kabul edilebilecek durumların kanıksanmış olabileceği ve öğrencilerin bu yüzden sorulara verdiklerin yanıtların etkilenebileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, travmatik deneyimlerin kişiler tarafından inkâr edilmesinin travmanın etkilerinden korunma amaçlı bir savunma olabileceği düşünüldüğünden, puanlar ergen bireylerde anlamlı düzeyde saptanmamış olabilir (Şar, 2008).

### **5.7. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırmanın alanyazına katkıda bulunabileceği öngörülen önemli bulgular sağladığı düşünülmektedir; fakat araştırmanın örneklemin kişisel ve demografik nitelikleri, ölçüm yöntemi bakımından kısıtlılıkları bulunmaktadır. İlerleyen dönemlerde yapılacak diğer çalışmalarda söz konusu kısıtlılıkların telafi edilmesinin iyi olabileceği düşünülmektedir. İlk olarak örneklem, Şanlıurfa ili Siverek ilçesinde yaşayan ve eğitim alan lise öğrencilerinden oluşmaktadır. Burada yaşayan ve eğitim alan ergen bireylerin araştırma değişkenlerini ölçmek amacıyla kendilerine verilen ölçüm araçlarına vermiş oldukları yanıtlar buldukları çevresel koşullar sebebiyle kısıtlı ve yanlı olabileceği düşünülmektedir. Yaşanılan bölgenin coğrafi koşulları ve sosyokültürel alt yapısı sebebiyle öğrencilerin sorulara kendileri açısından doğru olabilecek bir biçimde yanıt verdikleri var sayılmaktadır. Bu sebeple, farklı sosyoekonomik ve kültürel özelliklere

sahip bölgelerin yer aldığı çok merkezli çalışmaların yapılabileceği ve sonuçların karşılaştırılabileceği düşünülmektedir.

Bir diğer kısıtlılık ise örneklem sayısının, evreni temsil edebilme açısından sınırlı olabileceği ile ilgilidir. Çevre illerdeki diğer okullardan seçkisiz örneklem yoluyla seçilebilecek örneklem ile sayının arttırılması, o bölgedeki ergen bireylerin psikososyal özellikleri hakkında önemli veriler sunabileceği düşünülmektedir. Bir diğer kısıtlılık ise, araştırma değişkenlerini ölçmek için verilen ölçeklerin Türkçe formlardan oluşması ve öğrencilerin farklı ana dilleri olması ile ilgilidir. Bu durum ifadelerin anlaşılmasında kısıtlılık oluşturabilmektedir. Bununla birlikte, ölçeklerin sayısının fazla oluşu sebebiyle örneklemin soruları yanıtlamak için fazla zaman geçirmesinin bir diğer sınırlılık olabileceği düşünülmektedir.

Öğrencilerin okul ortamında olmaları verdikleri cevapların öğretmenler ve idare tarafından veliler ile paylaşılacak endişesi yaratması yanıtların yanlı olabileceği yönünde düşünülmektedir.

### **5.8. Yeni Çalışmalar İçin Öneriler**

Her çalışmada olduğu gibi, sınırlılıkları bulunan bu çalışmada da ilerleyen dönemlerde yapılacak çalışmalarda telafi edilebilecek veya eklenebilecek adımlar olduğu düşünülmektedir. İlk olarak, örneklem sayısının arttırılmasının araştırmanın evreni temsil edebilirliği açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte, ergenlik dönemindeki bireylerin psikososyal gelişim özellikleri ve problemlerini konu alacak diğer çalışmalarda, bu çalışmadaki değişkenlere ek olarak ebeveyn tutumu dahil edilebilir ve ergen bireylerin ruhsal belirtileri veya işlevsellikleri algılanan ebeveyn tutumu çerçevesinde değerlendirilebilir. Bir diğer incelenebilecek değişken ise, çocukluk ve ergenlik döneminde zorbalık kavramına ilişkindir. Okul ve diğer sosyal çevrelerde hatta sanal ortamda zorbalığa maruz kalabilen çocuk ve ergenlerin ruhsal belirtilerinin bu anlamda değişkenliği ele alınabilir. Ergenlik döneminde ele alınması gereken önemli konulardan bir tanesi olarak, ilerleyen dönemlerde yeme davranışı ve yeme psikopatolojisine ilişkin incelemeler yapılarak ruhsal belirtilerin bu anlamdaki ilişkisi incelenebilir.

## 5.9. Sonuç

Yapılan istatistiksel analizler doğrultusunda, elde edilen bulgular aşağıdaki gibidir:

- Örneklem Şanlıurfa Siverek ili sınırlarında okuyan 15-18 yaş arası lise öğrencilerinden oluşmaktadır.
- 100 kişilik örneklem olmak üzere, kız erkek sayısı eşitlenmiştir.
- Kardeş sayısının fazla olduğu ve üvey kardeşi olan 10 kişi olduğu bulunmuştur.
- Öğrenciler çoğunlukla, anne, baba ve kardeşleriyle ilçede yaşamaktadırlar
- Gelir düzeyi düşük orta ve çoğunlukla müstakil evlerde yaşamaktadırlar.
- Dörtte biri bulunduğu yerden daha önce göç etmiş ve yaygın sebep ekonomik olarak bildirilmiştir.
- Ergen bireylerin çoğunluğu geleceğe ilişkin planlar kurmakta ve geleceğe umutla bakmaktadır.
- Ana dil Türkçe, Kürtçe ve Zazaca olarak bildirilmiştir.

