



T.C

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ANNE-BABA TUTUMU VE  
BENLİK SAYGISI İLE UMUTSUZLUK DÜZEYİ ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

SELEN BÜŞRA DAMAR

YRD. DOÇ. DR. CEMAL ONUR NOYAN

İstanbul, 2015

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

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ANNE-BABA TUTUMU VE  
BENLİK SAYGISI İLE UMUTSUZLUK DÜZEYİ ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

SELEN BÜŞRA DAMAR  
124502067

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: YRD. DOÇ. DR CEMAL ONUR NOYAN

İstanbul – 2015

Gereği için arz olunur.

## **BİLİMSEL ETİK SAYFASI**

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “ Üniversite öğrencilerinde anne-baba tutumu ve benlik saygısı ile umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

02/02/2015

Selen Büşra DAMAR

İmza



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	:	
Öğrenci Adı Soyadı	:	Selen BİŞİR DAMAR
Anabilim Dalı	:	
Tez Danışmanı	:	Yrd. Doç. Dr. Cemal Onur NOYAN
Tezin Başlığı	:	

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	:		Saati	:	
Öğrenci Savunmaya	:	<input checked="" type="radio"/> 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. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,					
<input checked="" type="radio"/> OY BİRLİĞİ <input type="radio"/> OY ÇOKLUGU					
<input checked="" type="radio"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez <b>KABUL</b> edilmiştir.					
<input type="radio"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin <b>DÜZELTİLMESİ</b> için ..... ay <b>EK SÜRE</b> verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)					
<input type="radio"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin <b>REDDİLMESİ</b> kararı alınmıştır.					
Savunmada Tezin Başlığı	:	<input checked="" type="radio"/> Değişmedi.	<input type="radio"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:				
Öğrenci Savunmaya	:	<input type="radio"/> 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="radio"/> OY BİRLİĞİ ile <b>REDDEDİLMİŞTİR.</b>					

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Başkan	Erker NURMEZOV	
Danışman Üye	Yrd. Doç. Dr. Cemal Onur NOYAN	
Üye	Yrd. Doç. Dr. G. B. BAYILIMAR	
Üye		
Üye		

(Tüm durumlarda jüri üyelerinin tez değerlendirme raporları (form YL-13) gerekir.)

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

Sayı No :

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.

.....  
Anabilim Dalı Başkanı



www.uskudar.edu.tr  
REKTÖRLÜK - FAKÜLTELER - MESLEK YÜKSEKOKULU  
Alunizade Mah. Haluk Türksoy Sk. No:14 PK.34662 Üsküdar / İstanbul / Türkiye  
Tel: +90 216 400 22 22 Fax: +90 216 476 12 56 E-posta: info@uskudar.edu.tr

T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK  
(KLİNİK VE İNSAN ÜZERİNDE YAPILAN)ARAŞTIRMALAR  
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

SAYI: B.08.6.YÖK.2.ÜS.0.05.0.06 /2014 / 96

19 Aralık 2014

Sayın Yrd. Doç. Dr. Cemal Onur Noyan  
(Selen Büşra Damar)

Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'nun 03 Aralık 2014 tarihinde, 14 No.lu toplantısında değerlendirmeye almış olduğu *"Üniversite Öğrencilerinde Anne-Baba Tutumu ve Benlik Saygısı ile Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi"* adlı araştırma projenizin etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Yrd. Doç. Dr. Cumhuri TAŞ  
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar  
Etik Kurulu Başkanı

# İÇİNDEKİLER

Sayfa No

Bilimsel Etik Sayfası .....	i
Tez Kabul Formu “ .....	ii
Bilimsel Etik Kurul Formu .....	iii
Önsöz/Teşekkür .....	vi
Özet .....	vii
Summary .....	viii
Kısaltmalar / Simgeler Listesi .....	ix
Tablolar Listesi.....	x
Ekler Listesi .....	xi
<b>BİRİNCİ BÖLÜM : ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER.....</b>	<b>1</b>
1.1.Problem Cümlesi.....	2
1.2.Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Tanımlar .....	3
<b>İKİNCİ BÖLÜM- KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....</b>	<b>5</b>
2.1.TUTUM .....	5
2.1.1.Tutumun Öğeleri ve Özellikleri .....	5
2.1.1.1.Bilişsel Öğeler .....	5
2.1.1.2.Duygusal Öğeler.....	7
2.1.1.3.Davranışsal Öğeler .....	7
2.1.2.Anne-Baba Tutumları .....	8
2.1.2.1.Aşırı Koruyucu Anne-Baba Tutumu.....	9
2.1.2.2.Demokratik Anne-Baba Tutumu.....	10
2.1.2.3.Baskıcı-Otoriter Tutum .....	12
2.1.2.4.Aşırı Hoşgörülü Tutum .....	13
2.1.2.5.İlgisiz-Kayıtsız Tutum .....	13
2.1.2.6.Tutarsız-Dengesiz Tutum.....	14
2.1.2.7.Mükemmeliyetçi Tutum.....	14
2.2.BENLİK SAYGISI .....	15
2.2.1.Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler .....	17
2.2.2.Benlik Saygısı İle İlgili Yapılmış Araştırmalar .....	18
2.2.2.1.Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar .....	18
2.2.2.2.Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar .....	21
2.3.UMUTSUZLUK .....	23
2.3.1.Umutsuzluğun Nedenleri .....	25
2.3.1.1.Benlik Yitimi.....	25
2.3.1.2.İnanç Yitimi .....	25
2.3.1.3.Anlam Yitimi .....	26
2.3.1.4.Üreticilik ve Yaratıcılık Yitimi .....	26
2.3.1.5.Beden ve Organ Yitimi .....	27
2.3.2.Umutsuzluğa Kuramsal Bakış.....	28
2.3.2.1.Umutsuzlukla İlgili Bilişsel Yaklaşımlar .....	28
2.3.2.2.Umutsuzlukla İlgili Psikoanalitik Yaklaşım .....	29
2.3.3.Umutsuzlukla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	29

2.3.4.Umutsuzlukla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	33
2.3.5.Anne-Baba Tutumu, Benlik Saygısı ve Umutsuzluk Arasındaki İlişki .	35

<b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM : YÖNTEM</b> .....	37
3.1.Araştırmanın Modeli .....	37
3.2.Evren ve Örneklem .....	37
3.3.Veriler Toplama Araçları .....	38
3.3.1.Sosyodemografik Veriler Formu.....	38
3.3.2. Aile Değerlendirme Ölçeği .....	38
3.3.3. Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri.....	39
3.3.4. Beck Umutsuzluk Ölçeği .....	40
3.4.Araştırmanın İşlem Yolu.....	41
3.5.Araştırmada Kullanılan Veriler Analizi Teknikleri .....	41
<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM : BULGULAR</b> .....	42
<b>4.1:</b> Örneklemi Oluşturan Bireylerin Bazı Değişkenleri ve Sosyo-Demografik Özellikleri .....	43
<b>4.2:</b> Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....	44
<b>4.3:</b> Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Aile Değerlendirme Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması .....	47
<b>4.4:</b> Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Aile Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutundan Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (p değerleri).....	50
<b>4.5:</b> Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması .....	51
<b>4.6:</b> Örneklem Grubunun Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar ile Aile Değerlendirme Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki Korelasyonlar .....	54
<b>4.7:</b> Örneklem Grubunu Oluşturan Bireylerin Benlik Saygısı Düzeylerine Göre Aile Değerlendirme Ölçeğinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....	55
<b>4.8:</b> Örneklem Grubunu Oluşturan Bireylerin Benlik Saygısı Düzeylerine Göre Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması.....	55
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM : TARTIŞMA</b> .....	57
..... 5.1.Araştırmanın Sınırlılıkları.....	63
<b>ALTINCI BÖLÜM: SONUÇ ve ÖNERİLER</b> .....	65
<b>KAYNAKÇA</b> .....	68
<b>EKLER</b> .....	79
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	96

## ÖNSÖZ/TEŞEKKÜR

Hiç kimsenin anne babasını seçme durumu yoktur. Hal böyle olunca da gözlerimizi dünyaya açtığımızda anne babamızın tutumları kişiliğimizi şekillendirmeye başlamıştır. Kişiliğimiz bu tutumlar karşısında şekillenirken, kendimize duyduğumuz saygıda belirli oranlarda değişmektedir. Anne baba tutumları, benlik saygısına etki ederken, umutsuz olup olunmadığıda ortaya çıkacaktır. Alanyazına katkı sağlamak için tüm bu olgulardan yola çıkarak ve bu konular ile ilgili bu çalışmada anne baba tutumları ile benlik saygısı düzeyleri ve umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesine gereksinim duyulmuştur. Bu çalışmanın hazırlanıp bitmesinde bir çok kişinin emeği olmuştur.

Lisansüstü eğitimim döneminde üzerimde çok büyük emeği olan deneyimleri ve fikirleri ile bana yön gösteren ve bu çalışmamda değerli zamanından bana ayırıp yardımlarını esirgemeyen tez danışmanım ve hocam Sayın Yrd. Doç. Dr. Cemal Onur NOYAN'a teşekkürlerimi sunarım.

Yine kendileri ile tanıştığım günden beri her zaman arkamda duran, desteklerini her zaman hissettiğim tüm arkadaşlarıma şükranlarımı sunarım. Benim bu güne gelmemde hiçbir zaman haklarını ödeyemeyeceğim, benim için her şeylerini feda etmekten çekinmeyecek olan annem Zekiye DAMAR, babam İbrahim DAMAR ve kardeşim Sercan DAMAR'a minnettarım. İyiki varsınız.

Selen Büşra DAMAR



## ÖZET

(DAMAR, Selen Büşra, Yüksek Lisans, İstanbul, 2015)

### Üniversite Öğrencilerinde Anne-Baba Tutumları ve Benlik Saygısı ile Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Aile içindeki tutumlar, özellikle de anne-baba tutumları, aile üyelerinin kendilik kavramının oluşumunda ve sürdürülmesinde anahtar rol oynar. İşte bu rollerin benlik saygılarını ne düzeyde etkilediğini, umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin nasıl olduğunu bulmak ve bu sonucu literatüre katarak alandaki araştırmacılara ve okuyuculara katkıda bulunmak ve farklı bir bakış açısı geliştirmek üzere Üniversite Öğrencilerinde Anne-Baba Tutumları ve Benlik Saygısı ile Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişki İncelenmiştir. Çalışma özel bir üniversite de lisans ve yüksek lisans düzeyinde eğitim gören ve rastgele seçilen 150 gönüllü öğrenciye uygulanmıştır.

Veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından geliştirilen sosyodemografik veri formu, Aile Değerlendirme Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır.

Katılımcılardan elde edilen veriler araştırmacı tarafından kodlanmış ve SPSS 16.00 Windows paket programına aktarılarak analiz edilmiştir. Örneklemden alınan verilere “Kruskal Wallis Testi”, “Mann Whitney U-Testi”, “One Way Anova” “LSD Çoklu Karşılaştırma” “çoklu regresyon analizi” ve Pearson Momentler Korelasyon Katsayısına bakılmıştır.

Elde edilen bulgulara göre Benlik Saygısı Envanteri'nin puanı ile Aile Değerlendirme Ölçeği'nin Problem Çözme alt boyutu arasında pozitif yönde korelasyon vardır; Aile Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı, İletişim, İletişim, Duygusal Tepki Verebilme, Roller, Gereken İlgiyi gösterme, Davranış Kontrolü, Genel İşlevler alt boyutu ve Umutsuzluk arasında ilişki bulunamamıştır. Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplam puanı ile Aile Değerlendirme Ölçeği toplam puanı arasında ilişki bulunamamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Tutum, anne baba tutumu, benlik saygısı ve umutsuzluk

## **SUMMARY**

**(DAMAR, Selen Büşra, Yüksek Lisans, İstanbul, 2014)**

### **Investigation Of Parental Attitudes And The Relationship Between Self-Esteem With Hopelessness Of University Students**

In this study, parents of college students attitudes and self-esteem with the relationship between the levels of despair was investigated. . This study has been applied to the students who study bachelor and master degree a private university and 150 randomly selected volunteers. Socio-demographic data form, the family assessment scale, rosenberg self-esteem scale and the beck hopelessness scales are developed by the researchers has been used as a data collection tool.

The data obtained by the participants were coded and analyzed by using the SPSS 16.00 Windows package. "Kruskal-Wallis test", "Mann-Whitney U-test", "One Way Anova" or "One-way analysis of variance" and "LSD multiple comparison" technique and multiple regression analyzes were performed to the data obtained from the sample. Pearson's Product Moment Correlation Coefficient were measured to determine the relationship between Rosenberg Self-Esteem Inventory - Family Assessment Scale and the Beck Hopelessness Scale and between the sub-dimensions.

The findings based on Self-Esteem Inventory Family Rating Scale total score of the problem has a positive correlation between the dimensions of solving; Family Rating Scale total score, Communication, Communication, affective responsiveness, Roles Required to show interest, Behavior Control, General Functions No relationship was found between the subscales and despair. Beck Hopelessness Scale total score of the Family Assessment No relationship was found between the total score.

**Key words:** Attitude, parental attitudes, self esteem, hopelessness.

## **KISALTMALAR**

ADÖ: Aile Değerlendirme Ölçeği

APA: Amerikan Psikiyatri Birliği



## TABLolar LİSTESİ

**Tablo 4.1:** Örnekleme Oluşturan Bireylerin Bazı Değişkenleri ve Sosyo-Demografik Özellikleri

**Tablo 4.2:** Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

**Tablo 4.3:** Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Aile Değerlendirme Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

**Tablo 4.4:** Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Aile Değerlendirme Ölçeği Alt Boyutundan Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (p değerleri)

**Tablo 4.5:** Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

**Tablo 4.6:** Örneklem Grubunun Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar ile Aile Değerlendirme Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki Korelasyonlar

**Tablo 4.7:** Örneklem Grubunu Oluşturan Bireylerin Benlik Saygısı Düzeylerine Göre Aile Değerlendirme Ölçeğinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

**Tablo 4.8:** Örneklem Grubunu Oluşturan Bireylerin Benlik Saygısı Düzeylerine Göre Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

## EKLER LİSTESİ

- EK 1** Sosyo-Demografik Veri Formu
- EK 2** Aile Değerlendirme Ölçeği
- EK 3** Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri
- EK 4** Beck Umutsuzluk Ölçeği
- EK 5** Özgeçmiş

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

Aile, yaşayan sosyal bir sistemdir. Aile, fonksiyonlarını ve amaçlarını gerçekleştirebilmek için bir araya gelmiş, birbirleriyle yakından ilişkili ve birbirlerine bağlı bireylerden kurulmuş olan küçük bir birimdir. Aile içinde ilişkiler çok güçlü bağlarla bağlıdır. Öyle ki aile biriminin içerisinde meydana gelecek küçük bir değişiklik tüm sistemi etkileyebilmektedir. (Kılıçaslan, 2001).

İlk olarak karşılaştığımız ve ihtiyaçlarımızın karşılandığı en doğal ortam ailedir. ailenin çocuğun yaşamındaki önemi çok büyüktür. Bağımsız bir birey olunma aşamasında yani kendi ayaklarımızın üstünde duracak düzeye gelmesine olanak tanıyan ve bu gelişim düzeylerinin temelini atıldığı yerdir aile. Ailenin, birey üzerinde çok fazla etkisi bulunmaktadır. Gerek yetiştirme aşamasında gerekse olgunluk döneminde gerekli desteğin sağlanması ailenin temel görevlerindedir. Sağlıklı bir aile ortamında yetişen kişilerde sağlıklı bireyler olacaktır. Sağlıklı ailelerde herkesin varlığı değerlidir, düşüncelere önem verilir ve her türlü destek sağlanır. Olumlu bir aile ortamında yetişen bireyler hem kendine hem de çevresine olumlu bakacak, bu sayede olumlu benlik saygısı geliştirecektir.

Aile içindeki tutumlar, özellikle de anne-baba tutumları, aile üyelerinin kendilik kavramının oluşumunda ve sürdürülmesinde anahtar rol oynar. Sevgi ve sevecenlikle ele alınan, güvenli ve demokratik aile ortamında yetişen çocukların olumlu kendilik geliştirdikleri; belirsiz, güvensiz, soğuk aile ortamında yetişen çocukların olumsuz kendilik geliştirdikleri bilinmektedir (Kulaksızoğlu 2003; Yıldırım 2006 ; akt., Adana ve Kutlu, 2008).

Bireyin sahip olduğu yüksek ya da düşük benlik saygısı onun okul ve iş yaşantısındaki başarısını sosyal çevresiyle olan ilişkisini etkilerken benzer şekilde bireyin yaşamındaki önemli kişilerin bireye karşı tutumlarının ve bireyin gündelik yaşamda elde ettiği başarıları ve başarısızlıklarının etkili olduğu görülmüştür. Bireyin

bulunduğu sosyo - ekonomik düzeyi, cinsiyeti, ebeveynleri ile birlikte kalıp kalmaması ve fiziksel özellikler gibi pek çok değişkenin de benlik saygısı üzerinde etkili olduğu bulunmuştur (akt.Erkan ve Kaya, 2005).

Umutsuzluk, ilgi kaybı, enerji eksikliği, kliniksel depresyon içinde iyi tanınan öneminden dolayı depresif semptomlar içinde yer almaktadır. Umutsuzluk, bireyin geleceğe yönelik kötümserliği olup, depresyon ve intihar arasındaki arabulucusu konumundadır. Sağlık sorunlarının olması, aile bireylerinden birinin ya da değer verilen, önemsenen bir bireyin vefat etmesi, yaşanan stres düzeyinin bireyin gündelik yaşantısına etki etmesi, kendini bırakmak, Allah'a olan inancını kaybetmek gibi nedenlerle ortaya çıkabilir.

Umutsuzluk kavramı sosyal destek kavramı ile ilişkilidir. Birey yaşamını sürdürürken umuda ihtiyaç duyduğu gibi sosyal desteğe de ihtiyaç duymaktadır. Soriaş'a (1988) göre sosyal destek eksikliği umutsuzluğu tetikleyebilmektedir.

Yapılan araştırmalara göre düşük benlik saygısının yalnızlık, kaygı, yaşamdan hoşnut olmama, kolay öfkelenme, depresyon, intihar, suç işleme ve madde bağımlılığı ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Anne ve babayla kurulan güçlü bir ilişki, erken ergenlikten genç yetişkinliğe uzanan yıllar boyunca benlik saygısı için güçlü bir temel oluşturmaktadır (Bush, Ballard and Fremouv, 1995; Kazdin et al., 1983).

## **1.1.Problem Cümlesi**

Üniversite öğrencilerinde anne-baba tutumları ve benlik saygısı düzeyleri ile umutsuzluk düzeyi ile arasında pozitif bir ilişki var mıdır?

### **Alt Problemler / Deneceler**

- 1) Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumları ve alt boyutları ile benlik saygısı arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır.
- 2) Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri ile benlik saygısı arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.

- 3) Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri anne-baba tutumları ve alt boyutları arasında negatif yönlü bir ilişki vardır.
- 4) Üniversite öğrencilerinin belirlenen sosyodemografik özellikleri benlik saygısını anlamlı biçimde etkilemektedir.
- 5) Üniversite öğrencilerinin belirlenen sosyodemografik özellikleri anne baba tutumlarını anlamlı biçimde etkilemektedir.
- 6) Üniversite öğrencilerinin sosyodemografik özellikleri umutsuzluk düzeylerini anlamlı biçimde etkilemektedir.

## 1.2.ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinde anne-baba tutumu ve benlik saygısı ile umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkinin var olup olmadığı ile ilgili neler olduğunu belirlemektir.

## 1.3. TANIMLAR

**Tutum:** Tutum, duygusal ve davranışsal öğeleri içerisinde barındıran kişiye atfedilen bir eğilimdir. Tutumların oluşmasında zihinsel değerlendirme mekanizması da bulunur (Kağıtçıbaşı, 1999).

**Anne Baba Tutumu:** Yaşamın ilk yıllarından itibaren anne-baba ile çocuklar arasında bir etkileşim olmaktadır. Anne-baba tutumları çocukların kendine özgü tutum ve davranış geliştirmesinde büyük ölçüde etkilidir (Yavuzer, 2005).

**Benlik:** Kişiliğimizin öznel yanısıdır. Kişiliğimize ilişkin yargıların, görüş ve algılarımızın tamamını temsil eder (Kuşat, 2001).

**Benlik Saygısı:** Benlik saygısı, bireylerin kendilerini değerli hissetmesidir (Rosenberg, 1993). Benliğin bilincinde olmak, kendi özelliklerinin, yaşadıklarının,



duydularının ve kendinin farkında olmaktır. Bireylerin yaptıklarını ne için ve neden olduğunu bilmek ve bunun bilincinde olmaktır (Watkins and Watkins 2006).

**Umutsuzluk:** Bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentidir. Umutsuz bireylerin en büyük özelliği, hayata bakıştaki olumsuz tutumlar, kötümser yaklaşım ve başarısızlıktır (Tümkiye, 2005).



## BÖLÜM II

### KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 2.1.TUTUM

Tutum, duygusal ve davranışsal öğeleri içerisinde barındıran kişiye atfedilen bir eğilimdir. Tutumların oluşmasında zihinsel değerlendirme mekanizması da bulunur (Kağıtçıbaşı, 1999).

Baron ve Byrne'a göre (1977) tutum ise uzun süreli organize olmuş duygu, düşünce ve davranış eğilimleridir. Oluşan bu eğilimlerin konu alanı ise bireyler, gruplar, oluşan ya da oluşmuş olan fikirler ya da nesnelere (Akt. Cüceloğlu, 1991).

Tutum; bir nesne, kişi ve olayla ilgili bir değerlendirmedir. Yapılan bu değerlendirmeler bireyi olay, kişi ya da o nesne karşısında belirli bir şekilde davranmaya iter (Plotnik, 2009).

Ailenin çocuk üzerindeki etkileri doğum öncesinde başlamaktadır. Çocuğun doğumuna karşı ailenin çok istekli olması ya da çocuğu istememeleri, verilen duygusal tepkiler ve bu tepkilerin yoğunluğu çocuğun davranış örüntüsünü anne karnındayken bile değiştirebilmektedir (Ekşi,1990). Bireylerin tutumları sosyal hayat içerisinde her zaman önemlidir. Sosyal çevreye uyum sağlama konusunda ve davranışları yönlendirme konusunda tutumlar çok önemli bir güce sahiptir (Tufan ve Güdek, 2008).

Yapılan tutum tanımlarına bakıldığı zaman, tutumun hayatımızda çok önemli bir yere sahip olduğunu söylememiz mümkündür. Ayrıca bir olay, kişi ya da bir nesne hakkında bir düşüncemizin, bir tavrımızın olması, tecrübe ettiğimiz olayların ya da var olan bilginin bir eyleme dönüştüğünün bir göstergesi olmaktadır.

### **2.1.1.Tutumun Öğeleri ve Özellikleri**

Tutumlar, bireylerin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını etkilemektedir.(Plotnik, 2009). Tutumlarda birbiriyle uyumlu halde bulunan bilişsel, davranışsal ve duygusal öğeler bulunmaktadır. Bu öğelerin tam olarak bir tutumda bulunması tutumların güç oranını ve tutarlılığını artırmaktadır. Bu sayede birey, çevresindeki çeşitli durumlara ve nesnelere karşı oluşturduğu duyguları ve onlara karşı davranışları devamlılık gösterir. Tutumların birden fazla özellik göstermesi, tutumları karmaşık bir hale sokar. Tutumlar bilişsel, davranışsal ve duygusal öğeler sayesinde sistemli bir hale bürünür (Kağıtçıbaşı, 1988).