Depresyon puanı daha yüksek olanlar,

- 18 yaş düzeyi öğrencilerde
- Anne baba ile yaşayanların
- 10 yıl eğitim alanlarda
- Geleceği hiç düşünmeyen veya korkuyla bakanların
- Kız öğrencilerde erkeklere göre
- İntihar girişimi olanlarda
- Gelecekle ilgili planı olmayanların

Anksiyete puanı daha yüksek olanlar,

- Kızlarda
- 10 yıl eğitim alanlarda
- Kardeşi ile yaşayanlarda
- Gelecekle ilgili planı olanlarda
- İntihar girişimi olanlarda

Çocukluk travması puanları daha yüksek olanlar,

- Köyde yaşayanlar
- Geleceği hiç düşünmeyen veya korkuyla bakanlar
- Sosyal güvencesi olanlar
- Kendini yaralama davranışı olanlar
- Kafa travması olanlar

Duygu durum düzenleme gücü yüksek olanlar,

- Kardeşiyle yaşayanlar
- Kız öğrenciler
- Geleceği ile ilgili planı olmayanlar
- Kendini yaralama davranışı olanlar
- İntihar girişimi olanlar

Benlik saygısı düşük olanlar,

- Köyde yaşayanlar
- 10. ve 12. sınıf öğrencileri
- Kız öğrenciler
- Kendini yaralama davranışı olanlar
- İntihar girişimi olanlarda

bulunmuştur.



## KAYNAKÇA

Aebi, M., Mohler-Kuo, M., Barra, S., Schnyder, U., Maier, T., & Landolt, M. A. (2017). Posttraumatic stress and youth violence perpetration: A population-based cross-sectional study. *European Psychiatry*, 40, 88-95. doi: 10.1016/j.eurpsy.2016.08.007

Aldao, A., Nolen-Hoeksema S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 212-237.

Asıcı, E. (2013). Öğretmen Adaylarının Affetme Özelliklerinin Öz-Duyarlık ve Benlik Saygısı Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122-147.

Bandura, A. (1989). Social Cognitive Theory. *Annals of Child Development*, 6, 1-60. Greenwich, CT: Jai Press LTD.

Beck, A.T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press, New York.

Bernstein D.P, Fink L, Handelsman L, Foote J, Lovejoy M, Wenzel K, Sapareto E, & Ruggiero J. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *American Journal of Psychiatry*.

Björkenstam, E., Pebley, A. R., Burström, B., & Kosidou, K. (2017). Childhood social adversity and risk of depressive symptoms in adolescence in a US national sample. *Journal of Affective Disorders*, 212, 56-63. doi: 10.1016/j.jad.2017.01.035

Bluth, K., Campo, R. A., Futch, W. S., & Gaylord, S. A. (2017). Age and gender differences in the associations of self-compassion and emotional well-being in a large adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(4), 840-853. doi: 10.1007/s10964-016-0567-2

Boyes, M. E., Tebbutt, B., Preece, K. A., & Badcock, N. A. (2017). Relationships between reading ability and child mental health: Moderating effects of self-esteem. *Australian Psychologist*, No Pagination Specified. doi: 10.1111/ap.12281

Campos, J., Walle, E., Dahl, A., & Main, A. (2011). Reconceptualizing Emotion Regulation. *Emotion Review*, 3(1), 26-35

Castellví, P., Miranda-Mendizábal, A., Parés-Badell, O., Almenara, J., Alonso, I., Blasco, M. J., & Alonso, J. (2017). Exposure to violence, a risk for suicide in youths and young adults. A meta-analysis of longitudinal studies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 135(3), 195-211. doi: 10.1111/acps.1267

Canino G, Shrout PE, Rubio-Stipec M ve ark. (2004) The DSM-IV rates of child and adolescent disorders in Puerto Rico: prevalence, correlates, service use, and the effects of impairment. *Arch Gen Psychiatry* 61:85-93.

Çankaya, B. (2007). Lise I. Ve II. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Çevik Büyükaşahin, G. ve Atıcı, M. (2009). Lise 3.Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygılarının Bazı Değişkenler Açısından incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 6 (1), 339- 352

Çuhadaroğlu, F.(1986). “Adölesanlarda Benlik Saygısı”, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fak, Psikiyatri ABD Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Ankara.

Daddis, C. (2011). Desire for increased autonomy and adolescents' perceptions of peer autonomy: "Everyone else can; why can't I?" *Child Development*, 82, 1310-1326

Dardas, L. A., Silva, S., Noonan, D., & Simmons, L. A. (2017). Studying Depression Among Arab Adolescents: Methodological Considerations, Challenges, and Lessons Learned From Jordan. *Stigma and Health*, No Pagination Specified. doi: 10.1037/sah0000101

Devenish, B., Hooley, M., & Mellor, D. (2017). The pathways between socioeconomic status and adolescent outcomes: A systematic review. *American Journal of Community Psychology*, 59(1-2), 219-238. doi: 10.1002/ajcp.12115

Deng, X., Sang, B., & Chen, X. (2017). Implicit beliefs about emotion regulation and their relations with emotional experiences among Chinese adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 41(2), 220-227.