#### **2.1.1.1.Bilişsel Öğeler**

Sosyal çevre ile olan ilişkilerde bireyler bilgi sistemi kullanmaktadır. Gelen uyarıcıları algılayabilmek için önce gruplandırmak sonra ise grupları birbiri ile ilişkilendirmek gerekir. Bu ilişkilendirme sürecini bilişsel öğeler yerine getirmektedir. Bireylerin sahip olduğu bilgi, inançlar ve görüşler tutumun bilişsel öğesini oluşturmaktadır (Baysal, 1981).

Bilişsel öğeler, tutum konuları ile ilgili gerçeklere dayanan bilgi ve inançlar sistemlerini içermektedir. Bu bilgiyi ve inancı bireyler, doğrudan ya da dolaylı olarak edinebilir. Doğrudan edinilen bilgilerde o durumla karşılaşma, dolaylı olarak elde edilen bilgiler ise başka bir kişiden ya da basın-yayın organlarından o bilgiyi öğrenmesi gerekir (Tekarslan vd., 2000). Bir annenin çocuğuna karşı şefkatli olma zorunluluğunu ve devamlı yardım etmesi gerektiğini bilmesini bilişsel öğeler ile şu şekilde açıklanır; anne, çocuğuna karşı bu bilgiyi ve inancı edinir daha sonrada bu şekilde davranır.

Tutumların konusu ile ilgili bilgilerin gerçeklik oranlarının yüksek olması, tutumların kalıcı olmasını sağlar. Bilginin değişmesi durumunda ise tutumlarda değişiklik gösterir (Tekarslan vd., 2000). Bir konu ya da bir kişiye ait olumsuz tutumların olması, o kişi ya da konu hakkında olumsuz inançların oluşmasına sebep

olur. İnançlar ise sahip olunan tutumların duygusal boyutunun söze dökülmesidir (Morgan, 1989).

### **2.1.1.2.Duygusal Öge**

Bir tutumun duygusal boyutunun olması o tutumu gerçek bir olaydan ya da inançlardan ayırır. Duygusal boyut, bireylerin o tutuma dair duygu ve değerlendirmelerinden oluşur. Bir nesne, olay ya da kişiye dair olumlu tutumların olması, o nesne olay ya da kişiye ait olumlu duyguların beslenmesini sağlar. Tam tersinin olması durumunda ise olumsuz duyguların beslenmesini sağlar. Tutumdan bahsedilebilmesi için bilgi, düşünce ve inançlara dair olumlu ya da olumsuz duyguların bir nesneye ilişkin olarak eşlik etmesi gerekmektedir (Aydın, 2001).

Tutumların duygusal ögesi, bilişsel ögeye kıyasla daha basittir. Olumlu ya da olumsuz olarak verilen tepkilere bir ön eğilimdir. Duygusal ögesi ağır basan bir tutumun değişmesi çok zordur. Bireylerin kendisi ile alakalı konu ya da olaylara karşı tutumu daha çok duygu yüklüdür. Bu sebeple bu tür tutumların değiştirilmesi çok daha zordur (Tekarslan vd., 2000).

### **2.1.1.3.Davranışsal Öge**

Tutumların davranışsal ögesi gözlenebilen bütün davranışları içerir (Kağıtçıbaşı, 1988). Davranışsal ögeler, bireyin gözlenebilen davranış eğilimleridir. Bu eğilimler sözlü ifade olabileceği gibi hareketlerden de gözlenebilir. Burada duygusal ve düzgüsel davranış (ideal olarak belirlenmiş) birbirinden ayırmak gerekir. Duygusal davranış, tutumun hoşça giden ve gitmeyen bir durumla ilişkilendirilmesi sonucu ortaya çıkar. Düzgüsel davranış ise inançlara dayalı davranıştır. Burada önemli olan nokta ise doğru davranışın ne olduğu hakkındaki inançlardır. Bireyler, bağlı olduğu sosyal çevrede doğru olarak gördüğü bir davranışı hoşuna gitse de gitmese de yapar (İnceoğlu, 2000).

Bireyin sahip olduğu tutumlar, davranışlarda da yönlendiricidir. Bir nesneye ilişkin olumlu tutuma sahip olan bir birey, bu nesneye karşı yakınlık göstermeye, yaklaşımaya, olumlu davranmaya, desteklemeye yatkın olacaktır. Olumsuz tutuma sahip olan bir birey ise, nesneden uzaklaşmaya, eleştirmeye ya da ilgisiz kalma eğilimi gösterecektir (Aydın, 2001). Öğretmenine karşı olumsuz tutum besleyen bir üniversite öğrencisinin, her defasında öğretmenin dersine girmemek için bahane bulması bu duruma örnek olarak verilebilir.

### **2.1.2. Anne-Baba Tutumları**

Yaşamın ilk yıllarından itibaren anne-baba ile çocuklar arasında bir etkileşim olmaktadır. Anne-baba tutumları çocukların kendine özgü tutum ve davranış geliştirmesinde büyük ölçüde etkilidir (Yavuzer, 2005).

Anne-babaların eğitim düzeyleri, kişilik yapısı, ekonomik durumu gibi faktörler ebeveynlerin çocuğa karşı olan davranışlarını değiştirmektedir. Ebeveynlerin yetiştiği kültürel çevre ve bağlı olduğu etnik köken çocuk yetiştirme biçimini de değiştirmektedir. Yapılan araştırmalara göre anne-baba tutumları ile çocuğun psikolojik durumu ve davranışları arasında bir ilişki bulunmaktadır (Steinberg, 2001).

Çocukların kişilik gelişimi konusunda rol oynayan en önemli çevresel etken ailedir. Bu sebeple sağlıklı bir kişilik yapısının oluşabilmesi için anne-baba ve çocuk arasında sağlıklı bir iletişimin olması gerekir. Sağlıklı iletişim ortamında büyüyen bireylerin benlik algısı, sosyal beceriler ve farkındalık düzeyi yüksek olmaktadır (Coplan, 2004)

Anne-baba tutumlarının iki boyutu vardır. Bunlar “duygusal ilişki boyutu” ve “denetim boyutu”dur. Duygusal ilişki boyutu, çocuğu merkezde kabul eden tutumdan reddedici tutuma kadar farklılık gösterebilir. Denetim boyutunda ise, kısıtlayıcı tutumdan hoşgörölü ve ilgisiz tutuma kadar değişiklik gösterebilmektedir (Özgüven, 2001).

Anne-baba ve çocuk ilişkisinin saygı ve sevgi çerçevesinde devam etmesi aile birlikteliğinin daha uzun süreli olması için ben dilini kullanmak gerekmektedir. Çocukların kişilik gelişimine zarar vermeyen, özgüvenin kaybolmasına sebep olabilmektedir. Aileler, ben dilini kullanarak çocukların iç denetim kazanmasına imkan hazırlanmış olmaktadır. (Navaro, 2003).

Anne-baba tutumlarının tarihsel gelişimine baktığımızda ise zamanla daha fazla anne-baba tutumunun eklendiği görülmektedir. Baumrind (1972)'in yaptığı araştırmalara göre demokratik, otoriter ve hoşgörülü aile tutumları üzerine yoğunlaşmıştır. Maccoby ve Martin (1983), Baumrind'in araştırmalarından yola çıkarak otoriter, demokratik, hoşgörülü ve ilgisiz olmak üzere dört çeşit çocuk yetiştirme tutumu ortaya koymuşlardır (Akt.Darling, 1999)

Ailelerin kendilerine özgü yapıları ve kuralları bulunmaktadır. Bu yapı ve kurallar her ailede farklılık gösterebilmektedir. Bu farklılıkların olması anne-baba tutumlarının da farklılık göstermesine neden olmaktadır. Ailelerin genel tutumlarına bakıldığında bu tutumları, aşırı müdahale edici ve koruyucu tutum, demokratik tutum, ilgisiz-kayıtsız tutum ve aşırı serbest tutum olarak gruplandırmak mümkündür (Kulaksızoğlu, 2000; Özgüven, 2001).

### **2.1.2.1.Aşırı Koruyucu Anne-Baba Tutumu**

Aşırı koruyucu müdahale edici anne-baba tutumunda, çocuğun çok fazla kontrol edilmesi, çocuğa sorumluluk verilmemesi ve gerekenden fazla müdahalenin olmasıdır. Anne ve baba sürekli çocuklarını korur, çocuğun tek başına karar veremeyeceğini ve devamlı müdahale edilmesi gerektiğini düşünür. Bu tutumu sergileyen anne babalar, çocuklarının kendilerine bağımlı olması gerektiğini düşünür (Kulaksızoğlu, 2000).

Aşırı koruyucu tutumda anne, çocuğuna olan sevgisini koruyarak ve müdahale ederek gösterdiğini düşünür. Bu şekilde çocuğuna yardımcı olduğuna inanır. Çocuğunun tek başına bir şeyler yapmasına izin vermez. Bunun altında yatan sebep ise

anneninin yaşamında hissettiği yalnızlığı bu şekilde telafi etmeye çalışmasıdır (Yavuzer, 2003).

Ailelerin çocuklarını koruması ve kontrol altında tutması normal bir davranıştır. Fakat bu durum çocukların kendilerini ifade etmesini, bir birey olmalarını engellememelidir. Koruma davranışı çocukların özgürlüklerinin kazanmalarına engel olması “aşırı himayeci” olarak adlandırılır. (Kulaksızoğlu, 2000).

Bu tutum sahibi anne-babalar devamlı çocuklarının basına olumsuz bir durum gelebilir düşüncesiyle hareket ederler. Bu düşünce çocukların kişilik gelişimini olumsuz etkilemektedir. Koruyuculuk adı altında çocuklara baskı yaparlar. Çocuklar ise devamlı bu baskı ile hareket etme zorunluluğu altında kalırlar. (Öz Tan, 2007).

### **2.1.2.2. Demokratik Anne-Baba Tutumu**

Bu tutum, çocuk merkezlidir. Anne-baba ilişkisinin ve ilgisinin yüksek olduğu ve çocuğun yaşamına olumlu ve aktif bir katılımın olduğu tutumdur. Çocuklarına karşı demokratik bir tutum sergileyen anne-babalar, duyarlıdırlar ve çocuklarından çeşitli beklentileri vardır. Çocuklara karşı bir güven vardır, fikirlerine saygı duyulur ve çocuklar aileler tarafından kabullenilmiştir (Roopnarine, Church and Levy, 1990) Çocuklara karşı ceza yerine destekleme durumu vardır. Çocukların bağımsızlıkları desteklenir ve ne yaptıkları aileler tarafından bilinir (Darling, 1999)

Demokratik anne-babalar, çocuklarına saygı gösterir. Çocuklarının gelişim özelliklerine göre onları destekler ve buna uygun davranır. Her çocuğun kendine ait özellikleri olduğunu bilir, bunu kabul eder ve o şekilde davranır. Çocukların temel ihtiyaçlarının yanı sıra duygusal ihtiyaçları da giderilir. Çocuğuna karşı karşılıksız sevgi besler ve bunu her fırsatta gösterir. Çocuk ise bu sevginin ve desteğin farkındadır, ailesinin devamlı yanında olduğunu bilir. Evde anne ve babanın haklarına çocukta sahiptir. Duygu ve düşüncelerini açıkça ifade edebilir. Ailesi tarafından arkadaşça davranılan çocuk ise yaşadığı olayları, hissettiklerini rahatlıkla aile ortamında paylaşır.

Yaptığı hata karşısında ise sorunu çözmek için ailesinin desteğinin arkasında olduğunu bilir (Kulaksızoğlu, 2000).

Demokratik ailelerde çeşitli kurallar vardır ve bu kurallara uyulması beklenir. Bu kurallara uyulması konusunda çocuklara yardımcı olunur. Denetim ve ilgi mekanizması bu sayede işlemiş olur. Kurallara uyulmadığı zaman ise önceden belirlenmiş yaptırımlar uygulanır. Sorumluluk bilincinin gelişmesine katkıda bulunan bu durum sayesinde, çocuklardan özerk olması beklenir (Dönmezer, 1999). Belirlenen kurallara uyulmadığı zaman ise mahrum bırakma ve kanıt göstererek inandırma yöntemleri uygulanmaktadır. Mahrum bırakma, çocuğun hoşlandığı bir şeyin elinden alınmasıdır. Kanıt göstererek inandırma ise bir davranışın neden yapılmaması gerektiği ve yaptığı zaman neler ile karşılaşacağını açıklanmasıdır (Kulaksızoğlu, 2000).

Çocuklar bu tutum sayesinde sevgi ortamında yetişmektedirler. Fikirlerine saygı duyulmaktadır. Çocuklar bu tutum sayesinde kendilerini daha iyi tanıyabilmekte ve eksiklerinin farkında olup kendisini rahatça geliştirebilmektedir. Bu ortamda yetişen çocuklar, yetişkin olduklarında çevresine saygılı, hoşgörülü ve kendine güvenen bir birey olmaktadır (Özgüven, 2001).

Demokratik bir tutumun bulunduğu aile ortamında, çocuğa küçük yaşlardan itibaren belli sınırlar içinde özgürlük verilmektedir. Çocuğun kendisi ile ilgili durumlarda karar verebilmesine, bağımsız bir kişilik geliştirmesine; aktif, sosyal ve liderlik özelliklerine sahip, kişiler arası etkili ilişkiler kurabilen bir kişi olarak yetişmesini sağlamaktadır. Fakat fazla hoşgörü çocuğu bencil yapabilmektedir (Geçtan, 1988).

Ebeveynlerin çocuklarını desteklemeleri, onlara hoşgörülü davranmaları çocukların her şeyi yapabileceği anlamına gelmemektedir. Çocukların yapabilecekleri belirli sınırlar içerisinde belirtilmiştir. Söz hakkı olan çocukların görüşlerine saygı duyulur. Sevgi ile beslenen bu çocukların söylediklerini ebeveynler dikkatle dinler. Böylelikle çocuklar özgüven kazanır (Yavuzer, 2001).



### 2.1.2.3.Baskıcı-Otoriter Tutum

Baskıcı-otoriter aile tutumunu benimseyen ebeveynler, çocuklarını sürekli kontrol altında tutar, çocuklarının kurallara sıkı sıkıya uymasını beklerler. Sıkı bir kontrol ve baskı vardır. Kurallara uyulmazsa çocuğa ağır cezalar verilir. Çocuk, anne-babaya boyun eğmek zorunda bırakılır (Yörükoğlu, 1996).

Baskıcı ve otoriter anne-baba, disiplin konularında genellikle cezaya başvurur. Verilen cezaların genel olarak suç ile orantısı yoktur. Verilen bu cezalarda aşırıya kaçma durumu olabilir. Dövme, azarlama, bağırma, korkutma, kınama ve ayıplama en sık rastlanan ceza çeşitleridir (Geçtan, 1988).

Bu tutumda, çocuğa karşı sürekli müdahale ve denetim vardır. Ayrıca çocuk dışarıdan denetimle büyür. Çocuğun istekleri göz ardı edilmesinin yanı sıra, koyulan kurallara sorgusuz sualsiz uyulmak zorundadır. Aileler çocuklarının yerine karar verirler. Anne-baba ve çocuk arasında bir iletişimden söz edilemez (Yavuzer, 2005). Otoriter anne-babalar, katı ve cezaya dayalı bir disiplin anlayışı benimsemişlerdir. Aile ortamında iletişimden söz edilemez. Belirli standartlar vardır ve çocuk bu standartlara uymak zorundadır. Anne-babalar çocuklarını bağımsızlığını kısıtlar (Steinberg, 2007).

Çocuk anne-babaya itaat etmek zorundadır. Çocukların olumlu davranışları ödüllendirilmez. Baskı altında kalan çocuk ise duygu ve düşüncelerini açıkça ifade edemez durumdadır. Çocuk ceza almamak için, devamlı boyun eğer (Kulaksızoğlu, 2000).

Bu tutumda olan ebeveynlerin çocukların benlik algıları oldukça olumsuzdur. Kendine güvenmeyen çocuklar, yapabilecekleri işlere yapamayacakları düşüncesiyle girişmezler (Akt.Duru, 1995). Otoriter anne-babalarda çocukların sosyal yeteneklerinin gelişimi de olumsuz etkilenmektedir (Warash, et al 2001).

#### **2.1.2.4.Aşırı Hoşgörülü Tutum**

Aşırı hoşgörülü anne-babalar, çocuklarının bütün isteklerine izin verirler ve bu isteklere hiçbir sınırlama getirmezler. Bu tutumun sürekli olması çocuğun öz denetim kabiliyetinin gelişmesine engel olur. Çocuklar devamlı bir şeyler ister ve sonunda da bu istekler dayanma sınırlarını aşar, bunun sonucunda da anne-babalar çocuklarına çok sert cezalar uygular. Aynı anda hem izin verici hem de sert tutumun olması çocukları büyük bir karmaşaya iter (Ekşi, 1990).

Bu tutumda, anne baba çocuğa karşı hiçbir disiplin yöntemi uygulamaz. Yapılan yanlış bir davranışta çocuğa yaptırım uygulanmaz. Bütün davranışlar aynı tepki ile cevaplanır böylelikle çocuk, neyin doğru neyin yanlış olduğunu ayırt edemez (Adam, 2009). Aşırı hoşgörülü olan aileler çocuklarına hiçbir kural koymadıkları ve çocuklarının serbest bir ortamda büyümesini sağladıkları için her istediği olan çocuk, sürekli hizmet bekler ve başkalarını düşünmemeye başlar. Bunun sonucunda da çocuk sadece kendini düşündüğü için bencil olur.

#### **2.1.2.5.İlgisiz-Kayıtsız Tutum**

İlgisiz ve kayıtsız anne baba tutumunda ebeveynler ile çocuk arasında iletişim kopukluğu vardır. Bu tutumda çocuğun ilgi ve ihtiyaçlarına gösterilen tepki çok düşüktür. Çocuklar için yeterli zamanlar ayrılmaz ve çocuklarla kurulan ilişki yeterli değildir (Dönmezer, 1999). Temel ihtiyaçları karşılanmayan bu çocuklar, toplumda da fazlaca kabul görmezler. Saldırgan ve agresif davranışlar gösteren kişiler olabilecekleri gibi içe kapanık, hakkını savunamayan kişilerde olabilirler (Özguven, 2001).

İlgisiz tutumda anne baba çocuklarının farkında değildir, çocuklarla hiç ilgilenmemekte ve çocuklarının sorunlarını çözmelerine yardımcı olmamaktadırlar. Bunun sonucunda ise çocuk tüm işleri kendisi yapmak, karşılaştığı her türlü sorunu kendisi çözmek zorunda kalır (Bilir ve Dabanlı, 1991).

### **2.1.2.6.Tutarsız-Dengesiz Tutum**

Çocuk gelişimi konusunda disiplin önemli bir yere sahiptir. Disiplinin dengeli olması ise çocuk gelişimine olumlu katkıda bulunur. Anne-babadan herhangi birisinin engelleyici, diğerinin ise hoşgörülü olması o aileyi tutarsız-dengesiz tutum sahibi yapmaktadır. Ayrıca bir gün hoşgörülü diğer gün sınırlayıcı olan ebeveynlerin çocuklarında da davranış bozuklukları görülebilir (Ekşi, 1990).

Bu tutum anne veya babanın kendi içerisindeki tutarsız olmasının yanında ebeveynlerin birbirinden farklı yetiştirme tutumuna sahip olması şeklinde de kendini gösterebilir. Anne babanın kendi içinde hem de kendi aralarında tutarlı davranması çocukların psikolojik gelişimi açısından çok önemlidir (Dönmezer, 1999).

Özellikle anne ile babanın çocuğunun yanında birbirlerinin tutumunu eleştirmesi, biri kızdığında diğerinin kayırması, çocukta görülen bir problem için diğer ebeveyni suçlaması sıklıkla karşılaşılan olumsuz tutumlardır (Yavuzer, 2005).

Ebeveynlerin tutarsız olması, çocuğun değer yargılarının oluşumunu güçlendirmektedir. Çünkü kendi davranışlarına rehberlik edecek dengeli bir anne ya da baba bulamamaktadır. Anne-baba aynı davranışların sonunda bazen ödüllendirir, bazen ceza verir bazen de görmezden gelebilir. Saldırgan davranışları bazen ceza, bazen de ödülle karşılanan bir grup çocuk üzerinde yapılan bir araştırmada çocukların, daha tutarlı bir disiplinle yetiştirilmiş çocuklara oranla, cezaya karşı direnç gösterdikleri ve saldırgan davranışlarının kolayca ortadan kaldırılamadığı gözlenmiştir (Geçtan, 1988).

### **2.1.2.7.Mükemmeliyetçi Tutum**

Mükemmeliyetçi tutum sahibi ebeveynler, çocuklarına aşırı bir şekilde yüklenirler. Özellikle çocuklarının başarılı olması için yüklenirler. Anne-baba beklentisiyle çocuğun becerileri arasında fark olduğunda ise çocuk kendi gözünde yavaş yavaş değerini yitirir (Geçtan, 1988).

Bu aile tutumuyla yetişen çocuklar iyi olduklarında anne ve babaları tarafından sevineceğinin düşünürken başarısız olduklarında ise bunun tam tersini düşünürler. Bu tutumla yetişen çocuklar diğer bireylere karşı koşullu sevgiyle yaklaşır. Bu çocuklar da mükemmeliyetçi olurlar ve hata kabul etmezler. Hayatlarında başarılı olabilirler fakat insan ilişkileri konusunda aynı başarıyı yakalayamazlar (Öz Tan, 2007).

## **2.2.BENLİK SAYGISI**

İnsanlar, düşünür, görür, duyar ve bilir. İnsanlar, kendi yeteneklerini geliştirme gücüne sahiptir. Yetenekleri geliştirme ve davranışlarına yön veren temel güdünün benlik kavramıdır (Bilgin, 2003). İnsanların benlik kavramı doğum itibaren gelişmeye başlar. Sağlığın benlik kavramı üzerinde önemli bir rolü bulunmaktadır. Anne ve babanın çocuğun duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını gidermesi ve bu ihtiyaçlarla ilgilenmesi benlik kavramı üzerinde olumlu etkiye sahiptir. Bu ihtiyaçların giderilmesi çocukta güven duygusunun gelişimine katkıda bulunmaktadır (Özer ve Özer, 2001). Benlik kavramı kişiliğimizin öznel yanıdır. Kişiliğimize ilişkin yargıların, görüş ve algılarımızın tamamını temsil eder (Kuşat, 2001). Benliğin bilincinde olmak, kendi özelliklerinin, yaşadıklarının, duyduklarının ve kendinin farkında olmaktır. Bireylerin yaptıklarını ne için ve neden olduğunu bilmek ve bunun bilincinde olmaktır (Watkins and Watkins 2006).

Benliğin bir bölümü birey tarafından doğum öncesi dönemde çeşitli uyaranlar kanalıyla elde edilir. Bu uyaranların yorumlanması ile algılar, algıların birleşmesiyle de kavramlar meydana gelir. Bireyin kendisiyle ilgili anlamlı hale gelen ben algıları, basit ben kavramlarını oluşturur. Basit ben kavramları da birleşerek ben kavramlarını oluşturur. Ben kavramlarının birbiriyle etkileşmesi ve birleşmesiyle de benlik ortaya çıkar (Kuzgun, 1988). Pragmatizmin kurucusu olan William James, benlik kavramıyla ilgili araştırma yapan ilk psikolog olarak kabul edilir. James, benlik saygısı kavramının hedef ve beklentiler ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Başarmak istediklerini elde eden bireylerin benlik saygısı yüksektir, tam tersi durumda ise benlik saygısı düşer (Kavas, 2002). Benlik saygısı, bireyin bağımsızlığını kazanması, yaşamını verimli geçirmesi, diğer bireylerle sağlıklı ve sürekli iletişim kurması, çevreye yüksek düzeyde uyum

göstermesi, değer istemlerini geliştirmesi, başarılı olması, geleceği doğru planlayabilmesi gibi yönlerden önemlidir(Aşçı 1999, King et al., 2000). Rosenberg'e göre (1965; akt.Turan, 2010) yüksek benlik saygısı, bireyin kendini beğenmesi değildir. Benlik saygısı, bireylerin kendilerini değerli hissetmesidir. Düşük benlik saygısı ise bireyin kendini kabul etmemesi ve değersiz hissetmesidir. Ayrıca kendini beğenmeme ve kendinden nefret etme duygularını da içerir.

Benlik saygısı, bireyin kendisini algılamasıdır. Kendini yetenekli, başarılı ve değerli biri olarak algılama derecesidir. Bireyin kendisini değerlendirmesi, olumlu bir kişilik özelliğinin göstergesidir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler, kendini kabul edilmeye ve değer verilmeye layık birisi olarak görür. Olumsuz benlik saygısına sahip olan bireyler ise kendisini önemli olmayan, kendine güvenmeyen ve sevilebilirlik düzeyi düşük olarak görmeye meyillidirler. Özgüven, kendini kabul ve değerli olma duygularının toplamı benlik saygısını oluşturur. Güvensizlik ve değersizlik ise benlik saygısının düşmesine neden olmaktadır (Temel ve Aksoy, 2001).

Benlik saygısı yüksek olan bireylerin beklentileri de yüksektir. Çünkü benlik saygısı yüksek olanlar, yapabileceklerinin farkındadır ve kendilerinden bu performansı beklerler. Kendileri hakkında olumlu tutumları vardır, yaşantılarındaki başarılar bu bireylerin kendine güvenmesini sağlar. Bu sayede bireyler kendi görüş ve düşüncelerini rahatlıkla savunabilir (Tufan ve Yıldız,1993).

İnsanların düşündükleri, söyledikleri, yaptıkları, hayata bakışı, diğer insanların kendisine bakışı ve yaptığı seçimler gibi konular benlik saygısının düzeyini belirlemektedir (Sanford ve Donovan, 1984).

Benlik saygısının yüksek olması bireyin, problemle başa çıkma becerileri, mücadele etme ve mücadeleden vazgeçmeme, girişken olma, mutlu ve uzun ömür ile ilişkilidir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler, grup içinde konuşmaya istekli olmakla birlikte, insanlar üzerinde olumlu izlenimler bırakırlar (Baumeister et al., 2003). Düşük benlik saygı ise depresyon, intihar eğilimi, yeme bozuklukları, kaygı gibi problemlerle ilgili olmasının yanında akademik başarısızlık, madde kullanımı, şiddet, suç gibi

problemlerle de ilişkilidir (Mann et al.,2004; Donnellan et al., 2005). Düşük benlik saygısına sahip bireyler, kendilerini daha fazla yalnız hissetmektedirler (McWhirter et al., 2002).

Benlik saygısıyla bu tanımlara bakıldığında, bireyin kendini benimsemesi sonucunda, kendisinde oluşan tutarlılık, sevgi, saygı ve güven duygusu olduğu söylenebilir. Birey, üç kaynakla benlik saygısını geliştirebilmektedir. Bunlar: Bireysel yeterlilik, başkalarının saygısı ve kişinin bu kaynakları kendisi değerlendirmedeki başarısıdır. Bu kaynaklar, bireyde duygusal ve bilişsel benliğin oluşmasına olanak sağlayarak benlik saygısını destekler (Özkan, 1994).

### **2.2.1.Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler**

Benlik ve benlik saygısının gelişiminde kalıtsal ve çevresel faktörler belirleyici olmaktadır. Kişinin aile ortamı, kalıtımsal özellikleri, fiziki yapısı ve yaşadığı yerin coğrafi özelliklerinin benlik saygısını etkilediği bilinmektedir (Özkalp, 2004).

Benlik kavramı, bireyin çevresindeki önemli kişilerin kendisine ait düşünce ve değerlendirmelerine göre değişiklik gösterebilmektedir. Aile üyeleri ve öğretmenleri önemli kişiler adı altında düşünülebilir (Temel ve Aksoy, 2001).

Benliğin olumlu ya da olumsuz algılanması, bireyin yaşadığı yerin eğitim sistemi, ekonomik sistemi, inanç sisteminden bağımsız düşünülemez. Yaşadığı olumlu ya da olumsuz etkileşimler ile bu sistemlerin bir arada olması bireyin psikolojik gelişimini ve davranış örüntülerini belirlemede etkili olmaktadır (Danış, 2006).

Seattles ve arkadaşları (1966), bireyin yetiştiği ortam ve koşullarının benlik saygısının ve kimliğinin oluşmasında önemli bir rolü olduğunu belirtmektedirler. Medinnes (1965), ergen bireylerin benlik saygısında, annenin çocuğu yetiştirme tarzının, babanın rolüne göre daha önemli olduğunu ileri sürmektedir. Gecas ve Schwalbe (1986), ebeveyn davranışının ergenin benlik saygısına etkisini araştırmıştır. Yapılan araştırmanın sonucuna göre, ergenlerin benlik saygılarının ebeveyn davranışları

ile yakından ilişkili olduğu, erkek ergenlerin benlik saygıları ebeveyn kontrolünden daha fazla etkilenirken, kız ergenlerin benlik saygıları daha fazla ebeveyn desteğine ve katılımına bağlı olduğunu saptamıştır. (akt.Temel ve Aksoy, 2001). Benlik saygısı kavramı ele alındığında aileden ayrı bu kavramı düşünmemek gerekir. Anne-babanın eğitim düzeyinin yükselmesi, çocukların da benlik saygılarını artırmakta ve kendine güven duyguları gelişmektedir (Demiriz ve Öğretir, 2007).

Yavuzer, benlik saygısının, eğitim düzeyi, kişinin mesleği, ekonomik durumu gibi birçok etmeden etkileneceğini düşünerek bu konu ile ilgili çeşitli araştırmalar yapmıştır. Yapılan araştırmalar sonucunda ise, cinsiyet, anne-baba ilgisi, spor yapmak, kardeş sayısı ve doğum sırası, anne-babanın eğitim düzeyi ya da babanın mesleği ve akademik başarının benlik saygısı üzerinde etkili olacağını savunmuştur (Yavuzer, 2000).

Benlik saygısında birçok etken gibi aile de önem taşımaktadır. Anne-babanın eğitim düzeyi yükseldikçe, çocukların da benlik saygılarıyla artmakta ve kendine güven duyguları gelişmektedir (Demiriz ve Öğretir 2007).

## **2.2.2.Benlik Saygısı İle İlgili Yapılmış Araştırmalar**

Benlik saygısı ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında çeşitli araştırmalar yapılmıştır.

### **2.2.2.1.Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar**

Özkan, 1986-1987 yılında üniversite öğrencilerine Benlik Saygısı Ölçeğini uygulamıştır. Bu araştırmaya katılan deneklerin benlik saygılarının; cinsiyet, anne-babanın eğitim durumu, ailenin ilgisi ve sosyo-ekonomik durumla ilişkisi tespit edilmiş, yaş ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kızların erkeklerden daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları tespit edilmiştir (Özkan, 1987).

Güngör (1989)'un yaptığı araştırmada, araştırmanın bağımlı değişken olan özsaygı düzeyini ölçmek için yeni bir özsaygı ölçeği geliştirilmiştir. Araştırmanın

sonucunda ise kız ve erkek öğrenciler ile lise bir ve lise son sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeyleri arasında önemli bir fark bulunmamıştır. Doğuş sırasına göre ailenin ilk ve son çocuklarının özsaygılarının, ortanca olanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kendilerini akademik yönden başarılı olarak algılayan öğrencilerin özsaygıları, kendilerini başarısız olarak algılayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Ailenin gelir düzeyi yükseldikçe, öğrencilerin özsaygı düzeylerinin de yükseldiği görülmektedir. Anne ve babalarının öğrenim düzeyleri "orta" ve "yüksek" olan öğrencilerin özsaygıları, öğrenim düzeyi "düşük" anne ve babaların çocuklarına göre daha yüksek bulunmuştur. Anne ve baba mesleğine göre öğrencilerin özsaygıları arasında bazı farklılıkların olduğu görülmüştür. Ayrıca, en düşük özsaygı düzeyinin anneleri çalışmayan öğrenciler ile, babaları işsiz olan öğrencilere ait olduğu tespit edilmiştir. Yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki okul öğrencilerinin özsaygı düzeylerinin, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki okul öğrencilerine göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yaşamlarının çoğu büyük ve küçük kentte geçen öğrencilerin özsaygılarının, köyde ve kasabada geçenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aileleri ile olan ilişkileri iyi olan ve anne-babaların demokratik olduğunu belirten öğrencilerin özsaygı düzeylerinin, aile ile olan ilişkileri bozuk olan ve anne-babalarını otoriter bulan öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Cerit-Aksoy (1992), Lise son sınıfta öğrenim gören öğrencilerin özsaygı ve denetim odağı gelişimlerinin incelenmesi amacı ile yapılan bu çalışmada alt sosyo-ekonomik düzeyden 400, orta sosyo-ekonomik düzeyden 400, üst sosyo-ekonomik düzeyden 400 öğrenci basit tesadüfi örnekleme tekniği ile seçilerek araştırmaya dahil edilmiştir. Toplam denek sayısını 600 kız, 600 erkek olmak üzere 1200 öğrenci oluşturmuştur. Çalışmanın sonucunda; benlik saygısı ile cinsiyet, yaş, ailede kaçınıcı çocuk olduğu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkili olmadığı; kardeş sayısı, annenin öğrenim durumu ve babanın öğrenim durumu ile benlik saygısı arasında ise anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Tarhan (1995), lise öğrencilerine yaptığı bir araştırmada, beden algısı olumlu ve olumsuz olan öğrencileri cinsiyetlerine, yaşlarına ve ebeveynlerinin öğrenim durumuna göre karşılaştırmıştır. Yapılan bu araştırmaya göre beden imajının, benlik saygısı



üzerindeki etkisini anlamlı bulmamıştır. Aynı örnekleme grubunun ders dışı faaliyetlere katılma durumlarına ve ailelerinin aylık gelirlerine göre karşılaştırıldıklarında ise beden imajının benlik saygısı üzerindeki etkisini anlamlı bulmuştur. Aynı çalışmada öğrenciler yaşlarına, cinsiyetlerine, ailelerin aylık gelirlerine, ana babanın öğrenim durumlarına, ders dışı faaliyetlere katılma durumlarına göre karşılaştırıldıklarında beden imajının akademik başarı üzerindeki etkisi anlamlı bulunmuştur.

Duru (1995), İlkokul 5. sınıf öğrencilerinin benlik saygıları ile ana baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasına, 300 öğrenciyi dahil etmiştir. Bu çalışmada Piers Harris Benlik Kavramı Ölçeği, Ana-Baba Tutumu Envanteri ve kişisel bilgi formunu kullanmıştır. Yapılan bu çalışmaya göre benlik saygısı ile cinsiyet, doğum sırası, anaokuluna gitme, annenin ve babanın öğrenim durumu arasında anlamlı bir ilişkili olmadığı görülmüştür.

Yüksekkaya (1995), Üniversite öğrencilerinde benlik saygısını çeşitli değişkenler açısından incelediği çalışmasına, benlik saygısı ile cinsiyet, yaş, annenin ve babanın öğrenim durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Benlik saygısının kardeş sayısı ile ilişkili olduğu saptanmıştır.

Çankaya (1997), lise son sınıf öğrencilerinin benlik saygılarını, akademik başarısını ve sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Örnekleme sınıf ortamında Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Sınav Kaygısı Envanteri uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda ise düşük benlik saygısına sahip öğrenciler, yüksek benlik saygısına sahip olan öğrencilere oranla daha yüksek sınav kaygısına sahip olduğu saptanmıştır. Ayrıca, sonuçlar kızların erkeklere oranla daha fazla sınav kaygısına sahip olduklarını ortaya çıkarmıştır. Bulgular ayrıca başarı yüksek olan kızların, başarısı yüksek olan erkeklere oranla daha fazla sınav kaygısına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Sporcuların atletik yeterlilik ve toplam benlik saygısı puanları sporcu olmayanlardan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Yegül 1999). Tiryaki (2000) yaptığı çalışmada, spor yapanların yapmayanlara göre daha sosyal ve duygusal yönden dengeli olduğunu belirtmiştir.

Gönüllü tarafından, liselerde öğrenim gören öğrencilerin kimlik gelişimi ve geleceğe yönelik beklentilerini belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmada belirlenen kıstaslara göre 532 öğrenci üzerinde çalışılmıştır. Araştırma sonucuna göre annelerin ev dışında çalışması, öğrenim düzeyleri, babanın öğrenim düzeyi, ailenin ekonomik durumu ve kendileri hakkında kararlar alabilme durumları ile okul grubu arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu tespit edilmiştir (Gönüllü, 2003).

Benlik saygısı ile algılanan okul başarısını inceleyen çalışmaların büyük bir kısmında akademik başarı arttıkça benlik saygısının da arttığı saptanmıştır (Çankaya, 2007; Dilmaç ve Ekşi, 2008; Yenidünya, 2005). Bal'ın (2006) ilköğretim öğrencileri ile yaptığı çalışmada başarıyı algılamaya göre benlik saygısının farklılık göstermediği sonucu bulunmuştur.

2011-2012 öğretim yılı içerisinde rastgele seçilen 300 lise-2 ve lise-3. sınıf öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada ergenlerin benlik saygısı ile sosyal kaygı ve onun bütün alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Olumlu beden imajına sahip olan ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin, olumsuz beden imajına sahip olan ergenlerden yüksek olduğu saptanmıştır. Benlik saygısı yüksek olan ergenlerin genel sosyal kaygı, sosyal kaçınma, kritize edilme kaygısı ve değersizlik duygusu düzeylerinin olumsuz beden imajına sahip olan ergenlerden düşük olduğu görülmektedir (Eriş ve İkiz 2013).

#### **2.2.2.2.Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar**

Bachman ve O' Malley (1983)'in 10 yıl süreyle lise son sınıf öğrencilerini kapsayan büyük bir örneklem grubuyla yaptığı araştırmada, ergenlik döneminde benlik saygısındaki değişimin nedenlerini öğrenmek istemiştir. Çalışmada ölçek olarak, Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda; benlik saygısının 13 yaşından sonra arttığı ve bunda da büyümenin, çevre özelliklerinin, toplum içerisinde yetişkin rolü üstlenmeye başlama sonucunda ayrıcalıkların artmasının etkili olduğu saptanmıştır.

Fiziki çekicilik, entelektüel yetenek ve sosyo-ekonomik durumun, 15, 16, 17 ve 18'li yaşlarda benlik saygısının oluşumuna katkıda bulunduğu görülmüştür.

Buri ve arkadaşlarının (1988) yaptığı çalışmada, ergen bireylerin benlik saygısına, ebeveyn otoriterliğinin ve güvenilirliğinin etkilerini incelemiştir. Çalışmanın sonucunda, anne-baba otoriterliği ve güvenirliliği ile ergen bireylerin benlik saygısı arasında doğrudan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Otoriter tutumlu ailelerin, ergenlerin kişisel potansiyellerini sınırladığı ve ergeninde benlik saygısını zayıflattığı saptanmıştır. Güvenilir ailelerin ise ergenlerin benlik saygısını olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Güvenilir ailelerin, bireyleri aile içinde alınacak kararlara katmasının benlik saygısının artışında önemli olduğu ifade edilmektedir .

Chubb ve arkadaşlarının (1997) yaptıkları ve 4 yıl süren çalışmada 9.sınıf öğrencilerinde benlik saygısı ve denetim odağının lise yıllarında değişip değişmeyeceği ve bu değişkenlerde cinsiyet farkının olup olmadığı konusu araştırılmıştır. Yapılan çalışmada kız öğrencilerin düşük benlik saygısı puanının denetim odağında anlamlı derecede etkili olduğu bulunmuştur .

Larson ve arkadaşları (1992) Danışma Tahmin Envanteri'ni (Counseling Self-Estimate Inventory) geliştirdikleri çalışmada, kendini yeterli düzeyde hissedilen danışman adaylarının benlik tasarımlarının daha yüksek olduğunu ve yetkinlik kaynaklarına müdahale edilmediğinde, yetkinliğin zaman içinde kararlılık gösterdiğini saptamışlardır. Eğitim düzeyinin yükseldikçe; danışman adaylarının, danışman yetkinlik beklentisi algılarının da anlamlı biçimde yükseldiği ortaya çıkmıştır.

Üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada, yalnızlık ile benlik saygısı arasındaki ilişki saptanmaya çalışılmıştır. Çalışmanın sonucunda ise yalnız öğrencilerin olumsuz benlik algısına ve yetersiz sosyal becerilere sahip olduklarını düşündükleri saptanmıştır. Diğer bireyleri ise genellikle olumsuz, yabancılaşmış ve dışlanmış olarak tanımlarlar. (Jones, Freeman and Goswick, 1981).

Benlik algısı ve benlik saygısıyla ilgili araştırmaları sporla açıklamaya çalışan araştırmalarda olmuştur. Yapılan bir araştırmada egzersiz programlarının, benlik saygısı düzeyinde anlamlı artışa öncülük ettiği saptanmıştır (Weinberg and Gould 1995). Egzersiz yapma ile benlik saygısı ve beden algısı arasında dolaylı bir ilişki olabileceği öne sürülür (Aine and Lester 1989).

Buri ve Kircher (1993), yaptıkları çalışmada benlik saygısı düzeyleri ile anne-babaların düşmanlık düzeylerini, ahlaki değerlere sahip olma değişkenine göre incelemiştir. Yapılan çalışmanın sonucunda ise ergen bireylerde ahlaki değerlere sahip olmanın tek başına benlik saygısının tamamlayıcısı olmayacağı tespit edilmiştir.

Küresel ve akademik benlik saygısı ile ergenlerde görülen sağlıksız davranışlar arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada ise intihar düşüncesi, yeme problemi, ilaç kullanımı gibi davranış ve düşüncelerin, benlik saygısı tarafından etkilendiği belirlenmiştir. Erken cinsel aktiviteler ve ilaç kullanımı ile akademik benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (Williams and Mcgee, 2000).

Chapman ve Mullis (2002), ortaokul ve lise öğrencilerine yaptığı bir çalışmada 1967 yılında geliştirilen ve şimdiye kadar birkaç kez revize edilen Coopersmith Benlik Saygısı Envanterini uygulamışlardır. 58 maddelik envanterin 25 maddesinin 6 maddesinde cinsiyet farklılığının ortaya çıktığını belirlemiş ve bu maddelerin beşinde erkeklerin yararına sonuçlar bulunduğunu ve erkeklerin benlik saygısı puanlarının kızlarınkinden daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

### **2.3.UMUTSUZLUK**

Bireylerin geleceğe yönelik olumlu beklentilerinin olması umut kavramı ile açıklanabilir. Gelecek yaşantılarına dair olumlu düşüncelerinin olması ve herhangi bir olumsuz durumla karşılaşacağı zaman zorluklarla başa çıkabilme düşüncesi, kişinin umuda sahip olduğunun göstergesidir (eliken ve Erkorkmaz, 2008).

Kutlu (1998)'ya göre umut, herhangi bir alandaki olumlu sayılabilecek beklentileri ifade eder. Umut, bireyi harekete geçirmek için güdüleyen ve iyi olma duygusu veren bir özelliktir. Bireyin yaşamını zenginleştirir ve yaşama dair motivasyonunu artırır. Bireyler umutlu olma konusunda farklı kapasitelere ve umudu sürdürmek için de farklı yaklaşımlar sergileyebilmektedirler (Güner, 1999).

Umutsuzluk kavramı ise bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentidir. Umutsuz bireylerin en büyük özelliği, hayata bakıştaki olumsuz tutumlar, kötümser yaklaşım ve başarısızlıktır (Tümkiye, 2005). Umutsuzluk, bireyin geleceğe yönelik kötümser olmasıdır. Ayrıca umutsuzluk, depresyon ve intihar arasındaki arabulucudur (O'connor and Sheey, 2000).

Umutsuzluk, tıpkı umut gibi kişinin amaçlarına ulaşabilme ihtimalinin bir yansımasıdır. Umutsuzlukta, belirlenen amaçların gerçekleştirilebileceğine karşı beklentilerinin yok olması ve başarısızlık yargısı vardır. Umutta ise yapılan planların uygulanabileceği düşüncesi vardır. Bireysel ve durumsal farklılıklardan ötürü bu iki kavramın ortaya çıkış biçimi farklılık gösterir (Dilbaz ve Seber, 1993).

Umutsuzluk, üretkenlik becerilerini, olay ve karşılaşılan problemlere etkili çözümler getirebilme özelliğini, var olan bilgilerin etkin olarak kullanılabilmesi becerilerini ve başarılarını olumsuz etkilemektedir (Şengül ve Güner, 2012).

Bazı araştırmacılar umutsuzluğun temelini, geçmişte yaşanmış olumsuz bir olaya dayandığını savunmuştur. Meydana gelen olayların sebepleri ile olayın sonucunda ortaya çıkan olumsuz sonuçları ve bireyin kendi üzerindeki etkisi hakkında düşünmeye zorlar ve sonucunda da umutsuzluk ortaya çıkar. Çaresizlik, umutsuzluk, kararsızlık, suçluluk duygusu gibi kişinin yaşamına etki edecek olumsuz durumlar ortaya çıkar bu duygularda umutsuzluğa eşlik eder (Ağır,2007).

Ülkemizde sosyal ve ekonomik boyutta yaşanan sıkıntılar, eğitim sisteminde hala bir takım eksikliklerin bulunması ve geleceğe dair kaygıların olması ülkemizde yaşayan genç nüfusun psikolojik durumlarını olumsuz etkilemekte ve onlarda geleceğe

yönelik umutsuzluk duygusunu oluşturmaktadır (Özmen vd, 2008). Ülkemizde öğretmenlerin, öğretim görevlilerinin ekonomik ve sosyal statü gibi boyutlarda yaşadığı sorunların, bu mesleği icra eden bireylerin geleceğe ilişkin bakış açısını ve meslekle ilgili duygularını olumsuz yönde etkilediği görülmektedir. Bu etkiyle öğretmen adayları mesleğe kendilerini yeterince hazırlayamayabilir ve çeşitli uyum sorunlarıyla karşılaşabilirler (Ceyhan, 2004).