Ding, H., Han, J., Zhang, M., Wang, K., Gong, J., & Yang, S. (2017). Moderating and mediating effects of resilience between childhood trauma and depressive symptoms in Chinese children. *Journal of Affective Disorders*, 211, 130-135. doi: 10.1016/j.jad.2016.12.056

Eisenberg N, Smith CL, Sadovsky A, Spinrad TL. (2004) Effortful control: Relations with emotion regulation, adjustment, and socialization in childhood. In: Baumeister RF, editor. *Handbook of self regulation: Research, theory, and applications*. Guilford Press; New York: 2004. pp. 259–282.

Eriş, Y. (2013). Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Eriş, Y., & İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies*, 8(6), 179-193

Ferrer, R. A., Green, P. A., Oh, A. Y., Hennessy, E., & Dwyer, L. A. (2017). Emotion Suppression, Emotional Eating, and Eating Behavior Among Parent–Adolescent Dyads. *Emotion*, No Pagination Specified.

Garber J, Horowitz JL (2002) Depression in children. In IH Gotlib, CL Hammen (Eds.) *Handbook of Depression* (s.510–540). New York: Guilford.

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36, 41-54.

Güngör, A. (1989). Lise Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerini Etkileyen Etmenler. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi.

Gross, J.J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.

Gross, J.J. & Thompson, R.A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In Gross, J.J. (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*, (pp 3-24). New York: Guilford Press.

Gutman, L. M. & Sameroff A.J. (2004). Continuities in depression from adolescence to young adulthood: Contrasting ecological influences. *Development and Psychopathology*, 16, 967-984.

Hatipoğlu Z (1996). Ergenlik ağındaki öğrencilerin benlik tasarım düzeyleri ile algılanan anne davranışları arasındaki ilişkinin incejenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 1996.

Hisli, N. (1988). *Beck* Depresyon Envanteri'nin geçerliliği üzerine bir alışma. *Psikoloji Dergisi*, 6:118-122

Jessar, A. J., Hamilton, J. L., Flynn, M., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2017). Emotional clarity as a mechanism linking emotional neglect and depressive symptoms during early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 37(3), 414-432.

Johnson, F., Pratt, M., & Wardle, J. (2011). Dietary restraint and self-regulation in eating behavior. *International Journal of Obesity*, 36, 665–674. <http://dx.doi.org/10.1038/ijo.2011.156>.

Journot-Reverbel, K., Raynaud, J.-P., Bui, E., & Revet, A. (2017). Support groups for children and adolescents bereaved by suicide: Lots of interventions, little evidence. *Psychiatry Research*, 250, 253-255. doi: 10.1016/j.psychres.2017.01.077

Kaess, M., Parzer, P., Mehl, L., Weil, L., Strittmatter, E., Resch, F., & Koenig, J. (2017). Stress vulnerability in male youth with Internet Gaming Disorder. *Psychoneuroendocrinology*, 77, 244-251.

Klemanski, D. H., Curtiss, J., McLaughlin, K. A., & Nolen-Hoeksema, S. (2017). Emotion regulation and the transdiagnostic role of repetitive negative thinking in adolescents with social anxiety and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 41(2), 206-219.

Kokkinos, C. M., & Voulgaridou, I. (2017). Relational and cyber aggression among adolescents: Personality and emotion regulation as moderators. *Computers in Human Behavior*, 68, 528-537.

Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, 23, 4-41

Kopp, C.B. (1989). Regulation of distress and negative motions: A developmental view. *Developmental Psychology*, 25, 343-354

Köroğlu, E. (2014). *DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı*, Amerikan Psikiyatri Birliği, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.

Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Lau, J. Y. F., & Waters, A. M. (2017). Annual Research Review: An expanded account of information-processing mechanisms in risk for child and adolescent anxiety and depression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 58(4), 387-407.

Leary, M. R. (2004). *The curse of the self*. New York: Oxford University Press.

Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, Vol 32 (pp. 1- 62). San Diego: Academic Press.

Lewinsohn, P.M., Rohde, P., ve Seeley, J.R. (1996). Adolescent suicidal ideation and attempts: Prevalence, risk factors, and clinical implications. *Clinical Psychology Science and Practise*. 3 (1); 25-46.

Lüdtke, J., In-Albon, T., Schmeck, K., Plener, P. L., Fegert, J. M., & Schmid, M. (2017). Nonsuicidal self-injury in adolescents placed in youth welfare and juvenile justice group homes: Associations with mental disorders and suicidality. *Journal of Abnormal Child Psychology*,

Malhi, G. S., Byrow, Y., Outhred, T., Das, P., & Fritz, K. (2017). Irritability and internalizing symptoms: Modeling the mediating role of emotion regulation. *Journal of Affective Disorders*, 211, 144-149.

Miloseva, L. (2016). A Case of Depression Screening in Schools, *Journal on Educational Psychology* 10(1): 1-8.