Umutsuzluğun yapılan tanımları bakıldığında, yaşantıların değerlendirilmesinde negatif bilişsel yapıların kullanılmasına önderlik ettiğini söylemek mümkündür. Aynı zamanda umutsuzluk, geleceğe dair inançsızlığı ve isteksizliği ifade eder.

### **2.3.1.Umutsuzluğun Nedenleri**

#### **2.3.1.1.Benlik Yitimi**

Benliğin kendini geliştirecek ortam bulamaması sonucunda engellenir ve böylelikle gerçek öz ile yalancı öz arasında çatışmaya sebep olur. Bu çatışmanın sona ermesi ise gerçek özün, bilinçten uzaklaşıp baskı altına alınması ile gerçekleşir. Çatışma bilinç düzeyinden uzaklaşıp, yoğunluğunu yitirmektedir. Yaşamı sürdürme ihtiyacı ve parçalanmama arzusu, gerçek özün eylem alanından çekilmesi ile mümkün olur. Umutsuzluk, kurtuluş olasılığı mümkün olmayan çatışmalara yakalanmış olma duygusudur. Gerçek özün yitilmesi, kişinin kendi yaşamında aktif ve belirleyici bir güç olmamasına, yüzeysel bir canlılığa rağmen kendi duygularını hissetmemesine, kendi sorumluluğunu üstlenememesiyle gerçek bir içsel özgürlükten yoksun olmasına sebep olur (Horney, 2007).

#### **2.3.1.2.İnanç Yitimi**

İlk çocukluk izlenimleri, bireyin kendisine, yaşama inanmalarında ve güvenmelerinde büyük rol oynamaktadır. Bireylerin hayata bakış açılarını ilk çocukluk dönemindeki izlenimleri belirlemektedir. Çocukluklarını doğru dürüst yaşamayan

çocuklar, yaşama dost olmamakta, karamsar bir dünya görüşüne sahip olmaktadır. Bunun yanı sıra eğitimde işlenen çeşitli hataların olması da bu konuda büyük rol oynamaktadır. Çok sıkı ve sert bir eğitimin olması ya da aşırı sevecenlikle çocuğu saran bir eğitim modelinin olması da çocuğun kendine, başkalarına ve yaşama olan inancında olumsuz etkiye sahip olmakta ve çocukların yaşama sevincinin doğmasını engellemektedir (Adler, 2002).

İnsanların inançlarını yitirmesi, umutsuzluğun kapısını aralamalarına neden olmaktadır. Kişinin kendi yaşamına, ailesine, hedeflerine ve geleceğe karşı olan inancını yitirdiğinde umutsuzluk ortaya çıkmaktadır. İnanılacak bir kişi ya da bir durumun olmaması, umutsuzluğa sebep olacağı gibi hayal kırıklıklarına ve çevresine nefretle bakmasına da sebep olabilmektedir.

### **2.3.1.3.Anlam Yitimi**

Hayat, ya yaşanmamış olmaktan dolayı anlamını kaybederek anlamsızlaşmakta ya da acı, ölüm, travmalar vs. gibi olumsuz durumlar hayatı anlamsız bırakabilmektedir. Eğer kişi hayatını dolu dolu yaşayabilirse, bu durumda hayat, yaşanmamış olmaktan dolayı anlamını kaybetmemektedir. Eğer kişi, yaşadığı acı, kaza hatta ölümden bile bir anlam bulursa yine hayat bu durumda da anlamını kaybetmemekte, anlamsızlaşmamaktadır. Acı, bir özverinin anlamı gibi bir anlam bulduğu anda acı olmaktan çıkmaktadır. Fakat kişiler maruz kaldıkları acıları, güçlükleri, kendi içsel güçlerine yönelik bir sınav olarak almayıp, yaşamlarını ciddiye almaz, anlamsız bir şeymiş gibi küçümserlerse gözlerini kapayıp geçmişte yaşamayı tercih ederlerse bu insanlar için yaşam anlamsızlaşmaktadır (Frankl, 1997; Fromm, 1995).

### **2.3.1.4.Üreticilik ve Yaratıcılık Yitimi**

Yaratıcılık ve üretkenlik, bireylerin var olan potansiyellerini gösterme konusunda çok önemli bir yere sahiptir. Yaratıcılık ve üretkenlikten yoksun bir birey, güçsüzlük ve korkuya kapılıp umutsuzluğa düşmektedir. Bazı insanların olgunluk döneminde umutsuzluğa düştükleri görülmektedir. Bireylerin olgunluk dönemi, üretken

bir yaşam geçirmiş olmanın verdiği doyum ile yıllarını anlamsız ve boşa geçirmiş olmanın verdiği mutsuzluğun arasındaki çatışma ile belirlenmektedir. Yaşamını, üretken olarak geçirmiş olan kişiler, ürettiklerinden mutluluk duymaktadır. Üretken olmayan kişiler ise inançsızlığın esiridir. Çünkü o kişiler var olan yeteneklerini kullanamamışlardır bu sebeple inançsızlık, umutsuzluk duygusu ile baş başa bırakılmıştır (Geçtan, 1988).

### **2.3.1.5.Beden ve Organ Yitimi**

Bedensel sakatlık ya da organ kaybı ile sonuçlanan kazalardan sonra kişiler psikolojik sarsıntılar geçirmektedir. Bu durum yerini ağır bir depresyona bile bırakabilmektedir. Zira bu durumda kişiye “kendine acıma, diğer insanlardan ayırma ve umutsuzluk duyguları” hakim olmaktadır. Kaybının bilincine varan kişi kendisine bir yas dönemi ilan etmektedir. Bu durum kişiliğin yeniden düzenlenmesi için gerekli bir bakıma da faydalı olabilmektedir. Çünkü kişinin eksik organla yeniden doğması, eski halinin yok edilmesi gerekmektedir. Kişinin içinde bulunduğu umutsuzluk duygusu ve bunun sebep olduğu depresyondan kurtulabilmesi, kişilik yapısının sağlamlığına ve durumu kabullenmede çevresindeki kimselerin desteğine bağlı olmaktadır. Aksi takdirde kişinin umutsuzluktan kurtularak normal yaşama dönmesi pek kolay görülmemektedir (Geçtan, 1988).

Organ yetersizliği ile dünyaya gelmiş olmakta kişilerin umutsuzluğa düşmelerinde önemli bir etkendir. Organ yetersizliği ile dünyaya gelen çocuklar, hayatı omuzlarında ağır bir yük gibi görmekte olup, kolayca karamsar bir dünya görüşüne sahip olabilmektedir. Dolayısıyla bu tür çocuklara karşı soğuk bir takım davranışlar sergilenmiş olması, onlar da sevgisiz bir dünya ile karşı karşıya oldukları ve böyle bir dünya ile ilişki kurulamayacağı hislerini kolaylıkla uyandırabilmektedir. Onun için bütün çocukların ve özellikle de organ yetersizliği ile dünyaya gelen çocukların, olumsuz bir dünya görüşüne sahip olmamaları içinde buldukları sosyal konum ve eğitimcilerin özellikleri açısından dikkat edilmesi gereken noktalar içerisinde olduğunu göstermeye çalışmıştır (Adler, 2002).



## 2.3.2.Umutsuzluğa Kuramsal Bakış

Bu bölümde umutsuzluğa ilişkin kuramsal bakışlar açıklanmıştır.

### 2.3.2.1.Umutsuzlukla İlgili Bilişsel Yaklaşımlar

Umutsuzluk kavramını anlamada literatüre bakıldığında hakim olan yaklaşımın bilişsel yaklaşım olduğu görülmektedir. Bilişsel kuramcılar umutsuzluğu olumsuz beklentilerin sonucu olarak görmektedirler (Duberstein et al., 2001).

Beck'in bilişsel kuramına göre olumsuz kendilik şemasına sahip olan bireyler, kendilerine işlevsiz yüklemeler yapmaktadır. Kendi değerlerini kusursuz olmakla ya da başkalarının onayını almakla belirleyebilirler. Bu inançlarını etkileyen durumlarla karşılaştıkları zaman ise depresyona karşı daha zayıf hale gelirler (Alloy et al., 2001). Depresyon, umutsuzluğun yer aldığı en önemli psikiyatrik bozukluklardan birisidir. Beck'e (1987) göre bilişsel üçleme depresyonun önemli bir tetikleyicisidir. Bu üçleme ise;

- Kendiyle ilgili olumsuz düşünce, sorunların kendi yetersizliğinden kaynaklandığını düşünme
- Deneyimleri olumsuz bir tutumla yorumlama
- Gelecek hakkındaki endişeli görüşler, sorunların süreceği inancıdır (akt.Corey, 2005).

Beck (1967), depresif hastaların %78'den fazlasının, depresif olmayanların ise %22'sinin geleceğe umutsuz baktığını; Melges (1969) ise depresyonda temel problemin umutsuzluk olduğunu vurgulamıştır (akt. Dilbaz ve Seber, 1993).Yapılan bu açıklamalara bakıldığında, yüksek oranda umutsuzluğun bulunduğu duruma depresyonun eşlik etmesi kaçınılmazdır.

Kişiler, umutsuz görünen olaylarda ya da durumlarda sadece ilgisiz kalmamakta, aynı zamanda durumda ya da yaşanan olayda bir değişiklik olsa bile daha etkili başa

çıkmanın mümkün olduğunu fark edememektedirler. Durumu düzeltme fırsatları ortaya çıktığında da bu tür insanlar pasif davranmayı sürdürmektedirler (Morris, 2002).

### **2.3.2.2.Umutsuzlukla İlgili Psikoanalitik Yaklaşım**

Psikoanalitik yaklaşım denildiğinde şüphesiz akla ilk gelen isim Freud'dur. Freud tarafından temelleri atılarak daha sonraki kuramcılar tarafından yeni kavramların eklendiği, insan doğasını anlamaya ve açıklamaya yarayan en temel psikoloji yaklaşımı, psikanalizdir. Freud'un Psikoseksüel Gelişim Kuramının oral, anal, fallik, latent ve genital olmak üzere 5 temel dönemi vardır. Oral dönemde, umutsuz ve karamsar anneler çocukta umudun gelişimini, çocuğun kendini sevebilir bir varlık olarak algılamasını engellemektedirler. Bu sebeple bu dönem umudun, inancın, temel güven duygusunun ve sevginin belirleyicisi olarak kabul edilmektedir. Depresyon, madde bağımlılığı ve depresif kişilik yapısının temelleri bu evrede atılır (Corey, 2005).

Odağ (2002)'a göre; umut ve umutsuzluk oral dönemde gelişmeye başlar. Çocuğunu seven, çocuğuna bir şeyler verebilen ve çocuğuna karşı empati kurabilen bir anne ile yaşanan deneyimler çocuğunda tıpkı annesi gibi, seven, verebilen ve empati kurabilme gibi yeteneklerin geliştirilebilmesinde önemli rol oynar. Kazandığı yetenekler çocuğun, temel güven duygusunun, inancın, iyimserliğin ve karamsarlığın, umudun ve umutsuzluğun da yapı taşlarıdır. Böyle deneyim yaşamamış kişilerde ise temel güven duygusunun, inancın ve iyimserliğin gelişiminde çeşitli bozukluklar meydana çıkar ve umutsuzluk oluşur. Bunun yanı sıra istek ve beklentileri açıkça söyleyememek ve kendini bir şeyleri hak etmiş gibi görmemekte umutsuzluğa sebep olmaktadır.

### **2.3.3.Umutsuzlukla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

Kutlu (1998)'nin, engelli çocuğu olan anne-babaların umutsuzluk düzeylerini incelediği araştırmasında, eğitim kurumuna devam eden çeşitli engel grubuna sahip çocuğu olan 520 anne-babaya. Çalışmada, "Beck Umutsuzluk Ölçeği" ile "Kişisel Bilgi Formu" uygulanmıştır. Yapılan araştırma sonunda, engelli çocuğu olan annelerin umutsuzluk düzeyinin, babaların umutsuzluk düzeyinden daha yüksek olduğu

saptanmıştır. Ayrıca, engelli kız çocuğu olan annelerin umutsuzluk düzeyi puanlarının, engelli erkek çocuğu olan annelerin umutsuzluk düzeyi puanlarından daha yüksek olmasına rağmen, engelli çocuğun cinsiyetinin annelerin umutsuzluk düzeyi üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

Aydoğan (1999), zihinsel engelli, bedensel engelli ve bedensel+zihinsel engelli çocuğa sahip olan anne babaların umutsuzluk düzeylerini çocuğa ait cinsiyet, yaş engel grubu ve özel eğitimde aldıkları süre ile anne babalara ait yaş, cinsiyet, eğitim ve gelir durumları gibi bazı değişkenlere göre incelemiştir. Anne-babalara “Aile Bilgi Formu”, “Beck Umutsuzluk Ölçeği” uygulanmıştır. Yapılan araştırma sonucunda, çocukların cinsiyetleri ve engel derecelerinin anne-babaların umutsuzluk düzeyleri üzerinde etkili olmadığı ancak çocuğun yaşının ve eğitim aldığı sürenin anne babalarının umutsuzluk düzeylerini etkilediği tespit edilmiştir. Anne babalara ait değişkenlerden anne-babaların eğitim ve gelir durumları umutsuzluk düzeylerini etkilerken, anne-babanın cinsiyetlerinin ve yaşlarının umutsuzluk düzeyleri üzerinde etkili olmadığı saptanmıştır.

Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı ile ilgili çalışma yapan Bayram (2001) ise belirtilen hastalığın süreğen olması ve hastanın bu hastalıkla uzun yıllar yaşamak durumunda kalması nedeniyle hastanın umutsuzluğunun arttığını belirtmektedir.

Doğan ve Kelleci (2004), fiziksel hastalıkları sebebiyle hastaneye yatan kişilerin umutsuzluk düzeylerini araştırmak amacıyla yaptığı çalışmada, kronik böbrek yetmezliği olan hastaların umutsuzluk düzeylerinin kanser ve diğer dahili hastalığı olan kişilere göre daha yüksek olduğunu, cerrahi sorunları olan hastalarda ise umutsuzluğun en düşük düzeyde olduğu saptamıştır.

Karataş ve Gökçakan (2005), yaptıkları çalışmada lise düzeyinde okula giden öğrencilerin cinsiyet, sınıf ve okul türleri açısından umutsuzluk puanlarını incelemiştir. Yapılan araştırma sonucunda ise sınıf düzeyleri ve cinsiyetleri açısından umutsuzluk puanlarının farklılaştığını tespit edilmiştir. 11. sınıfların 9. sınıflara göre, cinsiyete göre karşılaştırmada erkek öğrencilerin umutsuzluk puanları daha yüksek bulunmuştur. Okul türü açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Batıgün (2005)'ün rastgele seçilen 15-65 yaş arası 683 kişiyle gerçekleştirmiş olduğu araştırmasında, çalışmaya katılan kişilere “Yaşamı Sürdürme Nedenleri Envanteri” , “İntihar Olasılığı Ölçeği” ve “Beck Umutsuzluk Ölçeğinden” ve “UCLA Yalnızlık Ölçeği” uygulamıştır. Yapılan analizler sonucunda, 15-25 yaş grubundaki bireylerin daha az yaşamı sürdürme nedeni belirttikleri, daha fazla intihar olasılığı, umutsuzluk ve yalnızlık puanlarına sahip oldukları tespit edilmiştir. Kadınların daha fazla yaşamı sürdürme nedenine sahip oldukları ve bununla birlikte daha düşük intihar olasılığı, umutsuzluk ve yalnızlık duyguları bildirdikleri görülmüştür. Yaş ve eğitim değişkenleri ile birlikte, umutsuzluk, yaşamı sürdürme nedenleri ve yalnızlığın, intihar olasılığını yordayan değişkenler olduğu görülmüştür.

Küçük ve Arıkan (2005), 13 yaş üzeri olan, 50 işitme engelli çocuğun umutsuzluk düzeylerini saptamak amacıyla yaptıkları çalışmada işitme engelli çocukların umutsuzluk puan ortalamaları yüksek bulunmuştur. Erkek çocukların umutsuzluk puanlarını, kız çocuklarının umutsuzluk puanından daha yüksek çıkmıştır. Erkek çocuklarına daha fazla sorumluluk yüklenmesi ve duygularını ifade etmede zorluk yaşamalarının bu duruma sebep olduğu düşünülmektedir. Dudak okumayı bilen çocukların umutsuzluk puan ortalamaları dudak okumayı bilmeyenlere göre daha düşük saptanmıştır. İşitme cihazı kullanan çocukların umutsuzluk puan ortalaması işitme cihazı kullanmayanlara göre daha düşük bulunmuştur. İşitme engelli çocuğu ile ilgilenmeyen annelerin, çocuklarının umutsuzluk düzeyi, ilgilenenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Deniz ve arkadaşlarının (2007), üniversite öğrencilerine yaptıkları çalışmada yaşam doyumu, umutsuzluk ve akademik başarılarını problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yapılan çalışmaya göre üniversite öğrencilerinin problem çözme yaklaşımları, umutsuzluk puanlarını anlamlı düzeyde açıklamaktadır. Problem çözme yaklaşımlarından kendine güvenli yaklaşım ve kaçınan yaklaşımın, umutsuzluk üzerinde yordayıcı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Şimşek (2007) yapmış olduğu araştırmada, özel eğitime ihtiyacı olan bireylerin özel eğitime ihtiyacı olmayan kardeşlerinin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesini amaçlamıştır. Araştırma sonucuna göre, özel eğitime ihtiyacı olan bireylerin özel eğitime ihtiyacı olmayan kardeşlerin cinsiyetlerinin, büyük-küçük olma durumlarının, özel eğitime gereksinimi olan kardeşin cinsiyetinin, yetersizlik türünün ve ölçeğin alt boyutları arasında yapılan analiz sonucunda umutsuzluk düzeylerine ilişkin anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Üngüren ve Ehtiyar (2009), 15-22 yaş arasında olan lise ve üniversitede öğrencileri arasından turizm eğitimi alan 496 kişi ile yaptıkları araştırmada, umutsuzluk ve kaygı düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.

Gaziosmanpaşa üniversitesinin çeşitli fakülte ve yüksekokullarına devam eden öğrenci grubuna yapılmış bir araştırmada, anne ve babanın öğrenim düzeyi azaldıkça umutsuzluğun arttığı ve eğitim masraflarını karşılamada çekilen zorlukların umutsuzluk düzeyini artırdığı görülmüştür. Fakülteler arasında ise en düşük umutsuzluk düzeyi Eğitim Fakültesi, en yüksek umutsuzluk düzeyi ise Fen-Edebiyat Fakültesi öğrencilerinde bulunmuştur. Üniversite öğrencilerine yönelik yapılan bu araştırmada, erkek öğrencilerde umutsuzluk düzeyinin, kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Çeliken ve Erkorkmaz, 2008). Ülkemizde Eğitim Fakültesi mezunlarının Fen-Edebiyat mezunlarına göre iş bulma durumlarının daha kolay olduğu düşünülürse bu durumun umutsuzluğa etki ettiği düşünülebilir.

Tekin ve Filiz'in (2008) yaptıkları araştırmada katılımcıların umutsuzluk düzeyleri ile bölüm, sınıf değişkeni, gelir, baba öğrenim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunurken, cinsiyet değişkeni, anne ve öğrenim düzeyi arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Yavuz (2009) yapmış olduğu çalışmada, dini inançlarla umut-umutsuzluk ilişkisini incelemiştir. Araştırmaya Sakarya Üniversitesi'nde öğrenim gören 419 öğrenci katılmıştır. Yapılan araştırma sonuçlarına göre, Sakarya Üniversitesi'nde okuyan gençlerin dini inanç düzeylerinin genel olarak yüksek düzeyde olmasına karşın

umutsuzluk düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır. Umutsuzluk düzeyinin okudukları fakülte ve cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Dini inanç düzeyi ile umutsuzluk düzeyinin ilişkili olduğu, dini inanç düzeyinin artmasının, umutsuzluk düzeyindeki düşüşle ilişkili olduğu bulunmuştur.

Yapılan başka bir araştırmada ise öğrencilerin belirlenen çeşitli değişkenler ile, anne ve babalarının eğitim düzeyleri, anne ve babalarının hayatta olup olmama durumları ile umutsuzluk düzeyleri arasında ilişki saptanmamıştır (Deveci vd, 2011).

#### **2.3.4.Umutsuzlukla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Umutsuzluk ile ilgili yurt dışında yapılan çalışmalara bakıldığında yapılan bir çalışmada cinsiyet ile umutsuzluk arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı tespit edilmiştir(Brausch and Muehlenkamp, 2007; Tanaka et al., 1998).

Bolland (2003), yoksulluk seviyesi yüksek olan 2500'e yakın genç üzerinde yaptığı bir çalışmasında erkeklerin yaklaşık yarısının, kızların ise yaklaşık dörtte birinin orta ya da ileri derecede umutsuzluk duygularına sahip olduklarını ve umutsuzluğun, şiddet, kötü madde kullanımı gibi riskli davranışların istatistiksel açıdan etkilendiğini tespit etmiştir (akt.Kula, 2008).

Thompson (2005), tarafından yapılan araştırmada anksiyete, depresyon ve umutsuzluğun, ergenlik döneminde olan kişilerde intihar davranışları üzerindeki etkisinin incelemiştir. Araştırma sonucuna göre ise erkeklerin intihar davranışları ile depresyon ve umutsuzluk arasında doğrudan bir ilişki olduğunu, kadınlar için de intihar davranışları umutsuzluk arasında doğrudan ilişki olduğu sonucunu saptamışlardır.

Bazı araştırmacılara göre umutsuzluk, depresyonun en önemli nedenlerinden birisidir (Brown and Harris, 1978). Yapılan birçok araştırmada ergen bireylerdeki umutsuzluk duygusunun, intihar ve depresyonla direkt bir ilişkiye sahip olduğu belirtilmiştir (Kashani, Reid and Rosenberg, 1989). Birçok araştırmaya göre ise umutsuzluk düzeyi cinsiyete göre farklılık göstermektedir (Girgin, 2009; Upmanyu,

1994; Beck et al., 1985). Bu açıdan incelendiğinde bazı araştırma sonuçlarına göre erkekler, kadınlara göre daha yüksek umutsuzluk düzeyine sahip bulunurken (Girgin, 2009), bazılarında tam tersi sonuçlara ulaşılmıştır (Mazza and Reynolds, 1998).

Wnuk (2008) alkolik kişiler ve üniversite öğrencilerinin arasındaki umut ve huzur düzeylerini incelemiştir. Yapılan araştırma sonucuna göre, alkolik kişilerin, üniversite öğrencilerine göre daha yüksek negatif duygu ve daha düşük pozitif yaşadıkları belirlenmiş fakat alkolik kişiler ve üniversite öğrencilerinin umut, umutsuzluk düzeyleri ile gelecekle ilgili beklentiler seviyelerinde anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Heisel ve diğerleri (2003) yaşları ortalama 20 olan ve üniversite öğrencisi olan bir örneklem grubuyla yaptıkları çalışma sonucunda intihar düşüncesinin umutsuzluk ile anlamlı derecede ilişkili olduğunu saptamışlardır. İntihar teşebbüsünde, umutsuzluk ve geleceğe yönelik düşüncelerin araştırıldığı bir çalışmada ise 22 kişi intihar girişiminde bulunan hastalardan seçilerek intihar grubunu; hasta ve hasta olmayan insanlardan seçilen kişiler ise kontrol grubunu oluşturmuş ve toplam 65 kişi ile çalışılmıştır. Araştırma sonucunda umutsuzluk, depresyon ve anksiyete açısından intihar grubunun kontrol grubundan anlamlı derecede farklılık gösterdiği ve geleceğe yönelik olumlu düşünceler ile umutsuzluk arasında negatif ilişki olduğu saptanmıştır.

Makara ve Kolsak (2009)'ın depresyon, umutsuzluk ve intihar davranışları konusunda yaptıkları incelemede, şizofreni nedeniyle tedavi gören hastaların intihar riskinin artmasında, depresyonun ve umutsuzluğun büyük etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Steele ve Doe, (2007) yaptıkları çalışmada yetişkinlerde görülen intihar davranışlarıyla çocuklar ve gençlerde görülen intihar davranışlarının bilindik gelişim farklılıkları özetlemekle birlikte, intihar riskini arttıran ve de azaltan faktörler arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bunlar arasında umutsuzluğun depresyona bağlı olmadığı, ayrıca umutsuzluğun intihar teşebbüsü için belirleyici bir etken olmadığı fakat riski artıran bir etmen olduğu kanısına varılmıştır.

## 2.7.ANNE-BABA TUTUMU, BENLİK SAYGISI VE UMUTSUZLUK ARASINDAKİ İLİŞKİ

Çocuklarla anne-baba arasındaki ilişkileri, çocuğun büyüdüğü ailenin kendi aralarındaki ilişkileri, çocuğun beklentilerine uygun bir çocuk olup olmaması, çocuk sayısı, çocuğun cinsiyeti ve karakteristik özellikleri, ailenin sosyoekonomik durumu ve kültürel özellikler gibi pek çok etken belirler (Aydoğmuş, 2001; Uzuner, 2003). Çocuklar için deneyim ve keşfetme özgürlüğünün sağlandığı, tehlikelerden korunduğu çevrenin benlik saygısının gelişimi için en uygun çevre olduğu belirtilmektedir (Baumrind, 1991).

Kişilik gelişiminin temellerinin büyük ölçüde atıldığı çocukluk döneminde anne babaların çocuklarına karşı uyguladıkları tutumlar önem kazanmaktadır (Maccoby and Martin, 1983; Yavuzer, 2004).

Çocuklar kendilerini anne-baba, öğretmen ve arkadaş gibi kişilerin, kendisine olan etkilerine göre kendisini değerlendirmektedir. Çevresinde bulunan kişilerin kendisine ait olumlu ya da olumsuz olan düşüncelerini kişiliğine katar. Zamanla kendisini, başkalarının gördüğü gibi görmeye, algılamaya başlar. Bu durumda çocukta önemli olan durum ise çevresinde kendisi hakkında yorum yapan kişilerin değerlendirmelerini, kendi değerlendirmeleriymiş gibi algılamaya başlar. Sınıf, arkadaş ya da aile ortamında çocuk hakkında yapılan iyi ya da kötü yorumlar benlik saygısı üzerinde de etkili olur. Eğer olumlu ifadeler kullanılıyorsa benlik saygısı olumlu yönde ilerlerken, tam tersi durumda benlik saygısında gerileme görülebilir. Olumsuz benlik saygısı geliştiren çocukta güvensizlik duygusu oluşur. İlerleyen zamanlarda yapacağı işlerde ya da karşılaştığı zorluklarda kendine güvenemediği için, hiçbir şey yapamayacakmış gibi hissetmeye başlar, yani umutsuzluk hisseder. Anne-baba tutumlarının çok sert ya da katı olması, benlik saygısını ve umutsuzluk düzeyini etkileyeceği gibi, aşırı hoşgörülü tutumlarında umutsuzluk düzeyini ve benlik saygısını etkilediği düşünülebilir. Güven verici, saygı, sevgi ve hoşgörülü bir tutum benimsenerek aile içi iletişimlerin yeniden düzenlenmesiyle, benlik saygısının yüksek olması sağlanabilir.



Yapılan çalışmalara bakıldığında, düşük benlik saygısı ve umutsuzluğun depresyon ve intihar davranışlarıyla yakından ilişkili olduğu görülmekte ve tamamlanmış intihar, intihar girişimi ve intihar düşüncesi açısından önemli bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir (Beck et al., 2006; Heisel et al., 2003; Neufeld and O'Rourke , 2009).



## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde çalışma ile ilgili araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, verilerin elde edildiği ölçme araçları ve elde edilen verilerin işlem yolu ve analiz edilen teknikleri ele alınmıştır.

#### 3.1.ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu çalışma İstanbul ilinde özel bir üniversitenin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören lisans ve yüksek lisans öğrencisi olan ve rastgele seçilen 155 kişiden oluşan ama anketi geçerli sayılan 150 kişi örneklem grubunun, Benlik Saygısı Envanteri ve Benlik Saygısı Envanteri Alt Boyutları ile ADÖ ve alt boyutları ve Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiyi saptamak ve bazı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın modelini oluşturan betimsel yöntem oluşturmaktadır. Betimsel yöntem üzerinde çalışılan ve araştırma konusu olan problemi tasvir etme ortaya çıkarmaya yöneliktir. Betimsel yöntemler mevcut şartlarda çalışılan konu üzerinde herhangi bir yaptırım ve yönlendirme olmadan çalışır ve çalışılan konunun mevcut durumuna ilişkin hipotezler test etmek için veya sorulara cevap bulmak için veriler toplamayı amaçlar. Betimlenmek ve araştırılmak istene problem durumu ile ilgili veriler genellikle gözlem, anket, görüşme veya test gibi bilgi toplama yolları ile elde edilir.

#### 3.2.EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde özel bir üniversitede öğrenim gören 6000 lisans ve yüksek lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise yine İstanbul ilinde yer alan özel bir üniversitede öğrenim gören lisans ve yüksek lisans öğrencileri olan, random yöntemi ile seçilen ve anketi geçerli sayılan toplam 150 kişi oluşturmaktadır. Tavşancıl (2002)'a araştırılmak istenen konudaki örneklem sayısının değişken sayısının en az beş katı olması gerektiğini belirtmektedir. Bu açıdan

bakıldığında mevcut çalışma Tavşancıl'ın örneklem ve değişken sayısı ile ilgili görüşüne uygun olmaktadır.

### **3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI**

Araştırmada, “Sosyodemografik Veri Formu”, “Aile Değerlendirme Ölçeği” , “Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri” ve “Beck Umutsuzluk Ölçeği” kullanılmıştır.

#### **3.3.1. Sosyodemografik Veri Formu**

Araştırmacı tarafından geliştirilen form (Ek-1), öğrencilerin kişisel bilgilerini öğrenmek amacıyla oluşturulmuş 14 soruyu içermektedir. Sosyodemografik veri formunda üniversite öğrencilerinin cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, eğitim düzeyi, çalışma durum, sigara ve alkol kullanım durumu, gelir durumu, anne baba birlikteliği, arkadaş gurubunun varlığı ile sosyal etkinliklere katılma durumları ile ilgili bilgi elde etmek amaçlanmaktadır.

#### **3.3.2. Aile Değerlendirme Ölçeği**

Aile Değerlendirme ölçeği (ADÖ) (Ek-2), Amerika Birleşik Devletleri'nde Brown Üniversitesi ve Buttler Hastanesi tarafından Aile Araştırma Programı çerçevesinde geliştirilmiş ve ailenin işlevlerini hangi konularda yerine getirip getirmediğini ortaya çıkarmak amacıyla kullanılmıştır. Epstein, Baldwin ve Bishop tarafından 1983 yılında geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan ölçek, daha önce geliştirilmiş olan McMaster Aile İşlevleri Modelinin klinik olarak aileler üzerinde uygulanmasıyla elde edilmiştir. Ölçek, Türkiye'de Bulut (1990) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılarak dilimize kazandırılmıştır.

Ölçek, Problem Çözme, İletişim, Roller, Duygusal Tepki Verebilme, Gereken İlgiyi Gösterme, Davranış Kontrolü, Genel İşlevler olmak üzere 7 alt ölçek ve 60 madde içermekte ve aile üyelerinin kendi aileleriyle ilgili algılarını değerlendirmektedir. Ölçekte 4'lü likert tipi ölçek kullanılmıştır. Ölçekte olumlu ve olumsuz ifadelerin yer

almaktadır. Maddelerin bazıları, sağlıklı işlevleri bazıları da sağlıklı işlevleri tanımlamaktadır. ADÖ’de bu yedi alt ölçeğin yanı sıra ayrıca toplam puan üzerinden bir değerlendirme yapılmaktadır. On iki yaş üzerindeki tüm aile bireylerine uygulanabilen bu ölçekte puanlar 1.00 (sağlıklı) ile 4.00 (sağlıksız) arasında değişmektedir. 2.00’nin üzerindeki puan ortalamaları aile işlevlerinde sağlıksızlığa doğru bir gidiş olduğunu göstermektedir. Özgün formuyla yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .78 olarak bulunmuştur. ADÖ ’nün alt testleri için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları ise Problem Çözme için .74; İletişim için .75; Roller için .72; Duygusal Tepki Verebilme için .83; Gereken İlgiyi Gösterme için .78; Davranış Kontrolü için .72; Genel İşlevler için ise .92 olarak bildirilmektedir (Epstein, Baldwin and Bishop, 1983)

### **3.3.3. Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri**

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Ek-3), Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiştir. Ülkemizde ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmış olup, geçerlilik katsayısı  $r = .71$  olarak bulunmuştur. Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, Benlik Saygısı, Kendilik Kavramının Sürekliliği, İnsanlara Güven Duyma, Eleştiriye Duyarlılık, Depresif Duygulanım, Hayalperestlik, Psikosomatik Belirtiler, Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Hissetme, Tartışmalara Katılabılme Derecesi, Ana–Baba İlgisi, Babayla İlişki ve Psişik İzolasyon olmak üzere toplam 12 boyuttan ve 63 maddeden oluşmaktadır. Envanterde 4’lü likert tipi ölçek kullanılmıştır. Puanlama ise “Çok Yanlış” ile “Çok Doğru” arasında yapılmaktadır. Bu envanterde “Benlik Saygısı” alt ölçeği hariç diğer tüm ölçeklerde doğru yanıtlar ‘1’ puan almakta; “Benlik Saygısı” alt testinde ise yanıtlar 0-6 puan ile değerlendirilmektedir. Yapılan araştırmada Rosenberg Benlik Saygısı envanterinin 10 maddelik, benlik saygısı alt testi kullanılmıştır. “Benlik Saygısı” alt testinde 0 –1 puan alanların “yüksek”; 2–4 puan alanların “orta” ve 5–6 puan alanların “düşük” benlik saygısına sahip oldukları kabul edilir.

Ülkemizde ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmış olup, geçerlilik kat sayısı  $r = .71$  olarak bulunmuştur. Test- tekrar

test güvenilirlik yöntemi kullanılarak da güvenilirlik kat sayısı  $r = .75$  olarak saptanmıştır.

### 3.3.4. Beck Umutsuzluk Ölçeği

Beck Umutsuzluk Ölçeği (Ek-4), Beck ve arkadaşları (1974) tarafından geliştirilen, bireylerin geleceğe dönük beklentilerini ve karamsarlık düzeyini ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir. Beck Umutsuzluk Ölçeği, 20 maddeden oluşan geleceğe yönelik duygu ve düşünceleri belirten ifadelerden oluşmaktadır. Bireyden kendisine uygun gelen ifadeler için “doğru”, kendisine uygun olmayan ifadeler için “yanlış” şıkkının işaretlenmesi istenmektedir. Bu ifadelerden 11 doğru, 9 yanlış yanıt anahtarı vardır. Bunlardan 2, 4, 7, 9, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20. sorulara verilen yanıt *evet* ise 1 puan; 1, 2, 5, 6, 8, 10, 13, 15 ve 19. sorulara verilen cevaplar *hayır* ise 1 puan verilmektedir. Bunların aksi verilen cevaplarda ise “0” puan verilmektedir. Ölçeği oluşturan maddeler üç alt boyutta incelenmektedir. Ölçekte *gelecekle ilgili duygular*; 1, 6, 13, 15, 19 maddelerden, *motivasyon kaybı* ile ilgili maddeler; 2, 3, 9, 11, 12, 16, 17, 20 ve *gelecekle ilgili beklentiler* ise 4, 7, 8, 14 ve 18 maddelerden oluşmaktadır. Elde edilen toplam puan “umutsuzluk” puanını oluşturmaktadır (Seber, 1991).

Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .93, madde-toplam puan korelasyonlarının .39 ile .76 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması Seber (1991) ve Durak (1993) tarafından yapılmıştır. Durak (1993) ölçeğin geçerliliğini ve güvenilirliğini belirlemeye yönelik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısını .85, madde-test korelasyonlarını tüm örneklem üzerinden incelemiş ve en düşük korelasyon kat sayısını  $r = .31$ , en yüksek korelasyon katsayısını  $r = .67$  bulmuştur. Dilbaz ve arkadaşları (1993) Umutsuzluk ölçeğinin Türkçe formunun güvenilirliğine ilişkin çalışmalarıyla Cronbach alfa katsayısı .86, madde-toplam puan korelasyonlarının .07 ile .72 arasında değiştiğini, üniversite öğrencilerinde test-tekrar test güvenirliliğinin .74 olduğunu ortaya koymuşlardır.

### 3.4. ARAŞTIRMANIN İŞLEM YOLU

Gerekli mercilerden izinlerin alınmasından sonra İstanbul ilinde örneklem grubunu oluşturan bireylere Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, ADÖ ve Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Uygulaması yapılmıştır. Bunun dışında ölçekte araştırmacı tarafından farklı değişkenlerin istatistiksel olarak analiz edilmesi için kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Örneklem grubuna uygulanan kişisel bilgi formunda cinsiyeti, yaşı, medeni durumu, eğitim düzeyi, çalışma durum, sigara ve alkol kullanım durumu, gelir durumu, anne baba birlikteliği, arkadaş gurubunun varlığı ile sosyal etkinliklere katılma durumları belirlemeyi içeren soruları cevaplamaları istenmiştir. Uygulanmaya başlamadan önce araştırmacı tarafından katılımcılara gerekli açıklamalar yapılmış ve ölçeklerden önce verilen yönergeler ile katılımcıların ölçekleri içtenlik ve samimiyetle doldurmaları istenmiştir.

### 3.5.ARAŞTIRMADA KULLANILAN VERİ ANALİZİ TEKNİKLERİ

Katılımcılardan elde edilen veriler araştırmacı tarafından kodlanmış ve SPSS 16.00 Windows paket programına aktararak analiz edilmiştir. Örneklem grubunu oluşturan değişkenlerin Non Parametrik değerler içermesi durumunda “*Kruskal Wallis Testi*” ve “*Mann Whitney U-Testi*” Örneklem grubunu oluşturan değişkenlerin Non Parametrik değerler içermemesi parametrik veriler içermesi durumunda “*t*” testi ve “*One Way Anova*” yani “*Tek Yönlü Varyans Analizi*” tekniği kullanılmıştır. Yapılan varyans analizinde anlamlı değerler çıkması durumunda bu anlamlı farklılığın hangi boyutlar arasından kaynaklandığını belirlemek için “*LSD Çoklu Karşılaştırma*” testi uygulanmıştır. Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri , ADÖ ve Beck Umutsuzluk Ölçeği ve alt boyutları arasında ne tür bir ilişki (pozitif - negatif) olduğunu tespit etmek amacıyla Pearson Momentler Korelasyon Katsayısına bakılmıştır. Ayrıca Sigara Kullanımı, Alkol Kullanımı, Anne – Babanın birlikte yaşayıp yaşamadığı ve Gelir Düzeyinin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, ADÖ ve Beck Umutsuzluk Ölçeği’nden alınan toplam puanları yordayıp yordamadığını belirlemek için çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Tablo 4.1 de örneklem grubunu oluşturan kişilerin yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, yaşadığı yer, çalışıp/çalışmama, gelir düzeyi, sigara kullanımı, alkol kullanımı, anne baba ayrı olup olmadığı, eleştiriye duyarlılık, arkadaş grubu varlığı, sosyal etkinliğe katılıp katılmama ile ilgili frekans ve yüzdeleri verilmiştir. Bu tabloya göre ; örneklem 20 yaş altı 86 kişi (%57,3), 20 yaş üstü 64 kişi (%42,7), cinsiyet bakımından 81 kişi (%54) kadın, 69'u (%46) erkektir.

Medeni Durum bakımından 137 kişi (%91,3) bekar, 7'si (%4,7) evli ve 6 'sı (%4) Dul/ Boşanmış, Eğitim düzeyi bakımından 5 kişi lise (%3,3) , 11'i Yüksekokul/üniversite (%7,3), 134'ü diğer (%89,3), Yaşadığı yer bakımından 1 kişi (%7) köy, 5'i (%3,3) kasaba, 144'ü (%96) şehirde yaşamaktadır.

Çalışıp/çalışmama durumu bakımından 39'u (%26) evet, 111'i (%74) hayır, sigara kullanımı bakımından 61'i (%40,7) evet, 89'u (%59,3) hayır, alkol kullanımı bakımından 37'si (%24,7) evet, 113'ü (%75,3) hayır, anne-baba ayrı mı? Bakımından 18'i (%12) evet, 132'si (%88) hayır seçmiştir.

Eleştiriye duyarlılık bakımından, 124'ü (%82,7) evet, 26'sı (%17,3) hayır, arkadaş grubu varlığı bakımından 145'i (%96,7) evet, 5'i (%3,3) hayır, sosyal etkinliğe katılıyor musunuz? Bakımından 134'ü (%89,3) evet, 16'sı (%10,7) hayır cevabını vermiştir.

**Tablo 4.1 Örneklemi Oluşturan Bireylerin Bazı Değişkenleri ve Sosyo-Demografik Özellikleri**

DEĞİŞKEN		N	%	Toplam
Yaş	20 yaş ve altı	86	57,3	150
	20 yaş üzeri	64	42,7	
Cinsiyet	Erkek	69	46,0	
	Kadın	81	54,0	
Medeni Durum	Evli	7	4,7	
	Bekar	137	91,3	
	Dul / Boşanmış	6	4,0	
Eğitim Düzeyi	Lise	5	3,3	
	Yüksekokul/üniversite	11	7,3	
	Diğer	134	89,3	
Yaşadığı Yer	Köy	1	,7	
	Kasaba	5	3,3	
	Şehir	144	96,0	
Çalışıp/Çalışmama	Evet	39	26,0	
	Hayır	111	74,0	
Gelir Düzeyi	500 TL altı	22	14,7	
	500 – 1000 TL	68	45,3	
	1000 – 2000 TL	38	25,3	
	2000 TL üzeri	22	14,7	
Sigara Kullanımı	Evet	61	40,7	
	Hayır	89	59,3	
Alkol Kullanımı	Evet	37	24,7	
	Hayır	113	75,3	
Anne – baba ayrı mı?	Evet	18	12,0	
	Hayır	132	88,0	
Eleştiriye Duyarlılık	Evet	124	82,7	
	Hayır	26	17,3	
Arkadaş Grubu Varlığı	Evet	145	96,7	
	Hayır	5	3,3	
Sosyal Etkinliğe Katılıyor musunuz?	Evet	134	89,3	
	Hayır	16	10,7	



**Tablo 4.2 Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması**

Değişkenler	Tanıtıcı Özellikler	Ortalama± SD	Minimum ve Maksimum	t / f / u / x <sup>2</sup>	p
Yaş	20 yaş ve altı	1,17±,068	0/2,58	,362	,718
	20 yaş üzeri	1,13±0,67	0,25/2,83		
Cinsiyet	Erkek	1,20±,0,74	0/2,83	,696	,487
	Kadın	1,12±0,62	0,25/2,83		
Medeni Durum	Evli	0,56±0,37	0,25/1,17	6,619	,037
	Bekar	1,18±0,67	0,00/2,83		
	Dul / Boşanmış	1,27±1,05	0,50/2,83		
Eğitim Düzeyi	Lise	1,13±0,49	0,50/2,33	,062	,803
	Yüksekokul/üniversite	1,14±0,69	0,00/2,83		
	Diğer	1,48±0,56	1,00/2,33		
Yaşadığı Yer	Köy	1,00±0,00	1,00/1,00	,107	,948
	Kasaba	1,31±0,96	0,50/2,67		
	Şehir	1,15±0,67	0,00/2,83		
Çalışıp/Çalışmama	Evet	1,02±0,61	0,25/2,67	1,433	,154
	Hayır	1,20±0,69	0,00/2,83		
Gelir Düzeyi	500 TL altı	1,35±0,66	0,25/2,83	2,802	,423
	500 – 1000 TL	1,16±0,72	0,00/2,67		
	1000 – 2000 TL	1,05±0,62	0,25/2,58		
	2000 TL üzeri	1,09±0,66	0,25/2,42		
Sigara Kullanımı	Evet	1,29±0,63	0,00/2,67	2,052	,042
	Hayır	1,06±0,69	0,25/2,83		
Alkol Kullanımı	Evet	1,37±0,62	0,50/2,67	2,271	,025
	Hayır	1,08±0,68	0,00/2,83		
Anne – baba ayrı mı?	Evet	1,46±0,66	0,25/2,67	2,150	,032
	Hayır	1,11±0,67	0,00/2,83		
Eleştiriye Duyarlılık	Evet	1,17±0,67	0,25/2,83	,554	,579
	Hayır	1,08±0,69	0,00/2,33		
Arkadaş Grubu Varlığı	Evet	1,14±0,68	0,00/2,83	1,564	,118
	Hayır	1,50±,0,29	1,08/1,92		
Sosyal Etkinliğe Katılıyor musunuz?	Evet	1,12±0,67	0,00/2,83	1,653	,098
	Hayır	1,42±,072	0,25/2,58		

- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Yaş**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(150)}=$  ;  $p>0.05$ )
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Cinsiyet**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(150)}=$  ,696;  $p>0.05$ )
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Medeni Durum**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. [ $\chi^2(2)=6,619$ ;  $p=,037$ ;  $p<0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Eğitim Düzeyi**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(2)=,062$ ;  $p=,803$ ;  $p>0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Yaşadığı Yer**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(2)=,107$ ;  $p=,948$ ;  $p>0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Çalışıp Çalışmama**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $t_{(150)}=$  1,433;  $p>0.05$ )
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Gelir Düzeyi**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu dört

grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(3)=2,802$ ;  $p=,423$ ;  $p<0,05$ ].

- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık **“Sigara Kullanımı”** değişkenine bağlı olarak *“t testi”* ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $t_{(149)}= 2,052$ ;  $p<0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık **“Alkol Kullanımı”** değişkenine bağlı olarak *“t testi”* ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. ( $t_{(149)}= 2,271$ ;  $p<0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık **“Anne Baba Ayırımı?”** değişkenine bağlı olarak *“Mann Whitney U-Testi”* ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $U=2,150$ ;  $p=,032$ ;  $p<0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık **“Eleştiriye Duyarlılık”** değişkenine bağlı olarak *“Mann Whitney U-Testi”* ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=,554$ ;  $p=,579$ ;  $p>0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık **“Arkadaş Grubu Varlığı”** değişkenine bağlı olarak *“Mann Whitney U-Testi”* ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=1,564$ ;  $p=,118$ ;  $p>0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık **“Sosyal Etkinliğe Katılıyor musunuz?”** değişkenine bağlı olarak *“Mann Whitney U-Testi”* ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=1,653$ ;  $p=,098$ ;  $p>0,05$ ).

**Tablo 4.3 Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle ADÖ'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması**

	Tanıtıcı Özellikler	Ortalama± SD	Minimum ve Maksimum	t / f / u / x <sup>2</sup>	P
<b>Yaş</b>	20 yaş ve altı	2,37±0,30	1,88/3,90	,683	,495
	20 yaş üzeri	2,40±0,28	1,82/3,28		
<b>Cinsiyet</b>	Erkek	2,38±0,30	1,82/3,28	,000	1,000
	Kadın	2,38±0,29	1,85/3,90		
<b>Medeni Durum</b>	Evli	2,36±0,22	2,00/2,73	,427	,808
	Bekar	2,38±0,30	1,82/3,90		
	Dul / Boşanmış	2,34±0,39	1,85/2,70		
<b>Eğitim Düzeyi</b>	Lise	2,42±0,31	1,95/3,02	,333	,847
	Yüksekokul/üniversite	2,38±0,29	1,82/3,90		
	Diğer	2,32±0,32	2,03/2,68		
<b>Yaşadığı Yer</b>	Köy	1,85±0,00	1,85/1,85	4,176	,124
	Kasaba	2,48±0,21	2,20/2,70		
	Şehir	2,38±0,29	1,82/3,90		
<b>Çalışıp/Çalışmama</b>	Evet	2,42±0,29	1,82/3,28	1,023	,308
	Hayır	2,37±0,29	1,85/3,90		
<b>Gelir Düzeyi</b>	500 TL altı	2,47±0,41	1,85/3,90	13,016	,005
	500 – 1000 TL	2,30±0,23	1,82/3,05		
	1000 – 2000 TL	2,50±0,32	1,95/3,28		
	2000 TL üzeri	2,35±0,21	1,87/2,72		
<b>Sigara Kullanımı</b>	Evet	2,38±0,24	1,88/3,05	,019	,985
	Hayır	2,38±0,33	1,82/3,90		
<b>Alkol Kullanımı</b>	Evet	2,33±0,27	1,85/2,80	1,178	,241
	Hayır	2,40±0,30	1,82/3,90		
<b>Anne – baba ayrı mı?</b>	Evet	2,41±0,30	1,85/3,05	,558	,577
	Hayır	2,38±0,29	1,82/3,90		
<b>Eleştiriye Duyarlılık</b>	Evet	2,38±0,28	1,82/3,90	,685	,493
	Hayır	2,38±0,37	1,88/3,28		
<b>Arkadaş Grubu Varlığı</b>	Evet	2,38±0,30	1,82/3,90	1,482	,138
	Hayır	2,51±0,15	2,32/2,67		
<b>Sosyal Etkinliğe Katılıyor musunuz?</b>	Evet	2,39±0,30	1,82/3,90	,027	,978
	Hayır	2,36±0,24	1,97/2,73		

- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Yaş**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(150)} = ,683$ ;  $p > 0.05$ )
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Cinsiyet**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(150)} = ,000$ ;  $p > 0.05$ )
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Medeni Durum**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(2) = ,427$ ;  $p = ,808$ ;  $p > 0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Eğitim Düzeyi**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(2) = ,333$ ;  $p = ,847$ ;  $p > 0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Yaşadığı Yer**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(2) = 4,176$ ;  $p = ,124$ ;  $p > 0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Çalışıp Çalışmama**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $t_{(150)} = 1,023$ ;  $p > 0.05$ )
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Gelir Düzeyi**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu dört grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. [ $\chi^2(3) = 13,016$ ;  $p = ,005$ ;  $p < 0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Sigara Kullanımı**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(149)} = ,019$ ;  $p > 0.05$ ).

- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Alkol Kullanımı**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(149)}= 1,178$ ;  $p>0.05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Anne Baba Ayrı mı?**” değişkenine bağlı olarak “*Mann Whitney U-Testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=,558$ ;  $p=,577$ ;  $p>0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Eleştiriye Duyarlılık**” değişkenine bağlı olarak “*Mann Whitney U-Testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=,685$ ;  $p=,493$ ;  $p>0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Arkadaş Grubu Varlığı**” değişkenine bağlı olarak “*Mann Whitney U-Testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=1,482$ ;  $p=,138$ ;  $p>0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin ADÖ'den Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Sosyal Etkinliğe Katılıyor musunuz?**” değişkenine bağlı olarak “*Mann Whitney U-Testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=,027$ ;  $p=,978$ ;  $p>0,05$ ).

**Tablo 4.4 Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle ADÖ Alt Boyutundan Aldıkları Puanların Karşılaştırılması (p değerleri)**

Değişkenler	Tanıtıcı Özellikler	Problem çözme	İletişim	Roller	Duyusal tepki verebilme	Gereken ilgiyi gösterme	Davranış kontrolü	Genel işlevler
Yaş	20 yaş ve altı	,767	,374	,210	,213	,802	,254	,884
	20 yaş üzeri							
Cinsiyet	Erkek	,285	,001**	,630	,556	,471	,058	,384
	Kadın							
Medeni Durum	Evli	,024*	,734	,930	,709	,262	,520	,070
	Bekar							
	Dul / Boşanmış							
Eğitim Düzeyi	Lise	,901	,117	,229	,430	,697	,753	,999
	Yüksekokul/üniversite							
	Diğer							
Yaşadığı Yer	Köy	,106	,263	,229	,221	,188	,187	,011*
	Kasaba							
	Şehir							
Çalışıp/Çalışmama	Evet	,145	,162	,512	,229	,443	,146	,540
	Hayır							
Gelir Düzeyi	500 TL altı	,173	,006*	,040*	,563	,147	,093	,011
	500 – 1000 TL							
	1000 – 2000 TL							
	2000 TL üzeri							
Sigara Kullanımı	Evet	,020*	,787	,887	,465	,615	,356	,399
	Hayır							
Alkol Kullanımı	Evet	,001*	,087	,857	,113	,795	,368	,549
	Hayır							
Anne – baba ayrı mı?	Evet	,018*	,081	,395	,191	,727	,138	,058
	Hayır							
Eleştiriye Duyarlılık	Evet	,580	,563	,283	,220	,790	,913	,646
	Hayır							
Arkadaş Grubu Varlığı	Evet	,047*	,721	,363	,336	,038	,043*	,173
	Hayır							
Sosyal Etkinliğe Katılıyor musunuz?	Evet	,007*	,797	,874	,543	,941	,471	,561
	Hayır							

\*<0.05, \*\*<0.01

**Tablo 4.5 Örneklem Grubunun Tanıtıcı Özellikleri İle Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması**

Değişkenler	Tanıtıcı Özellikler	Ortalama± SD	Minimum ve Maksimum	t / f / u / x <sup>2</sup>	p
Yaş	20 yaş ve altı	10,13±2,96	0/19	,179	,858
	20 yaş üzeri	10,06±2,03	5/14		
Cinsiyet	Erkek	9,91±2,57	4/19	,841	,401
	Kadın	10,27±2,62	0/14		
Medeni Durum	Evli	9,85±1,46	8/12	,900	,638
	Bekar	10,14±2,66	0/19		
	Dul / Boşanmış	9,50±2,25	6/12		
Eğitim Düzeyi	Lise	9,40±3,71	4/14	,744	,689
	Yüksekokul/üniversite	8,54±4,52	0/13		
	Diğer	10,26±2,31	3/19		
Yaşadığı Yer	Köy	9,00±0,00	9/9	,859	,651
	Kasaba	9,40±2,70	5/12		
	Şehir	10,13±2,60	0/19		
Çalışıp/Çalışmama	Evet	10,25±1,91	5/14	,417	,677
	Hayır	10,05±2,80	0/19		
Gelir Düzeyi	500 TL altı	9,90±2,04	6/14	1,922	,589
	500 – 1000 TL	10,07±2,63	3/19		
	1000 – 2000 TL	10,15±3,12	0/14		
	2000 TL üzeri	10,31±2,05	4/13		
Sigara Kullanımı	Evet	10,80±2,46	4/19	2,779	,006
	Hayır	9,62±2,59	0/14		
Alkol Kullanımı	Evet	10,56±2,39	4/14	1,245	,215
	Hayır	9,95±2,65	0/19		
Anne – baba ayrı mı?	Evet	10,33±2,49	5/13	,377	,706
	Hayır	10,07±2,62	0/19		
Eleştiriye Duyarlılık	Evet	10,18±2,60	0/19	,977	,329
	Hayır	9,73±2,56	4/14		
Arkadaş Grubu Varlığı	Evet	10,12±2,63	0/19	,900	,368
	Hayır	9,60±1,14	8/11		
Sosyal Etkinliğe Katılıyor musunuz?	Evet	10,11±2,68	0/19	,539	,590
	Hayır	10,06±1,80	8/13		

- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “Yaş” değişkenine bağlı olarak “t testi” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(150)} = ,179$ ;  $p > 0,05$ )



- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Cinsiyet**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(150)}=,841$ ;  $p>0,05$ )
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Medeni Durum**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(2)=,900$ ;  $p=,638$ ;  $p>0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Eğitim Düzeyi**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(2)=,744$ ;  $p=,689$ ;  $p>0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Yaşadığı Yer**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu üç grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. [ $\chi^2(2)=,859$ ;  $p=,651$ ;  $p>0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Çalışıp Çalışmama**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $t_{(150)}=,417$ ;  $p>0,05$ )
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Gelir Düzeyi**” değişkenine bağlı olarak “*Kruskal Wallis Testi*” ile incelenmiştir. Bu dört grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır [ $\chi^2(3)=1,922$ ;  $p=,589$ ;  $p>0,05$ ].
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Sigara Kullanımı**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları

arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. ( $t_{(149)}= 2,779$ ;  $p<0.05$ ).

- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Alkol Kullanımı**” değişkenine bağlı olarak “*t testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $t_{(149)}= 1,245$ ;  $p>0.05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Anne Baba Ayrı mı?**” değişkenine bağlı olarak “*Mann Whitney U-Testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=,377$ ;  $p=,706$ ;  $p>0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Eleştiriye Duyarlılık**” değişkenine bağlı olarak “*Mann Whitney U-Testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=,977$ ;  $p=,329$ ;  $p>0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Arkadaş Grubu Varlığı**” değişkenine bağlı olarak “*Mann Whitney U-Testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=,900$ ;  $p=,368$ ;  $p>0,05$ ).
- Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden Aldıkları Puanlar arasındaki farklılık “**Sosyal Etkinliğe Katılıyor musunuz?**” değişkenine bağlı olarak “*Mann Whitney U-Testi*” ile incelenmiştir. Bu iki grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. ( $U=,539$ ;  $p=,590$ ;  $p>0,05$ ).

**Tablo 4.6 Örneklem Grubunun Benlik Saygısı Envanteri'nden Aldıkları Puanlar ile ADÖ ve Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki Korelasyonlar**

	Aile Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı	Problem Çözme	İletişim	Roller	Duygusal Tepki Verebilme	Gereken İlgiyi Gösterme	Davranış Kontrolü	Genel İşlevler	Umutsuzluk
Benlik Saygısı Ölçeği Puanı	,137	,212**	,126	,067	,100	,009	,130	,030	,072
Beck Umutsuzluk Ölçeği Toplam Puanı	-,063	,077	,217**	-,089	-,126	-,126	-,196*	-,068	1

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

Yukarıdaki tabloda araştırmanın örneklem grubunun Benlik Saygısı Ölçeği ile ADÖ, bu ölçeğin alt boyutlarından ve Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonel değerlere yer verilmiştir. Bu değerlere göre;

- Benlik Saygısı Ölçeği'nin puanı ile ADÖ'nin Problem Çözme alt boyutu ile arasında pozitif yönde korelasyon vardır; ADÖ toplam puanı, İletişim, Duygusal

Tepki Verebilme, Roller, Gereken İlgiyi gösterme, Davranış Kontrolü, Genel İşlevler alt boyutu ve Umutsuzluk arasında ilişki bulunamamıştır.

- Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplam puanı ile ADÖ'nin İletişim alt boyutu arasında pozitif yönde korelasyon; Davranış Kontrolü alt boyutu ile arasında negatif yönde korelasyon vardır. Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplam puanı ile ADÖ toplam puanı, ADÖ Problem Çözme, Roller, Duygusal Tepki Verebilme, Gereken İlgiyi Gösterme ve Genel İşlevler alt boyutları arasında ilişki bulunamamıştır.
- Elde edilen korelasyonel değerler 0,30 altında olduğu için güçlü olarak değerlendirilmemektedir.

**Tablo 4.8 Örneklem Grubunu oluşturan Bireylerin Benlik Saygısı Düzeylerine Göre ADÖ'den Aldıkları Puanların Karşılaştırılması**

Aile Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı	Benlik Saygısı Düzeyi	N	Ortalama	SD	X <sup>2</sup>	p
	Yüksek	126	2,40	2	,829	,363
	Orta	24	2,31			
	Düşük	0	0			

Tabloda görüldüğü gibi araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Benlik Saygısı düzeylerine göre N sayıları, aldıkları puanların sıra ortalamaları, verilmiş ve bu bireylerin Aile Değerlendirme Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasındaki farklılık Benlik saygısı düzeylerine bağlı olarak *Kruskal Wallis Testi* ile incelenmiştir. Bu sonuçlara göre yüksek düzey benlik saygısı olan bireylerin Aile Değerlendirme Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması 2,40; orta düzey benlik saygısı olan bireylerin Aile Değerlendirme Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması 2,31'dir. Ölçeğin uygulandığı örneklem grubundan Düşük düzey benlik saygısı olan birey yoktur. Bu 3 grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır [ $\chi^2(2)=,829$ ;  $p=,363$ ;  $p>0,05$ ]. (Benlik Saygısı Düzeyi: 0-1 arası Yüksek Puan, 2-4 arası Orta Puan, 5-6 arası ise Düşük Puan )

**Tablo 4.9 Örneklem Grubunu oluşturan Bireylerin Benlik Saygısı Düzeylerine Göre Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması**

Beck Umutsuzluk Ölçeği Toplam Puanı	Benlik Saygısı Düzeyi	N	Ortalama	SD	X <sup>2</sup>	p
	Yüksek	126	10,25	2	,791	,374
	Orta	24	9,30			
	Düşük	0	0			

Tabloda görüldüğü gibi araştırmanın örneklem grubunu oluşturan bireylerin Benlik Saygısı düzeylerine göre N sayıları, aldıkları puanların sıra ortalamaları, verilmiş ve bu bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasındaki farklılık Benlik saygısı düzeylerine bağlı olarak *Kruskal Wallis Testi* ile incelenmiştir. Bu sonuçlara göre yüksek düzey benlik saygısı olan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması 10,25; orta düzey benlik saygısı olan bireylerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması 9,30'dur. Ölçeğin uygulandığı örneklem grubundan Düşük düzey benlik saygısı olan birey yoktur. Bu 3 grubun puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır [ $\chi^2(2)=,791$ ;  $p=,374$ ;  $p>0,05$ ]. (Benlik Saygısı Düzeyi: 0-1 arası Yüksek Puan, 2-4 arası Orta Puan, 5-6 arası ise Düşük Puan )

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA

Araştırmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencileri araştırmaya gönüllü olarak katılmış ve ADÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri ile Beck Umutsuzluk Ölçeği'ni samimi ve objektif olarak doldurmuşlardır. Ayrıca araştırma örnekleminin evreni doğru olarak yansıttığı varsayılmıştır.

Benlik saygısı, umutsuzluk ve ana baba değerlendirilmesi amaçlı olarak hazırlanan bu çalışmada ilgili kavramlar arasındaki ilişki belirlenmeye çalışılmıştır. Bunun yanı sıra 150 kişi üzerinde yürütülen bu çalışmada örneklem grubuna sosyo-demografik bilgiler içeren sorular sorulmuş ve bu soruların ilgili kavramlarla anlamlı biçimde farklılaşp farklılaşmadığına bakılmıştır. Yine bu çalışmada örneklem grubuna yöneltilen bazı sosyo-demografik soruların örneklem grubunun benlik saygısı, umutsuzluk ve ana baba değerlendirme düzeylerini yordayıp yordamadığına bakılmıştır.

Çalışma sürecinde ilgili ölçekler örneklem grubuna uygulanmadan örneklem grubunun homojen bir yapıda olup olmasına dikkat edilmiştir. Bu seçim yapılırken örneklem grubunun parametrik veriler içermesine hassasiyet gösterilmiş özellikle cinsiyet, yaş, eğitim durumları vb. değişkenlerin seçiminde farklılık olmasına özen gösterilmiştir. Çalışma sürecinde rastgele olarak uygulama yapılan 150 kişiye herhangi bir şekilde ölçeklerle ilgili olarak yönlendirme vb. bir şey yapılmamış katılımcılardan tarafsız ve etki altında kalmadan rastgele ölçekleri doldurmaları istenmiştir. Ölçeklerin uygulama sürecinde uygulayıcılar tarafından örneklem grubuna ölçeklerin nasıl doldurulması gerektiğine dair bilgilendirme yapılmıştır.

Araştırmanın örneklem grubunda 81 kadın ve 69 erkek katılımcı bulunmaktadır. Cinsiyet değişkenine göre katılımcıların Benlik Saygısı düzeylerinin anlamlı biçimde farklılaşmadığı bulgulanmıştır. Bu anlamlı farklılık olmamakla birlikte erkek katılımcıların ortalama olarak kadın katılımcılardan daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Bu açıdan bakıldığında elde edilen sonuç Yavuzer (2000)'in cinsiyetin

benlik saygısı üzerindeki etkili olduğu savıyla örtüşmemektedir. Yine Özkan, 1986-1987 yılında üniversite öğrencilerine Benlik Saygısı Ölçeğini uygulamış ve cinsiyetle benlik saygısı arasında anlamlı bir farklılık bulmuş ve kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek düzey benlik saygısına sahip olduklarını tespit etmiştir. Yine bu açıdan bakıldığında yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlar ile bu sonuçlar çelişmektedir. Cerit-Aksoy (1992), Lise son sınıfta öğrenim gören 1200 öğrenci ile yapılan çalışmada cinsiyete göre özsaygının anlamlı biçimde farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Yine Duru (1995), İlkokul 5. sınıf öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada cinsiyete göre Benlik Saygısı'nın anlamlı biçimde farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Yüksekaya tarafından 1995 yılında üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen çalışmada benlik saygısı ile cinsiyet farklılığının anlamlı biçimde değişmediği bulgulanmıştır. Bu açıdan bakıldığında bu çalışmalardan elde edilen bulgular ile yapılan çalışmadan elde edilen bulgular aynı sonuçlara ulaşmıştır. Söz konusu çalışmalar yapılan çalışmadan elde edilen sonuçları desteklemektedir. Ayrıca Hayalperestlik, Psikosomatik Belirtiler ve Ana-Baba ilgisi alt boyutlarından alınan puanlar cinsiyet değişkenine göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

Cinsiyet değişkenine göre katılımcıların Aile Değerlendirme düzeylerinin anlamlı biçimde farklılaşmadığı bulgulanmıştır. Hatta elde edilen verilere göre her iki cinsiyette aynı aritmetik ortalamada puan almışlardır. Bunun dışında ADÖ İletişim alt boyutundan alınan puan cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekle birlikte diğer alt boyutlar anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır.

Cinsiyet değişkenine göre katılımcıların Umutsuzluk düzeylerinin anlamlı biçimde farklılaşmadığı bulgulanmıştır. Bu anlamlı farklılık olmamakla birlikte kadın katılımcıların ortalama olarak erkek katılımcılardan daha yüksek puan aldıkları ve umutsuzluk düzeylerinin aritmetik olarak daha yüksek düzeyde olduğu bulgulanmıştır. Aydoğan (1999)'ın özel eğitim gereksinimli çocuğu olan aileler üzerinde yaptığı çalışmada ana-baba cinsiyetlerinin umutsuzluk düzeyinde anlamlı fark oluşturmadığı, Tekin ve Filiz'in (2008) yaptıkları araştırmada da aynı şekilde cinsiyetin anlamlı fark oluşturmadığı sonucuna varılmıştır. Bu açıdan bakıldığında elde edilen sonuçlarla örtüşen nitelikte sonuçlar bulunmuştur. Karataş ve Gökçakan (2005), yaptıkları

araştırmada lise düzeyindeki öğrencilerin cinsiyetlerinin anlamlı biçimde farklılık yarattığı sonucuna ulaşmışlardır. Yine Yavuz (2009) Sakarya niversitesi'ndeki 419 ğrenci üzerinde yaptığı çalışmada; Bolland, 2003; Girgin, 2009; Upmanyu, 1994; Beck et al., 1985 yaptıkları çalışmalarında cinsiyetin anlamlı biçimde umutsuzluk puanlarında farklılık yarattığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu alışmalar ise yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlarla örtüşmemektedir.

Araştırmanın rnekleme grubunda yaş değişkenine bağlı olarak toplam 20 yaş ve altı 86 kişi, 20 yaş üstü 64 katılımcı oluşturmuştur. Araştırma bulgularına göre yaş değişkenine göre sırasıyla;

Benlik saygısı puanı anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Grupların aldıkları puanlar kıyaslandığında benlik saygısı leğinden 20 yaş altı katılımcılar daha yüksek puan almışlardır. zkan 1986 – 1987 yıllarında niversite öğrencilerine uyguladığı benlik saygısı ölçeğinde yaş değişkeninin anlamlı biçimde etkilemediğini; yine Cerit Aksoy (1992), Lise son sınıfta öğrenim gören 1200 ğrenci ile yapılan çalışmada yaş değişkenine göre özsaygının anlamlı biçimde farklılaşmadığı sonucuna varmıştır. Yüksekaya (1995), niversite ğrencilerinde benlik saygısını çeşitli değişkenler açısından incelediği çalışmasında da yaş değişkeninin anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bachman ve O' Malley (1983) ise yaş ilerledikçe benlik saygısının arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Yaş değişkenine göre katılımcıların Aile Değerlendirme düzeylerinin anlamlı biçimde farklılaşmadığı bulgulanmıştır. Yaş değişkenine göre katılımcıların Umutsuzluk düzeylerinin anlamlı biçimde farklılaşmadığı bulgulanmıştır. Bu anlamlı farklılık olmamakla birlikte 20 yaş ve altı katılımcıların ortalama olarak 20 yaş üzeri katılımcılardan daha yüksek puan aldıkları ve umutsuzluk düzeylerinin aritmetik olarak daha yüksek düzeyde olduğu bulgulanmıştır. Aydoğan'ın 1999 yılında özel eğitime gereksinimi olan aileler üzerinde yaptığı çalışmada ana - babaların yaş değişkenine göre anlamlı olarak umutsuzluk düzeylerinin değişmediğini tespit etmiştir. Devci, Ulutaşdemir ve Açık, 2011 yılındaki çalışmalarında öğrencilerin yaşları ve umutsuzluk



düzeyleri arasında ilişki bulamamıştır. Bu açıdan bakıldığında yapılan çalışma ilgili çalışmayla elde edilen sonuçlar açısından uyuşma göstermektedir.