Mitchell, R., Brennan, K., Curran, D., Hanna, D., & Dyer, K. F. W. (2017). A meta-analysis of the association between appraisals of trauma and posttraumatic stress in children and adolescents. *Journal of Traumatic Stress*, 30(1), 88-93. doi: 10.1002/jts.22157

Mitrieva ve ark. (2004). "Family Relationships and Adolescent Psychosocial Outcomes: Converging Findings From Eastern and Western Cultures." *Journal of Research on Adolescence (Wiley-Blackwell)* 14(4): 425-447.

McGuire-Schwartz, M. Z. (2017). Relationships between traumatic exposure, family connectedness, and posttraumatic stress among children and adolescents. (77), ProQuest Information & Learning, US.

Moljord, I., Espnes, G., & Byrne, D. (2010). The association between stress and emotional states in adolescents: the role of gender and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 49, 430–435

Morsünbül, Ü. (2015). The Effect of Identity Development, Self-Esteem, Low Self-Control and Gender on Aggression in Adolescence and Emerging Adulthood. *Eurasian Journal Of Educational Research*, (61), 99-11

Najam, N., & Kausar (2012). Father acceptance-rejection, father involvement and socio-emotional adjustment of adolescents in Pakistan. *Journal of Behavioral Sciences*, 22, 1-21

Nolen-Hoeksema S, Girgus JS (1994) The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychol Bull*, 115: 424– 443.

Platt, B., Waters, A. M., Schulte-Koerne, G., Engelmann, L., & Salemink, E. (2017). A review of cognitive biases in youth depression: Attention, interpretation and memory. *Cognition and Emotion*, 31(3), 462-483.

Quinn, K., Pacella, M. L., Dickson-Gomez, J., & Nydegger, L. A. (2017). Childhood adversity and the continued exposure to trauma and violence among adolescent gang members. *American Journal of Community Psychology*, 59(1-2), 36-49.

Ökten, Ş. (2009). Toplumsal Cinsiyet ve İktidar: Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nin Toplumsal Cinsiyet Düzeni, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*.

Raval, V. V., Ward, R. M., Raval, P. H., & Trivedi, S. S. (2017). Reports of adolescent emotion regulation and school engagement mediating the relation between parenting and adolescent functioning in india. *International Journal of Psychology*, No Pagination Specified.

Riso, L.P., Froman, S.E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R.E., Turini-Santorelli, N., Penna, S., Blandino, J.A., Jacobs, C.H. & Cherry, M. (2006). “The Long-Term Stability of Early Maladaptive Schemas” *Cognitive Therapy and Research*, 30 (4): 515-529.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rugancı, R., & Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66(4), 442-455.

Santrock, J. W. (2010). *A Topical Approach to Life-Span*, (3rd ed.), Boston: McGraw-Hill.

Sayar, K., Köse, S., Grabe, H. & Topbaş, M. (2005) Alexithymia and dissociative tendencies in an adolescent sample from Eastern Turkey. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 59, 127–134

Sendzik, L., Ö. Schäfer, J., C. Samson, A., Naumann, E., & Tuschen-Caffier, B. (2017). Emotional awareness in depressive and anxiety symptoms in youth: A meta-analytic review. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(4), 687-700.

Silk J.S, Steinberg L, & Morris, A.S (2003) Adolescents emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Dev* 74: 1869-1880

Steinberg, L. D. (1982). Jumping off the work bandwagon. *Journal of Youth Adolescence*. 11, 183-205

Spada, M. M., & Marino, C. (2017). Metacognitions and emotion regulation as predictors of problematic Internet use in adolescents. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation*, 14(1), 59-63.

Şahin, A. (2005). “Ergenlerde Dindarlık-Benlik Saygısı İlişkisi”, S.Ü.İ.F.D., S. 19, s. 187-197.

Şar, V., Öztürk E, & İki kardeş E. (2012). Validity and reliability of the Turkish Version of Child hood Trauma Question naire (CTQ). *Turkiye Klinikleri J Med Sci*; 32:1054-63.

Şar, V. (2008). Trauma and dissociation in context: personal life, social process, and public health. *J Trauma Dissociation*; 9:1-8.

Önen, Levent ve Tüzün, M. Burak. (2005). *Motivasyon*. Epsilon Yayıncılık :İstanbul

Ulusoy M, Şahin N.H, & Erkmén H (1998) Turkish version of the Beck Anxiety Inventory: Psychometric properties. *J Cogn Psychother*, 12:163-172.

Verzeletti, C., Zammuner, V. L., Galli, C., & Agnoli, S. (2016). Emotion regulation strategies and psychosocial well-being in adolescence. *Cogent Psychology*, 3(1).

White, R. W. (1948). *The abnormal personality: A textbook*. New York, NY, US: Ronald Press Company.

Wild, L. G., Flisher, A. J., Bhana, A., & Lombard, C. (2004). Associations among adolescents risk behaviors and self-esteem in six domains. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45, 454–467

Wood, R., Bandura, A. (1989). Impact of conceptions of ability on self-regulatory mechanisms and complex decision making. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 407-415.

Xing, Y.-l., Wang, J.-p., Yu, W., & Yan, Y.-l. (2016). Perceived social support and anxiety in adolescents: The mediating of emotion regulation. [Perceived social support and anxiety in adolescents: The mediating of emotion regulation.]. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 24(6), 1079-1082.