Araştırmanın örneklem grubunda Çalışıp/Çalışmama değişkenlerine bağlı olarak; Benlik Saygısı puanı anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Benlik saygısı puanı olarak en yüksek puanı çalışmayan örneklem grubu almıştır. Herhangi bir işte çalışan bireylerin benlik saygıları yüksek olarak tespit edilmiştir. Yapılan çalışmanın bu sonucu ile literatür taramasında ifade edilenler ile bağlantılı bulunmuştur. Yine Çalışıp/Çalışmama değişkenine bağlı olarak ADÖ'nden ve alt boyutlarından ve Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden katılımcıların aldığı puanlar anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Bu ölçeklerde de çalışan örneklem grubunun hem aile değerlendirme hem de umutsuzluk puanları diğer çalışmayan örneklem grubuna göre daha yüksek düzeyde bulgulanmıştır.

Araştırmanın örneklem grubunda Gelir Düzeyi değişkenlerine bağlı olarak; Benlik Saygısı puanı anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır, bu çalışma da en düşük Benlik Saygısı düzeyini en az gelir düzeyine sahip olan örneklem grubu almıştır. Bu açıdan bakıldığında elde edilen sonuç Güngör (1989) tarafından yapılan çalışmada elde edilen sonuçlarla örtüşmemektedir. Gelir durumu değişkenine göre örneklem grubunun ADÖ'nden aldıkları puanlar ve ADÖ Roller, İletişim ve Genel İşlevler alt boyutlarından aldıkları puanlar anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. ADÖ toplam puanı en yüksek gelir durumu 1000 – 2000 Tl arası olan örneklem grubu almıştır. Bunun dışında Umutsuzluk Ölçeğinden alınan puanlar gelir düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşmamakla birlikte en yüksek aritmetik olarak umutsuzluk düzeyinin 2000 TL ve üzeri geliri olanlarda olduğu bulgulanmıştır. Oysaki Aydoğan'ın 1999 yılında özel eğitim gereksinimli çocuğu olan ailelerle yaptığı çalışmada gelir durumunun umutsuzluk düzeyinde anlamlı farklılık yarattığı ortaya çıkmıştır. Bu açıdan bakıldığında yapılan çalışmadan elde edilen bulgular ile söz konusu çalışmadan elde edilen bulgular örtüşmemektedir.

Araştırmanın örneklem grubunda Sigara Kullanma değişkenlerine bağlı olarak; Benlik Saygısı puanı anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. Benlik saygısı puanı olarak

yüksek puanı sigara kullanmayan örneklem grubu almıştır. Kendini tanıyan ,kendine güvenen ve sigara kullanan bireylerin benlik saygısının yüksek olması ise yaşanan stres düzeylerine ve üzerindeki sorumluluklara bağlı olarak sigara kullandıkları düşünülebilir. Sigara kullanmayan ve benlik saygı düzeyi düşük olan bireylerin ise çocukluktan yetiştiği çevrenin sigara kullanmayı reddetmesi, arkadaş ortamlarında sigara içilmemesi gibi durumların etkili olduğu söylenebilir. Yine Sigara Kullanıp/Kullanmama değişkenine bağlı olarak ADÖ'nden ve ADÖ Problem Çözme alt boyutu hariç diğer alt boyutlarından katılımcıların aldığı puanlar anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Bunun yanı sıra Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Sigara Kullanıp Kullanmama değişkenine bağlı olarak alınan puanlar anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. ADÖ'nde sigara kullanmayanların; Beck Umutsuzluk Ölçeği'nde ise sigara kullananların toplam puanları yüksek düzeyde çıkmıştır.

Araştırmanın örneklem grubunda Alkol Kullanma değişkenlerine bağlı olarak; Benlik Saygısı puanı anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. Benlik saygısı puanı olarak yüksek puanı alkol kullanan örneklem grubu almıştır. Yine Alkol Kullanıp/Kullanmama değişkenine bağlı olarak ADÖ'nden ve ADÖ Problem Çözme alt boyutu hariç diğer alt boyutlarından katılımcıların aldığı puanlar anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Bunun yanı sıra Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Alkol Kullanıp Kullanmama değişkenine bağlı olarak alınan puanlar anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Bu sonuç Wnuk (2008) yılında üniversite öğrencileri ve alkolikler üzerinde yapılan ve her iki örneklem grubunda da anlamlı farklılığın bulunmadığı çalışmayla örtüşmekte ve birbirini desteklemektedir. ADÖ'nde alkol kullanmayanların; Beck Umutsuzluk Ölçeği'nde ise alkol kullananların toplam puanları yüksek düzeyde çıkmıştır.

Araştırmanın örneklem grubunda Anne Baba Ayrı mı? değişkenlerine bağlı olarak; Benlik Saygısı puanı anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. Benlik saygısı puanı olarak düşük puanı anne babası birlikte olan/ayrı olmayan örneklem grubu almıştır. Yine Anne Baba Ayrı mı? değişkenine bağlı olarak ADÖ'nden ve ADÖ Problem Çözme alt boyutu hariç diğer alt boyutlarından katılımcıların aldığı puanlar anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Bunun yanı sıra Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Anne Baba Ayrı mı? değişkenine bağlı olarak alınan puanlar anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır.

ADÖ'nde anne babası ayrı olanların; yine Beck Umutsuzluk Ölçeği'nde ise anne babası ayrı olanların toplam puanları yüksek düzeyde çıkmıştır.

Tüm bunların yanı sıra elde edilen korelasyonel değerlerle birlikte çıkan rakamsal ifadeler kavramlar arasındaki ilişkilerin çoğunlukla zayıf ilişkiler halinde olduğu yönündedir. 0,30 un altında korelasyonel ifadeler bunu destekler niteliktedir. Ayrıca örneklem grubunun umutsuzluk düzeyini sadece sigara kullananlar anlamlı biçimde yordamaktadır.

Benlik Saygısı Envanteri'nden alınan puan ile ADÖ'nün toplam puanı arasında ilişki bulunamamıştır. Yapılan çalışma özel bir üniversitede okuyan kişilere uygulandığı için, kendilerine duydukları saygı yüksektir. Bu benlik saygılarına ailenin herhangi bir etkisi bulunmamaktadır.

Benlik Saygısı Envanteri'nden alınan puan ile ADÖ'nün Problem Çözme alt boyutu arasında pozitif yönde korelasyon vardır. Benlik saygısının yüksek olması bireyin, problemle başa çıkma becerileri, mücadele etme ve mücadeleden vazgeçmeme, girişken olma, mutlu ve uzun ömür ile ilişkilidir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler, grup içinde konuşmaya istekli olmakla birlikte, insanlar üzerinde olumlu izlenimler bırakırlar (Baumeister et al., 2003). Normal şartlar altında bakıldığında kendini bilen, tanıyan ve beklentilerini yüksek tutan bireyler, problem çözme konusunda da diğer bireylere göre daha iyi durumdadır. Problemlerle başa çıkarken, karşılaşılan zorluğun ne olduğunu iyi bilir ve çözüm önerilerinde bulunur. Karşılaşılan ve can sıkıcı olumsuz durumlar karşısında, kendini kontrol edebilen bireylerin, kendine yönelik algıları da olumludur. Yapılan çalışmada ise düşük benlik saygısı olan bireylerin, problem çözme becerilerinde düşük seviyede olduğunu göstermiştir.

Yapılan çalışmada Benlik Saygısı Envanteri'nden alınan puan ile umutsuzluk arasında herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Benlik Saygısı Envanteri'nden alınan puan ile ADÖ'nün alt boyutu olan Roller, Duygusal Tepki Verebilme, İletişim, Gereken İlgiyi Gösterme, Davranış Kontrolü ve Genel İşlevler alt boyutu arasında ilişki bulunamamıştır. Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplam puanı ADÖ toplam puanı

arasında ve ADÖ'nin Problem Çözme, Roller, Duygusal Tepki Verebilme, Gereken İlgiyi Gösterme ve Genel İşlevler alt boyutları arasında ilişki bulunamamıştır.

Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplam puanı ile ADÖ'nin İletişim alt boyutu arasında pozitif yönde korelasyon vardır. Umutsuzluğu yüksek olan bireylerin, aile içerisinde iletişimlerinin çok kuvvetli olduğu, hissedilen duygunun rahatça ifade edilebileceği bir ev ortamının olduğu söylenebilir. Umutsuzluğu yüksek olan ve aile içi iletişimi kuvvetli olan bireylerin, umutsuz olma nedenleri arasında ailelerinin olmadığı söylenebilir. Bireylerin aşk hayatlarının olumsuz bir gidişatının olması, ulaşılabilir hedeflerinin olmaması ya da bu hedefleri oluşturamadıkları söylenebilir. Ayrıca, iş olanakları, toplumsal beklentinin karşılanamaması gibi sebeplerde bu durumu açıklayabilir.

Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplam puanı ile ADÖ'nin Davranış Kontrolü alt boyutu ile arasında negatif yönde korelasyon vardır. Umutsuzluk düzeyi yüksek olan bireyler, ailelerini acil durumlarda ne yapılacağını bilmemekte, istenmeyen durumlarda davranışların kontrol altına alamamakta şeklinde değerlendirmiştir. Bu duruma sebep olarak ise bireylerin yetiştirilme tarzlarından, aldıkları cezalara kadar bir çok sebep etkili olabilmektedir. Çocukluk döneminden bugüne gelene kadar, ailelerin birey üzerindeki olumsuz tutum ve davranışları, çocuklarının hedefe ulaşması konusundaki katkılarının az olması bireyleri umutsuzluğa sürükleyebilmektedir.

## **5.1.ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI**

1. Bu araştırmada Epstein, Baldwin ve Bishop tarafından 1983 yılında geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Bulut (1990) tarafından yapılan ADÖ'nün ölçtüğü niteliklerle; Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılan Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri'nin ölçtüğü niteliklerle; Beck ve arkadaşları (1974) tarafından geliştirilen Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Seber (1991) ve Durak (1993) tarafından yapılan Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

2. Bu araştırma İstanbul'da özel bir üniversitede öğrenim gören öğrencilerden elde edilen verilerle yapılmıştır. Elde edilen bulgular benzer koşullara sahip öğrencilere ve devlet üniversitelerinde okuyan öğrencilere uygulanabilir.

3. Yapılan çalışmada 81 kadın, 69 erkek örneklem grubuna dahil edilmiştir. Araştırmanın kadın-erkek açısından daha iyi bir karşılaştırma verebilmesi için bu sayıların dengede tutulmasına dikkat edilebilir.

4. Yapılan çalışmada 150 kişi örneklem grubuna dahil edilmiştir. Benzer koşullarda bu sayının artırılması halinde çok daha geniş kapsamlı bulgular elde edilebilir.

## BÖLÜM VI

### SONUÇ ve ÖNERİLER

- Benlik Saygısı Ölçeği'nin tüm puanı ile ADÖ'nin Problem Çözme alt boyutu ile arasında pozitif yönde korelasyon vardır; ADÖ toplam puanı, İletişim, Duygusal Tepki Verebilme, Roller, Gereken İlgiyi gösterme, Davranış Kontrolü, Genel İşlevler ve Umutsuzluk arasında ilişki bulunamamıştır.
- Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplam puanı ile ADÖ'nin İletişim alt boyutu arasında pozitif yönde korelasyon; Davranış Kontrolü alt boyutu ile arasında negatif yönde korelasyon vardır. Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplam puanı ile ADÖ toplam puanı, ADÖ Problem Çözme, Roller, Duygusal Tepki Verebilme, Gereken İlgiyi Gösterme ve Genel İşlevler alt boyutları arasında ilişki bulunamamıştır.

Yapılan araştırma sonuçlarına göre aşağıda birtakım önerilerde bulunulmuştur:

1. Bu çalışmada, örneklem grubunun betimleyici özelliklerine ilişkin daha fazla bilgi sunabilmek için, çocuklara anne-babalarının demografik özelliklerine ilişkin sorular sorulmuş; ancak bu özellikler birer yordayıcı değişken olarak model içine alınmamıştır. Bundan sonraki çalışmalarda model içinde bu değişkenlere de yer verilmesi uygun görülmektedir.
2. Bu çalışmanın temel sınırlılıkları arasında yer alan Üsküdar Üniversitesi yelpazesi genişletilerek devlet üniversitelerinde yapılan çalışmalarla karşılaştırılabilir.
3. Anne Baba tutumları ve umutsuzluk ile ilgili belediyelerin konferans, seminer ,panel gibi etkinlikler düzenleyerek anne-babalara ve bireylere farkındalık yaratabilir.
4. Bu çalışma üniversite öğrencilerine yapıldığı için, üniversitelerdeki Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimlerinin öğrencilere özgüven artışı ile ilgili etkinlikler

yaparak, öğrencilere hem hayata hem de bilimsel zeminde gelişmelerinin önünü açacaktır.

5. Durumu en temelden kontrol altına alarak çocuk sahibi olma kararı veren çiftlerin çocuklarını büyütürken doğru anne-baba tutumlarının ve gerekli olacak diğer bilgilerin belli kurumlar kontrolünde, periyodik olarak ebeveyn eğitim kursları şeklinde yapılması etkili olacaktır.

6. Umutsuzluk yaşayan üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sıkıntıların azaltılabilmesi ve onların umutsuzluğa kapılmamaları için desteklenmeleri gerektiği söylenebilir. Bundan dolayı bu öğrencilerin içinde buldukları yaşam alanlarında destek alabilecekleri profesyonel hizmet vermesi amacıyla psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin verildiği bir danışmanlık birimi kurulması üniversite içinde müfredatlara yapılacak yeniliklerin yanı sıra bu durumda üniversite öğrencilerinin geleceğe güvenle bakmasında etkili olabileceği düşünülmektedir.

7. Yapılacak diğer çalışmalarda örneklem grubunun Medeni Durum, Yaşanılan Yer ve Çalışıp/Çalışmamaya değişkenlerine göre denge sağlanarak formların uygulanmasının daha etkili olacağı düşünülmektedir.

8. Benlik saygısı gelişimine, başarabildikleri ve yeteneklerini geliştirebilecekleri faaliyetlerin olumlu katkısı vardır. Yapılan çalışmalar ve elde edilen başarılar ile benlik saygısı gelişmektedir. Bu amaç doğrultusunda öğretim kurumlarında sadece mesleki gelişim için gerekli olan akademik yeterliliklerin kazandırılması değil, sosyal ve kişilik gelişiminin de desteklendiği kurumlar olarak düzenlemeler yapılmalıdır. Bu gereksinim doğrultusunda resmi, özel kurum ve kuruluşlarının desteği ile okul içi ve okul dışı uygun alanlara (spor, sanat gibi) öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirebilecekleri merkezler açılmalı ve alanda uzman personel tarafından öğrenciler yeteneklerine göre yönlendirilmelidirler.

9. Kariyer planlama hizmetinin sunulmasıyla öğrenciler, bilgi ve yeteneklerini kullanarak kendilerini geliştirebilecekleri bir iş, çalışabilecekleri sektörler hakkında bilgi edinebilecekleri hizmetleri temin edeceklerdir. Böylece kişinin kendini bilmesi, geleceğe yönelik planlarını kişilik özelliklerine göre yapması, benlik değerinin yükselmesini sağlayacaktır. Benlik değeri yüksek kişinin kariyer beklentisi de artacaktır. Kariyer beklentisi içinde pozitif düşüncelerin barındığı umudu oluşturduğundan yaşam kalitesinin artmasını sağlayacaktır.





## KAYNAKÇA

Adana, F., Kutlu, Y., 2008, "Anne-baba tutumlarının adolesanların kendilik kavramı üzerine etkisi" Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 12(2): ss.18

Adam, H., *Çocuk Eğitiminde Yaygın Anne Baba Tutumları*. (Çev., S. Doğan ), Selis Yayınları, İstanbul, 2009.

Adler, A., *İnsanı Tanıma Sanatı*. (Çev., K. Şipal), Say Yayınları, İstanbul, 2002.

Ağır, M., 2007, Üniversite Öğrencilerinin Bilişsel Çarpıtma Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul (Yayınlanmamış Doktora Tezi). "bakıda"

Aine, D. and Lester, D., 1989, "Exercise, depression, and self esteem." *Percept Mot Skills*, 68(1): pp. 283-287.

Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Tashman, N. A., Berrebbi, D. S., Hogan, M. E., Whitehouse, W. G., Crossfiel, A. G. and Morocco, A., (2001), "Developmental origins of vulnerability to depression: Parenting, cognitive and inferential feedback styles of teh parents of individuals at high and low cognitive risk for depression" *Cognitive Therapy and Research*, 25(4): pp. 397-423.

Aşçı, F. H., *Benlik Kavramı ve Spor, Spor Psikolojisi Kursu*, Bağırhan Yayınevi, Ankara. 1999.

Aydın, O., *Tutumlar, Davranış Bilimlerine Giriş*, Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları, Eskişehir, 2001.

Aydoğan, A., 1999, Özürlü Çocuğa Sahip Anne Babaların Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara (Yayınlanmamış Doktora Tezi). "bakıda"

Aydoğmuş, K., *Çocuklarda Uyum ve Davranış Bozuklukları Ana-Baba Okulu*, 9. Baskı, Remzi Kitap Yayıncılık, İstanbul, 2001.

Bachman, J. G., and O'Malley, P., 1983, "Self – esteem : change and stability between ages 13 and 23" *Developmental Psychology* Vol. 19: pp. 257-268.

Bal, E., 2006, İlköğretim Öğrencilerinin Benlik Algıları ile Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). "bakıda"

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., and Vohs, K. E., 2003, "Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?" *Psychological Science in the Public Interest*, 4: pp. 1–44.

Baumrind, D., 1991, "The influence of parenting style on adolescent competence and substance abuse" *Journal of Early adolescence*, 11: pp. 56–94.

Batıgün, D. A., 2005, "İntihar olasılığı: yaşamı sürdürme nedenleri. umutsuzluk ve yalnızlık açısından bir inceleme" *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16(1): ss.29-39.

Bayram, M., 2001, *Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı Olan Hastalarda Umutsuzluk Ve Umutsuzluğun Öz-Bakım Gücüne Etkisinin İncelenmesi*, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). "bakıda)"

Baysal, A. C., *Sosyal ve Örgütsel Psikolojide Tutumlar*, Yalçın Ofset Matbaası, İstanbul, 1981.

Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D. and Trexler, L., 1974, "The measurement of pessimism: The hopelessness scale" *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6): pp.861-865.

Beck, A. T., Steer, R. A., Kovacs, M, and Garrison, B. E., 1985, "Hopelessness and eventual suicide: a ten-year prospective study of patients hospitalized for suicidal ideation." *American Journal of Psychiatry*, 142: pp. 559-563.

Beck, A. T., Brown G., Berchick, R.J., Stewart, B.L., and & Steer, R.A., 2006, "Relationship Between Hopelessness And Ultimate Suicide: A Replication With Psychiatric Outpatients" 4: pp.291-296. [focus.psychiatryonline.org](http://focus.psychiatryonline.org).

Bilgin, N., *Sosyal Psikoloji Sözlüğü*, Bağlam Yayınları, İstanbul, 2003.

Bilir, Ş. ve Dabanlı, D., , *Ergenlik Çağındaki Sosyale Gelişimine Aile Tutumlarının Etkisinin Araştırılması. Aile Yazıları*, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Yayınları, Ankara, 1991.

Brausch, A. M. and Muehlenkamp, J. J., 2007, "Body image and suicidal ideation in adolescents." *Body Image*, 4: pp. 207-212.

Brown, G. W., and Harris, T., *Social origins of depression: A Study of psychiatric disorder in women*, Tavistock, Landon. 1978.

Bulut, I., *Aile Değerlendirme Ölçeği El Kitabı*, Özgüzelış Matbaası ,Ankara, 1990.

Bush, S.I., Ballard, M.E. and Fromouw, W., 1995, "Attributional style, depressive features and self-esteem: adult children of alcoholic and nonalcoholic parents" *Journal of Youth and Adolescence*, 24(2): pp.177-185.

Buri, J. R., Louiselle, P., M.Misukanis, T. and Mueller, R., 1988, "Effects of Parental Authoritarianism and Authoritativness on Self – Esteem" Personality and Social Bulletin, 14: pp.271-282.

Buri,J. R. and Kircher, A., 1993, "Parental hostility, adolescent high standarts and self-esteem." 13p.; Paper Presented at Annual Meeting of The Midwestern Psychology Association ( 65 th , Chigago, IL, April 29-May).

Ceyhan, A.A., 2004, "Ortaöğretim alan öğretmenliği tezsiz yüksek lisans programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi" Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Eskişehir, 1: ss.13

Cerit-Aksoy, A., 1992, Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Özsaygı ve Denetim Odağını Etkileyen Bazı Değişkenlerin İncelenmesi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara (Yayınlanmamış Doktora Tezi). "bakıda"

Chapman, P., MULLIS, A., 2002, "Readdressing gender bias in the coopersmith self- esteem inventory-short form" Journal of Genetic Psychology, 4(163): pp.403-409

Chubb N., Fertman C., 1997, "Adolescent self-esteem and locus of ross j control: a longitudinal study of gender and age differences" Adolescence, 32(125): pp.113-129.

Coplan, R. J., 2004 "Characteristics of preschoolers with lower perceived competence correlates of self-perceptions in early childhood." Journal of Abnormal Child Psychology.

Corey, G., Psikolojik *Danışma, Psikoterapi Kuram Ve Uygulamaları*, (Çev: T. Ergene), Mentis Yayıncılık, Ankara, 2005.

Cüceloğlu, D., *İnsan İnsana*, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1991.

Çankaya, Ö. , 1997, The Relationship Among Test Anxiety, Self Esteem and Academic Achievement In Eleventh Grade Students. Master Of Science In The Department of Educational Sciences, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). "bakıda"

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

Çeliken, F.Ç., ve Erkorkmaz, Ü., 2008, "Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkili etmenler" Nöropsikiyatri Arşivi, 45: ss.122-129.

Çuhadaroğlu, F., 1986, Adölesanlarda Benlik Saygısı, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri ABD Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi, Ankara (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). "bakıda"

Daniş, Z., 2006, “Davranış bilimlerinde ekolojik sistem yaklaşımı”, Aile ve Toplum Eğitim Kültür ve Araştırma Dergisi, 3(9): ss.45-53.

Darling, N., (1999, “Parenting styles and its correlates” Eric Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education Champaign II.

Demiriz, S., ve Öğretir, A.D., 2007, “Alt ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki 10 yaş çocuklarının anne tutumlarının incelenmesi” Kastamonu Eğitim Dergisi, 15(1): ss.105-122.

Deniz, M. E., Hamarta, E., Arslan, C., ve Başçiftçi, F., (2007), “Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu, Umutsuzluk Ve Akademik Başarılarının Problem Çözme Yaklaşımları Açısından İncelenmesi”, XVI. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, 5- 7 Eylül 2007, Gaziosmanpaşa Üniversitesi. Tokat.