Yavuzer, Y., Karatas, Z., Civilidag, A., & Gundogdu, R. (2014). The Role of Peer Pressure, Automatic Thoughts and Self-Esteem on Adolescents' Aggression. *Eurasian Journal Of Educational Research*, (54), 61-78.

Yörükoğlu, A. (2004). *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı Ve Ruhsal Sorunlar*. İstanbul: Özgür Yayınları.

Zhou, X., Wu, X., & Zhen, R. (2017). Understanding the relationship between social support and posttraumatic stress disorder/posttraumatic growth among adolescents after Ya'an earthquake: The role of emotion regulation. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 9(2), 214-221.

Zadahmad, M. & Torkan, H. (2016). Investigation of the multiple relationships between early maladaptive schemas and coping styles with anxiety. *International Journal of Educational and Psychological Researches*, 2(1), 49-53.



## EKLER

### EK-1. Demografik Bilgi Formu

1. Ad/Soyad:

2. Cinsiyet: 1 ( ) K

2 ( ) E

3. Doğum Tarihi: .... / ... / .....

4. Doğum Yeri :

1- İl:.....

2- İlçe:.....

3- Köy:.....

5. Şu anda yaşadığınız :

1- İl:.....

2- Semt:.....

6. Öz kardeş sayısı:

1 ( ) Yok

2 ( ) Var (Belirtiniz) .....

7. Üvey kardeş sayısı:

1 ( ) Yok

2 ( ) Var (Belirtiniz).....

8. Toplam öğrenim süreniz:.....yıl

**9. Sosyal güvence :**

1 ( ) Yok

2 ( ) Var

**10. Birlikte yaşadığı kişiler:**

1 ( ) Yalnız

2 ( ) Anne-Baba

3 ( ) Kardeş

4 ( ) 2+3

5 ( ) Akraba

6 ( ) 2+3+5

7 ( ) Öğrenci yurdu

**11. En uzun süre bulunduğunuz yerleşim yeri:**

1 ( ) Köy

2 ( ) Kasaba

3 ( ) Şehir merkezi

**12. Yaşadığınız konut şekli**

1 ( ) Apartman dairesi

2 ( ) Müstakil ev

3 ( ) Gecekondu

4 ( ) Diğer (Belirtiniz).....

**13. Ailenizin Ekonomik gelirinizi nasıl tanımlarsınız?**

1 ( ) Düşük (Asgari ücret ve altı)

2 ( ) Orta (1300-5000 )

3 ( ) Yüksek (5000 üstü)

**14.** Siyasal, ekonomik, dini, sosyal ve diğer nedenlerle kişilerin ve toplulukların hayatlarının tamamını ya da bir kısmını geçirmek üzere mevcut yaşamlarını sürdürdükleri yerden başka bir yere yerleştirmek koşuluyla yer değiştirilmesi hareketine göç denir.

Bulduğunuz yerden daha önce göç ettiniz mi?

1 ( ) Evet

2 ( ) Hayır

Yanıtınız “Evet “ ise göç sebebiniz nedir ?

1 ( ) Ekonomik

2 ( ) Eğitim

3 ( ) İklim / Coğrafi Koşullar

4 ( ) Can Güvenliği

5 ( ) Sağlık

6 ( ) Diğer (Açıklayınız).....

**15.** Herhangi bir bedensel engellilik

1 ( ) Yok

2 ( ) Var (Açıklayınız).....

**16.** Düzenli bir sosyal uğraşınız (spor yapmak, müzikle ilgilenmek gibi) var mı?

1 ( ) Yok

2 ( ) Var (Açıklayınız).....

**17.** Gelecekle ilgili olarak plan yapar mısınız/ planlarınız var mıdır?

1 ( ) Hayır

2 ( ) Evet

**18.** Geleceğinize nasıl bakıyorsunuz?

1 ( ) Güvenle ve umutla

2 ( ) Korku ve kaygıyla

3 ( ) Hiç düşünmedim umurumda değil

4 ( ) Diğer (Belirtiniz) .....

**19.** Dininiz?

1 ( ) Ateist,agnostik

2 ( ) Müslüman

3 ( ) Hristiyan

4 ( ) Diğer (Belirtiniz) .....

**20.** Ana diliniz?

1 ( ) Türkçe

2 ( ) Kürtçe

3 ( ) Arapça

4 ( ) Diğer: (Belirtiniz) .....

**21.** Ailede psikiyatrik hastalık öyküsü

1 ( ) Yok

2 ( ) Var

**22. Kendini yaralama davranışı:**

1 ( ) Yok

2 ( ) Var (Açıklayınız) .....

**23. İntihar girişimi:**

1 ( ) Yok

2 ( ) Varsa (Belirtiniz).....(Yaş)

**24. Alkol-Madde kullanımınız:**

1 ( ) Yok

2 ( ) Var

**25. Sigara kullanımınız:**

1 ( ) Yok

2 ( ) Var belirtiniz.....paket/gün .....yıldır.

**26. Psikiyatrik hastalık sebebi ile daha önce tedavi gördünüz mü?**

1 ( ) Hayır

2 ( ) Evet .....tanısı ile

**27. Psikiyatrik hastalık sebebi ile yatarak tedavi gördünüz mü?**

1 ( ) Hayır

2 ( ) Evet .....gün .....tanısı ile

**28. Kafa travması öyküsü :**

1 ( ) Yok

2 ( ) Var

## **EK-2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği**

- 1.** Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 2.** Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 3.** Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 4.** Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 5.** Kendimde gurur duyacak fazla birşey bulamıyorum.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 6.** Kendime karşi olumlu bir tutum içindeyim.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 7.** Genel olarak kendimden memnunum.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 8.** Kendime karşi daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 9.** Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış
- 10.** Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.  
A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış

### **EK-3. Beck Depresyon Ölçeği**

Aşağıda gruplar halinde bazı cümleler ve önünde sayılar yazılıdır. Her gruptaki cümleleri dikkatle okuyunuz.

BUGÜN DAHİL, GEÇEN HAFTA İÇİNDE kendinizi nasıl hissettiğinizi en iyi anlatan cümleyi seçin ve yanındaki KUTUCUĞU işaretleyin. Seçiminizi yapmadan önce gruptaki cümlelerin hepsini dikkatle okuyunuz ve yalnızca bir maddeyi işaretleyin.

(0) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.

(1) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.

(2) Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.

(3) O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.

(0) Gelecek hakkında umutsuz ve karamsar değilim.

(1) Gelecek hakkında karamsarım.

(2) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.

(3) Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.

(0) Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.

(1) Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.

(2) Geçmişime baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.

(3) Kendimi tümüyle başarısız bir kişi olarak görüyorum.

(0) Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.

(1) Eskiden olduğu gibi herşeyden hoşlanmıyorum.

(2) Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.

(3) Herşeyden sıkılıyorum.

(0) Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.

(1) Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.

(2) Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.

(3) Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.

(0)Kendimden memnunum.

(1) Kendi kendimden pek memnun değilim.

(2) Kendime çok kızıyorum.

(3) Kendimden nefret ediyorum.

(0)Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.

(1)Zayıf yanlarım veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.

(2)Hatalarımdan dolayı her zaman kendimi kabahatli bulurum.

(3)Her aksilik karşısında kendimi kabahatli bulurum.

(0)Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.

(1)Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm oluyor, fakat yapmıyorum.

(2) Kendimi öldürmek isterdim.

(3)Fırsatını bulsam kendimi öldürürüm.

(0)Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.

(1)Zaman zaman içimden ağlamak geliyor.

(2) Çoğu zaman ağlıyorum.

(3) Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum.

(0) Şimdi her zaman olduğumdan sinirli değilim.

(1)Eskisine kıyasla daha kolay kızıyorum.

(2) Şimdi hep sinirliyim.

(3)Bir zamanlar beni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor.

(0)Şimdi her zaman olduğumdan sinirli değilim.

(1)Eskisine kıyasla daha kolay kızıyorum.

(2)Şimdi hep sinirliyim.



(3) Bir zamanlar beni sınırlendiren şeyler şimdi hiç sınırlendirmiyor.

(0)Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.

(1)Başkaları ile eskisinden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.

(2)Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybettim.

(3)Hiç kimseyle görüşüp, konuşmak istemiyorum.

(0)Eskiden olduğu kadar kolay karar verebiliyorum.

(1)Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.

(2) Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.

(3)Artık hiç karar veremiyorum.

(0)Aynada kendime baktığımda bir değişiklik görmüyorum.

(1) Daha yaşlanmışım ve çirkinleşmişim gibi geliyor.

(2)Görünüşümün çok değiştiğini ve daha çirkinleştiğimi hissediyorum.

(3) Kendimi çok çirkin buluyorum.

(0) Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.

(1)Birşeyler yapamak için gayret göstermek gerekiyor.

(2)Herhangi birşeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.

(3) Hiçbir şey yapamıyorum.

(0) Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.

(1)Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.

(2)Her zamankinden bir-iki saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.

(3) Her zamankinden çok daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.

(0) Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.

- (1) Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.
- (2)Yaptığım hemen herşey beni yoruyor.
- (3) Kendimi hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.

- (0)İştahım her zamanki gibi
- (1) İştahım eskisi kadar iyi değil
- (2)İştahım çok azaldı.
- (3)Artık hiç iştahım yok.

- (0)Son zamanlarda kilo vermedim.
- (1) İki kilodan fazla kilo verdim.
- (2)Dört kilodan fazla kilo verdim.
- (3)Altı kilodan fazla kilo verdim.

- (0)Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.
- (1)Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendiriyor.
- (2)Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyler düşünmek zorlaşıyor.
- (3)Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki, başka hiçbir şey düşünmüyorum.

- (0)Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme farketmedim.
- (1) Cinsel konularda eskisinden daha az ilgiliyim.
- (2) Cinsel konularda şimdi çok daha az ilgiliyim.
- (3)Cinsel konulara olan ilgimi tamamen kaybettim.

- (0) Bana cezalandırılmışım gibi gelmiyor.
- (1)Cezalandırılabileceğimi seziyorum.
- (2)Cezalandırılmayı bekliyorum.
- (3) Cezalandırıldığımı hissediyorum.

#### **EK-4. Beck Anksiyete Ölçeği**

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir.Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin **BUGÜN DAHİL SON BİR (1) HAFTADIR** sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandakine uygun yere (x) işareti koyarak belirleyiniz.

	<b>Hiç</b>	<b>Hafif düzeyde beni pek etkilemedi</b>	<b>Orta düzeyde Hoş değildi ama katlanabildim</b>	<b>Ciddi düzeydeDayanmakta çok zorlandım</b>
1. Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karıncalanma				
2. Sıcak/ ateş basmaları				
3. Bacaklarda halsizlik, titreme				
4. Gevşeyememe				
5. Çok kötü şeyler olacak korkusu				
6. Baş dönmesi veya sersemlik				
7. Kalp çarpıntısı				
8. Dengeyi kaybetme duygusu				
9. Dehşete kapılma				

10. Sinirlilik				
11. Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
12. Ellerde titreme				
13. Titreklilik				
14. Kontrolü kaybetme korkusu				
15. Nefes almada güçlük				
16. Ölüm korkusu				
17. Korkuya kapılma				
18. Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi				
19. Baygınlık				
20. Yüzün kızarması				
21. Terleme (sıcaklığa bağlı olmayan)				

## EK-5. Duygu Durum Düzenleme G cl kleri Anketi

### TRKISH VERSION OF DIFFICULTY OF EMOTION REGULATION SCALE

AŞağıdaki cümlelerin size ne sıklıkla uyduğunu artlarında belirtilen 5 dereceli ölçek üzerinde değerlendiriniz. Her bir cümlenin altındaki 5 noktalı ölçekten, size uygunluk yüzdesini de dikkate alarak, yalnızca bir tek rakkamı yuvarlak içine alarak işaretleyiniz.

#### 1. Ne hissettiğim konusunda netimdir.

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	�oğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

#### 2. Ne hissettiğimi dikkate alırım.

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	�oğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

#### 3. Duygularım bana dayanılmaz ve kontrolsüz gelir.

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	�oğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

#### 4. Ne hissettiğim konusunda hiç bir fikrim yoktur.

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	�oğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

#### 5. Duygulanma bir anlam vermekte zorlanırım.

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	�oğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

#### 6. Ne hissettiğime dikkat ederim.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)
--------------------------------	--------------------	--------------------------------------	-------------------------	--

### 7. Ne hissettiğimi tam olarak bilirim.

1 _____	2 _____	3 _____	4 _____	5 _____
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

### 8. Ne hissettiğimi önemserim.

1 _____	2 _____	3 _____	4 _____	5 _____
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

### 9. Ne hissettiğim konusunda karmaşa yaşarım.

1 _____	2 _____	3 _____	4 _____	5 _____
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

### 10. Kendimi kötü hissetmeyi kabullenebilirim.

1 _____	2 _____	3 _____	4 _____	5 _____
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

### 11. Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendime kızarım.

1 _____	2 _____	3 _____	4 _____	5 _____
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

### 12. Kendimi kötü hissettiğim için utanırım.

1 _____	2 _____	3 _____	4 _____	5 _____
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

### 13. Kendimi kötü hissettiğimde işlerimi bitirmekte zorlanırım.

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**14. Kendimi kötü hissettiğimde kontrolden çıkarım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**15. Kendimi kötü hissettiğimde uzun süre böyle kalacağıma inanırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**16. Kendimi kötü hissetmemin yoğun depresif duyguyla sonuçlanacağına inanırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**17. Kendimi kötü hissettiğimde duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**18. Kendimi kötü hissederken başka şeylere odaklanmakta zorlanırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**19. Kendimi kötü hissederken kontrolden çıktığım duygusu yaşam.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**20. Kendimi kötü hissediyorsa da çalışmayı sürdürebilirim.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**21. Kendimi kötü hissettiğimde bu duygudan dolayı kendimden utanırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**22. Kendimi kötü hissettiğimde eninde sonunda kendimi daha iyi hissetmenin bir yolunu bulacağımı bilirim.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**23. Kendimi kötü hissettiğimde zayıf biri olduğum duygusuna kapılırım**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**24. Kendimi kötü hissettiğimde de davranışlarım kontrolümün altındadır.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**25. Kendimi kötü hissettiğim için suçluluk duyarım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**26. Kendimi kötü hissettiğimde konsantre otamakta zorlanırım.**

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)
--------------------------------	--------------------	--------------------------------------	-------------------------	--

**27. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarımı kontrol etmekte zorlanırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**28. Kendimi kötü hissettiğimde daha iyi hissetmem için yapacağım hiçbir şey olmadığına inanırım**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**29. Kendimi kötü hissettiğimde böyle hissettiğim için kendimden rahatsız olurum.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**30. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimle ilgili olarak çok fazla endişelenmeye başlarım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**31. Kendimi kötü hissettiğimde kendimi bu duyguya bırakmaktan başka çıkar yol olmadığına inanırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**32. Kendimi kötü hissettiğimde davranışlarım üzerindeki kontrolümü kaybederim.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yarıya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**33. Kendimi kötü hissettiğimde başka bir şey düşünmekte zorlanırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yariya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)

**34. Kendimi kötü hissettiğimde duygumun gerçekte ne olduğunu anlamak için zaman ayırım.**

1	2	3	4	5
Hemen hemen hiç (%0-%10)	Bazen (%11-%35)	Yaklaşık yarı yariya (%36-%65)	Çoğu zaman (%66-%90)	hemen hemen her zaman (%91-%100)



## **EK-6. Çocukluk Travmaları Ölçeği (ÇTÖ)**

Bu sorular **çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde (20 yaşından önce)** başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru için sizin durumunuza uyan rakamı daire içerisine alarak işaretleyiniz. Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

**Hiçbir zaman    Nadiren    Zaman Zaman    Sıklıkla    Çok Sık olarak**

**1                      2                      3                      4                      5**

### **Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...**

1. Yeterli yemek bulamazdım. 1 2 3 4 5
2. Ailemdedkiler bana “salak”, “beceriksiz” yada “tipsiz” gibi sıfatlarla seslenirlerdi. 1 2 3 4 5
3. Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhos olur yada uyusturucu alırlardı. 1 2 3 4 5
4. Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan birisi vardı. 1 2 3 4 5
5. Kirli giysiler içersinde dolaşmak zorunda kalırdım. 1 2 3 4 5
6. Sevildigimi hissediyordum. 1 2 3 4 5
7. Ana babamın benim dogmus olmamı istemediklerini düşünüyordum. 1 2 3 4 5
8. Ailemden birisi bana öyle kötü vurmstu ki doktora yada hastaneye gitmem gerekmişti. 1 2 3 4 5
9. Ailemdedkiler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı yada sıyrıklar oluyordu. 1 2 3 4 5
10. Kayıs, sopa, kordon yada baska sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum. 1 2 3 4 5
11. Ailemde baska türlü olmasını istediğim bir sey yoktu. 1 2 3 4 5

12. Ailedekiler birbirlerine karsı saygılı davranırlardı. 1 2 3 4 5
13. Ailedekiler bana kırıcı yada saldırganca sözler söylerlerdi. 1 2 3 4 5
14. Vücutça kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum. 1 2 3 4 5
15. Ailedekiler beni her türlü kötülükten korumaya çalışırlardı. 1 2 3 4 5
16. Bana o kadar kötü vuruluyor yada dövülüyordum ki öğretmen, komsu yada bir doktorun bunu fark ettiğı oluyordu. 1 2 3 4 5
17. Ailemde birisi benden nefret ederdi. 1 2 3 4 5
18. Ailedekiler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi. 1 2 3 4 5
19. Birisi bana cinsel amaçla dokundu yada kendisine dokunmamı istedi. 1 2 3 4 5
20. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla yada benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı. 1 2 3 4 5
21. Çocukluğum mükemmeldi. 1 2 3 4 5
22. Birisi beni cinsel seylere yapmaya yada cinsel seylere bakmaya zorladı. 1 2 3 4 5
23. Birisi bana cinsel tacizde bulundu. 1 2 3 4 5
24. Duygusal bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum. 1 2 3 4 5
25. Benim ailem dünyanın en iyisiydi. 1 2 3 4 5
26. Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum. 1 2 3 4 5
27. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi. 1 2 3 4 5
28. Gerektiği halde doktora götürülmezdim. 1 2 3 4 5

## EK-7. Araştırma İzni



T.C.  
SİVEREK KAYMAKAMLIĞI  
İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 66689391/199/1610289  
Konu: Tez Onayı Hk.

08/02/2017

KAYMAKAMLIK MAKAMINA  
SİVEREK

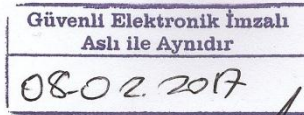
İlçemiz El Cabir Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Müdürlüğünün 07.02.2017 tarih ve 78 sayılı yazısında belirttiği; Okulun rehber öğretmeni Burak ÇÖLLÜ'nün Okul müdürlüğüne verdiği dilekçe de " Ergenlerde Duygu Durum Düzenleme Becerileri, Benlik Saygısı, Depresyon, Anksiyete ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki İlişkinin İncelemesi" konulu tez araştırmasını 6-16 Mart 2017 tarihleri arasında 50 erkek öğrenci ile El Cabir Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde ve 50 kız öğrenci ile Zübeyde Hanım Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde yapma talebi müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Nuri KAPANOĞLU  
Milli Eğitim Müdürü

OLUR  
...../02/2017  
Metin DEMİREL  
Siverek Kaymakamı

Ek :  
Yazı (2 Sayfa)



Atatürk Bulvarı Üzeri, Gazipaşa İlkokulu Bitişiği  
SİVEREK

Ayrıntılı bilgi için: Muhammet ERDUR  
Eğitim- Öğretim Bölümü Memuru

Elektronik Ağ: www.siverekmeb.gov.tr  
e-posta: adsoyad@meh.gov.tr

Tel: (0 414) 5521422  
Faks: (0 414) 5521421

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 27fa-0a3f-3eed-bfb7-2c71 kodu ile teyit edilebilir.

## **EK-8. Özgeçmiş**

### **Kişisel Bilgiler :**

Adı Soyadı: Burak ÇÖLLÜ

Doğum Tarihi / Yeri: 03.07.1992/Kartal

### **Eğitim Durumu :**

Mezun Olduğu Üniversite / Bölümü: Maltepe Üniversitesi - Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

### **Yabancı Dil (ler) ve Düzeyi:**

İngilizce - Orta

### **İş Deneyimi:**

09-02-2015 - Halen:El Cabir Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi

### **Bilimsel Yayınlar ve Çalışmalar**