Deveci, S.E., Ulutaşdemir, N., ve Açık, Y., 2011, “Bir mesleki eğitim merkezi öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ve etkileyen faktörler” Dicle Tıp Dergisi, 38 (3): ss.312-317.

Dilbaz, N., ve Seber, G., 1993, “Umutsuzluk kavramı: depresyon ve intiharda önemi” Kriz Dergisi, 1(3): ss.134-138.

Dilmaç, B. , Ekşi H., 2008, “Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi” Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Konya, 20: ss.279-289.

Doğan S., ve Kelleci, M., 2004, “Fiziksel hastalık nedeniyle hastanede yatan bireylerin bazı tanı gruplarına göre umutsuzluk düzeyleri” İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 13(52): ss.23–37.

Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., Moffitt, T. E., and Caspi, A., 2005, “Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior and delinquency”, Psychological Science, 16: pp.328–335.

Dönmezer, İ., *Ailede İletişim ve Etkileşim*, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1999.

Duberstein, P. R., Conner, K. R., Conwell, Y. and Cox, C., 2001, “Personality corraletes of hopelessness in depressed inpatients 50 years of ege and older” Journal of Personality Assessment, 72(2): pp. 380-390.

Durak, A., 1993, Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin Geçerliği Üzerine Bir Çalışma, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Duru, A., 1995 , İlkokul 5. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları ile Ana – Baba Tutumları Arasındaki İlişki , Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Ekşi, A., *Çocuk, Genç, Ana Babalar*, Bilgi Yayınevi, Ankara,1990.

Epstein, K., Baldwin, L. M., and Bishop, D. S., 1983, "The McMaster family assessment device." *Journal of Marital and Family Therapy*, 9 (2),pp.171-180.

Erkan S., Kaya, A., 2005, *Üniversite Giriş Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Ailelerine Yönelik Bir Grup Rehberliği Programı*, Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı, Pegem Yayınevi, Ankara, 2005.

Eriş Y., ve İkiz E., 2013, "Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri", *Turkish Studies, International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 8(6) :ss.180-187.

Frankl, E.V., *İnsanın Anlam Arayışı*, (Çev: S.Budak), Öteki Yayınevi, Ankara, 1997.

Fromm, E. , *Sevme Sanatı*, (Çev: Y.Salman), Payel Yayınevi, İstanbul, 1995.

Geçtan, E., *Çağdaş Yaşam Ve Normaldışı Davranışlar*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1988.

Girgin, G., 2009," Evaluation of the factors affecting loneliness and hopelessness among university students in Turkey", *Social Behavior And Personality*, 37(6): pp.811-818.

Gönüllü, M., 2003, "Lise öğrencilerinin buldukları liseye göre gösterdiği toplumsal farklılıklar: sivas ili merkez ilçe örneği" *Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyoloji Tartışmaları Dergisi*, Sivas, 1: ss.28-50.

Güner, P.,1999, *Evre I-II Meme Kanseri Tanısı Alan Hastalarda Uygulanan Problem Çözme Eğitiminin Anksiyete, Depresyon, Umutsuzluk Ve Baş Etme Biçimine Etkisi*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Güngör, A.,1989, *Lise Öğrencilerinin Öz Saygı Düzeylerini Etkileyen Etmenler*. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi. ("bakıda")

Heisel, M. J., Flett, G. L. and Hewitt, W. L., 2003, "Social hopelessness and college student suicide ideation" *Archives of Suicide Research*, 7: pp.221-235.

Horney, K., 2007, *Ruhsal Çatışmalarımız*, (Çev. S. Budak), Öteki Yayınevi, İstanbul.

İnceoğlu, M., *Tutum-Algı-iletişim*, İmaj Yayınevi, Ankara, 2000.

Jones, W.H., Freeman, J.E. and Goswick, R.A., 1981, "The persistence of loneliness: Self and other determinants" *Journal of Personality*, 49(1): pp. 27-48.

Kağıtçıbaşı, Ç., *İnsan Ve İnsanlar Sosyal Psikolojiye Giriş*, Evrim Basım Yayım, İstanbul, 1988.

Kağıtçıbaşı, Ç., *Yeni İnsan ve İnsanlar* , 10. Baskı, Evrim Yayınevi, İstanbul, 1999.

Karataş, Z., Gökçakan, N., 2005, “ Lise Öğrencilerinin Umutsuzluk Duygularının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi.”, VIII. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı, Nobel Basımevi, Ankara.

Kashani, J. H., Reid, J. C. and Rosenberg, T. K., 1989, “Levels in hopelessness in children and adolescents: A developmental perspective” *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 57(4): pp. 496-499

Kavas, E. , 2002, Benlik Saygısı, Örgüt Psikolojisi Ders Ödevi.

Kazdin, A.E., French, N.H., Unis, A.S, and Dawson, K.,1983, “Holplessness, depression and suicide intent among the children” *Journal of Consulting Psychology*, (51): pp.504-510.

Kılıçaslan, A., 2001, "Aile Fonksiyonlarının ve Algılanan Farklılaşmış Anne-Baba Yaklaşımının Kardeş İlişkileri Üzerindeki Etkisi" İstanbul, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), “bakıda”

King R. A. , Schwab-Stone M. E. and Peterson B. S., 2000, “Psychiatric examination of the infant, child, and adolescent. Comprehensive Textbook of Psychiatry”(Eds: BJ Sadock, VA Sadock), Philadelphia, Lippincott Williams & Williams, 7(2).

Kula, E., 2008, Endüstri Meslek Lisesi Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyleri ve Saldırganlık Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksel Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Kulaksızoğlu, A., *Ergenlik Psikolojisi*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2000.

Kuşat,A., 2001, “Eğitim ve Dinin Benlik Gelişmesiyle İlişkisi”, Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, Kayseri, 11: s.97.

Kulaksızoğlu, A., *Çocuk Psikolojisi ve Gelişimi*, Epsilon Yayınevi, İstanbul, , Ergenlik Psikolojisi, 2003.

Kutlu, M., 1998, Özürlü Çocuğu Olan Ana-Babaların Umutsuzluk Düzeyleri, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Samsun, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), “bakıda”.

Kuzgun, Y., 1988, *Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık*, ÖSYM Yayınları, Ankara, 1988

Küçük Y., ve Arıkan D., 2005, “İşitme Engelli Çocukların Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi” *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 2:s.1-13.

Larson, L. M., Suzuki, L. A., Gillespie, K. N., Potenza, M. T., Bechtel, M. A. ve Toulouse, A. L., 1992,” Development and validation of the Counseling Self-Estimate Inventory”, *Journal of Counseling Psychology*, 39: pp.105-120.

Maccoby, E.E. and Martin, J. A., 1983,” Socialization in the Context of Family: Parent Child Interaction (Eds.P.H., Mussen and E. M., Hetherington), *Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality and Social Development*. 1–101. New York: Willey.

Makara, M. and Kolsak, A., 2009, “Risk Factors of Suicide In Schizophrenia. A Review of the Literature,” *Psychiatria Polska*, 5–6: s.35–40.

Mann, M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P. and DeVries, N. K., 2004,” Self-esteem In A Broad-Spectrum Approach For Mental Health Promotion”, *Health Educ. Res*, 19: pp. 357–372.

Mazza, J., & Reynolds, W., 1998, “A longitudinal investigation of depression, hopelessness, social support, and major and minor life events and their relation to suicidal ideation in adolescents” *Suicide and Life Threatening Behavior*, 28: pp.358-374.

McWhirter, B.T., Besett-Alesch, T.M., Horibata, J., and Gat, I., 2002, “Loneliness in high risk adolescent: the role of coping, self-esteem, and empathy” *Journal of Youth Studies*, 5(1): pp.69-84.

Morgan, C. T., *Psikolojiye Giriş Ders Kitabı*, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları, Ankara, 1989.

Morris, C. G., 1996, *Psikolojiyi anlamak*. (Çev., H. B. Ayvaşık, ve M. Sayıl), Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara, 2002.

Navaro, L., , *Çocuklarla İletişim Nasıl Kurulur?, Ana Baba okulu*, 10. Baskı Remzi Kitabevi, İstanbul, 2003.

Neufeld, E., and O’Rourke N., 2009, “Impulsivity and hopelessness as predictors of suicide-related ideation among older adults” *Canadian Journal of Psychiatry*, 54: pp.684-692.

O’Connor, R. C. and Sheey, N. P., *Understanding suicidal behaviour*, BPS Boks, Leicester, 2000.

Odağ, C., *İntihar (Özkiyim): Tanım-Kuram-Sağaltım. Halime Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi*, Vakfi Yayınları, İzmir, 2002.

Öz Tan, İ., *Anne – Baba Olma Sanatı*, Öz Yayınları, Ankara, 2007.

Özer D., Özer K., *Çocuklarda Motor Gelişim*, 2. Baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2001.

- Özgüven, İ. E., *Ailede İletişim Ve Yaşam*, Pdrem Yayınları. Ankara,2001.
- Özkalp, E., *Davranış Bilimlerine Giriş*, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Eskişehir. 2004
- Özkan, İ., 1987, “Gençliğin akademik başarısını etkileyen zihinsel ve ruhsal faktörler.”, I. Milletler Arası Gençlik Kongresi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Özkan, İ., 1994, “Benlik saygısını etkileyen etmenler”, *Düşünen Adam Dergisi*, 7(3): ss.4.
- Özmen, D., DüNDAR, P.E., Çetinkaya, A.Ç., Taşkın, O. ve Özmen, E., 2008, “Lise Öğrencilerinde Umutsuzluk ve Umutsuzluk Düzeyini Etkileyen Etkenler”, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, Sayı :1.
- Plotnik, R., *Psikoloji'ye Giriş*, (Çev., T. Geniş), Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2009.
- Roopnarine , J.L, Churc , C.C., and Levy, G.D., 1990, *Early Childhood Research Quarterly*.
- Rosenberg, M., *Society and the adolescent self-image*. Princetor, Princeton University Press, 1965
- Sanford, L. T., ve Donovan, M. E., *Women and Self-Esteem: Understanding and Improving the Way We Think and Feel About Ourselves*, Penguin Books, 1984.
- Seber, G., 1991, Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Geçerliği ve güvenilirliği üzerine bir çalışma, Psikiyatri Anabilim Dalı Doçentlik Tezi, Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi, Eskişehir.
- Sorias,O., 1988,” Sosyal destek kavramı”, *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 2(1): ss.353-357.
- Steele, M. M. and Doe, T., 2007, “Etiology and risk factors,” *The Canadian Journal of Psychiatry*, 52, pp.21–33.
- Steinberg, L., *Parent-Child Relationships*, Gale Encyclopedia of Childhood and Adolescence, 2001.
- Steinberg, L., Ergenlik. (Çev., F. Çok), İmge Kitabevi, Ankara, 2007
- Şengül, S. ve Güner, P. 2012, İlköğretim matematik öğretmenliği programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin İncelenmesi. X. Ulusal Fen Bilimleri ve Matematik Eğitimi Kongresi, Niğde Üniversitesi, Niğde.
- Şimşek, Z.,2007, Özel Eğitime Gereksinimi Olan Bireylerin Özel Eğitime Gereksinimi Olmayan Kardeşlerinin Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi, , Abant



İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). “bakıda”

Tanaka, E., Sakamoto, S. Ono, Y., Fujihara, S., Kitamura, T., 1998, “Hopelessness in a community population: factorial structure and psychosocial correlates” *The Journal of Social Psychology*, 138(5): pp.581-590.

Tarhan, S. , 1995, Lise Öğrencilerinin Bedenlerinden Hoşnut Olma Düzeylerinin Özsayıları ve Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) “bakıda”

Tavşancıl, E, *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*, Nobel Yayınları, Ankara, 2002.

Tekarşlan, E., Kılınç, T., Sencan, H., ve Baysal, A.C., *Davranışın Sosyal Psikolojisi*, İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yayınları, İstanbul, 2000.

Tekin, M., ve Filiz, K., 2008, “Beden eğitimi ve spor yüksekokullarının antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi” *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, VI (1): ss.27-37.

Temel, Z. F. , Aksoy, B. A., *Ergen ve Gelişimi*, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2001.

Tiryaki S., 2000, *Spor Psikolojisi Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama*, 1. baskı, Eylül Yayınevi, İstanbul.

Thompson, E., 2005, “The mediating roles of anxiety, depression, and hopelessness on adolescent suicidal behaviors” *Suicide And Lifethreatening Behavior*, 35 (1): pp.12–20.

Tufan, B., Yıldız, S., *Geri Dönüş Sürecinde İkinci Kuşak, Almanya'dan Dönen Öğrencilerin Benlik Saygıları ve Ruhsal Belirtileri*, Hacettepe Üniversitesi Yayınları. Ankara, 1993.

Tufan,E, Güdek. B., 2008, “Müzik Öğretmenliği Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeğinin Geliştirilmesi” *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6 (1): ss.25-40.

Turan, A. F., 2010, Üniversite Öğrencilerinin İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalarını Yordamada Yalnızlık, Benlik Saygısı, Yaş, Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumunun Rolü, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). “bakıda”

Tümkaya, S., 2005, “Ailesi yanında ve yetiştirilme yurdunda kalan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması” *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(4): ss.445-457.

Upmanyu, V. V., 1994, "Depression in relation to sex role identity and hopelessness among males and females" *Journal of Social Psychology*, 134 (4): pp.551-553.

Uzuner, Y., *Çocukta Ruh Sağlığı, Uyum Bozukluğu. Ailede Ruh Sağlığı*, Açıköğretim Fakültesi Yayınları, Eskişehir, 2003.

Üngüren, E. ve Ehtiyar, R., 2009, "Türk ve alman öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi: turizm eğitimi alan öğrenciler üzerinde bir araştırma" *Journal of Yasar University*, 14:

Warash, Bobbie Gibson and Markstrom, Carol A., 2001, "Parental perceptions of parenting style in relation to academic self-esteem of preschoolers", *Education*, Spring, 121: pp.485-494.

Watkins J. and Watkins, H., *Ego Durumları*, (Çev., Z. M., Uygun, H. Sayı) Birinci Basım, Litera Yayıncılık, 2006, İstanbul.

Weinberg, R.S., Gould, D., *Foundations Of Sport And Exercise Psychology*, Human Kinetics, Champaign, 1995.

Williams, S. and McGee, R., 2000 "Does low self-esteem predict health, mcgee, r.: compromising behaviours among adolescents?" *Journal of Adolescence*, 23(5): pp.569-582.

Wnuk, M., 2008, "Comparison the level of hope and psychological wellbeing between alcoholics anonymous and students" *Psychiatria Polska*, 4: s.134-143.

Yavuz, A. 2009, 18-25 Yaş Üniversite Gençliğinde Dini İnanç ve Umutsuzluk İlişkisi (Sakarya Üniversitesi örneği), Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). "bakıda"

Yavuzer, H., *Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Çocuk Psikolojisi*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2000.

Yavuzer, H., *Ana-Baba ve Çocuk*, Remzi Kitabevi. İstanbul 2001

Yavuzer, H., *Çocuğu Tanımak Ve Anlamak: Ana Babaların En Çok Sorduğu Soru Ve Cevaplarıyla*. 3. Baskı, Remzi, İstanbul, 2003.

Yavuzer, H., 2004, *Çocuk Psikolojisi*, 26. Baskı, Remzi Kitabevi Yayıncılık, İstanbul.

Yavuzer H., *Çocuk Psikolojisi*, 28. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2005.

Yegül, I. B., 1999, Liseli Erkek Sporcular ile Sporcu Olmayan Bireylerin Benlik Saygısı ve Atletik Yeterlik Puanlarının Karşılaştırılması. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) "bakıda"

Yenidünya, A., 2005, Lise Öğrencilerinde Rekabetçi Tutum, Benlik Saygısı ve Akademik Başarı İlişkisi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). “bakıda”

Yıldırım, İ., *Anne Baba Desteği ve Başarı*, Anı Yayıncılık, Ankara, 2006.

Yörükoğlu, A. , *Çocuk Ruh Sağlığı*, Özgür Yayınları, İstanbul, 1996.

Yüksekkaya, S., 1995, Üniversite Öğrencilerinde Benli-Saygısının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). “bakıda”



## **EKLER**

### **EK 1: SOSYODEMOGRAFİK VERİ FORMU**

1.Ad ,Soyadı;

2.Yaşınız?

3.Cinsiyet

a)Erkek    b)Kadın

4.Medeni Durumunuz

a) Evli

b) Bekar

c) Boşanmış

d) Eşinden ayrı yaşıyor

e) Dul

5.Eğitim düzeyiniz?

a)İlköğretim

b)Lise

c) Yüksek okul veya üniversite

d) diğer..

6.Şu an yaşadığınız yer?

a)Köy

b)Kasaba

c)Şehir

d)Diğer.....belirtiniz

7.Yapmakta olduğunuz bir işiniz var mı?

- a) Evet
- b) Hayır

8.Çalışıyorsanız çalışmakta olduğuz birim\ ünite

.....lütfen belirtiniz

9.Gelir düzeyiniz nedir ?

- a) 500 tl' nin altında
- b) 500 ile 1000 tl arasında
- c) 1000-1500 tl arası
- d) 2000 tl ve üzeri

10.Sigara kullanıyor musunuz?

- a)Evet
- b)Hayır

11.Alkol kullanıyor musunuz?

- a)Evet
- b)Hayır

12.Anne baba ayrı mı?

- a)Evet
- b)Hayır

13)Eleştiriye karşı duyarlı mısınız?

a)Evet

b)Hayır

14)Arkadaş grubunuz var mı?

a)Evet

b)Hayır

14)Sosyal etkinliğe katılıyor musunuz?

a)Evet

b)Hayır

## EK 2: AİLE DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (ADÖ)

**AÇIKLAMA:** İlişikte aileler hakkında 60 cümle bulunmaktadır. Lütfen her cümleyi dikkatlice okuduktan sonra, sizin ailenize ne derecede uyduğuna karar veriniz.

Önemli olan, sizin ailenizi nasıl gördüğünüzdür. Her cümle için 4 seçenek söz konusudur. (*Aynen Katılıyorum/ Büyük Ölçüde Katılıyorum/ Biraz Katılıyorum/ Hiç Katılmıyorum*)

Her cümlenin yanında 4 seçenek için de ayrı yerler ayrılmıştır. Size uygun seçeneğe (X) işareti koyunuz. Her cümle için uzun uzun düşünmeyiniz. **Mümkün olduğu kadar** çabuk ve samimi cevaplar veriniz. Kararsızlığa düşerseniz, ilk aklınıza gelen doğrultusunda hareket ediniz. **Lütfen her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz.**

CÜMLELER:	Aynen Katılıyorum	Büyük Ölçüde Katılıyorum	Biraz Katılıyorum	Hiç Katılmıyorum
1.Ailece ev dışında program yapmada güçlük çekeriz, çünkü aramızda fikir birliği sağlayamayız.	( )	( )	( )	( )
2.Günlük hayatımızdaki sorunların (problemlerin) hemen hepsini aile içinde hallederiz.	( )	( )	( )	( )
3.Evde biri üzgün ise, diğer aile üyeleri bunun nedenlerini bilir.	( )	( )	( )	( )
4.Bizim evde, kişiler verilen her görevi düzenli bir şekilde yerine getirmezler.	( )	( )	( )	( )
5.Evde birinin başı derde girdiğinde, diğerleri de bunu kendilerine fazlasıyla dert ederler.	( )	( )	( )	( )
6.Bir sıkıntı ve üzüntü ile karşılaştığımızda, birbirimize destek oluruz.	( )	( )	( )	( )
7.Ailemizde acil bir durum olsa, şaşırıp kalırız.	( )	( )	( )	( )
8.Bazen evde ihtiyacımız olan şeylerin bittiğinin farkına varmayız.	( )	( )	( )	( )
9.Birbirimize karşı olan sevgi, şefkat gibi duygularımızı açığa vurmaktan kaçınırız.	( )	( )	( )	( )
10.Gerektiğinde aile üyelerine görevlerini hatırlatır, kendilerine düşen işi yapmalarını sağlarız.	( )	( )	( )	( )
11.Evde dertlerimizi üzüntülerimizi birbirimize söylemeyiz.	( )	( )	( )	( )
12.Sorunlarımızın çözümünde genellikle ailece aldığımız kararları uygularız.	( )	( )	( )	( )
13.Bizim evdekiler, ancak onların hoşuna giden şeyler söylediğimizde bizi dinlerler.	( )	( )	( )	( )
14.Bizim evde bir kişinin söylediklerinden ne hissettiğini anlamak pek kolay değildir.	( )	( )	( )	( )

<b>CÜMLELER:</b>	<b>Aynen Katılıyorum</b>	<b>Büyük Ölçüde Katılıyorum</b>	<b>Biraz Katılıyorum</b>	<b>Hiç Katılmıyorum</b>
15.Ailemizde eşit bir görev dağılımı yoktur.	( )	( )	( )	( )
16.Ailemizin üyeleri, birbirlerine hoşgörülü davranırlar.	( )	( )	( )	( )
17.Evde herkes başına buyruktur.	( )	( )	( )	( )
18.Bizim evde herkes, söylemek istediklerini üstü kapalı değil de doğrudan birbirlerinin yüzüne söyler.	( )	( )	( )	( )
19.Ailede bazılarımız, duygularımızı belli etmeyiz.	( )	( )	( )	( )
20.Acil bir durumda ne yapacağımızı biliriz.	( )	( )	( )	( )
21.Ailecek, korkularımızı ve endişelerimizi birbirimizle tartışmaktan kaçınıyoruz.	( )	( )	( )	( )
22.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize belli etmekte güçlük çekeriz.	( )	( )	( )	( )
23.Gelirimiz (ücret, maaş) ihtiyaçlarımızı karşılamaya yetmiyor.	( )	( )	( )	( )
24.Ailemiz, bir problemi çözdükten sonra, bu çözümün işe yarayıp yaramadığını tartışır.	( )	( )	( )	( )
25.Bizim ailede herkes kendini düşünür.	( )	( )	( )	( )
26.Duygularımızı birbirimize açıkça söyleyebiliriz.	( )	( )	( )	( )
27.Evimizde banyo ve tuvalet bir türlü temiz durmaz.	( )	( )	( )	( )
28.Aile içinde birbirimize sevgimizi göstermeyiz.	( )	( )	( )	( )
29.Evde herkes her istediğini birbirinin yüzüne söyleyebilir.	( )	( )	( )	( )
30.Ailemizde, her birimizin belirli görev ve sorumlulukları vardır.	( )	( )	( )	( )
31.Aile içinde genellikle birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.	( )	( )	( )	( )
32.Ailemizde sert-kötü davranışlar ancak belli durumlarda gösterilir.	( )	( )	( )	( )
33.Ancak hepimizi ilgilendiren bir durum olduğu zaman birbirimizin işine karışırız.	( )	( )	( )	( )
34.Aile içinde birbirimizle ilgilenmeye pek zaman bulamıyoruz.	( )	( )	( )	( )
35.Evde genellikle söylediklerimizle, söylemek istediklerimiz birbirinden farklıdır.	( )	( )	( )	( )
36.Aile içinde birbirimize hoşgörülü davranırız.	( )	( )	( )	( )
37.Evde birbirimize, ancak sonunda kişisel bir yarar sağlayacaksa ilgi gösteririz.	( )	( )	( )	( )
38.Ailemizde bir dert varsa, kendi içimizde hallederiz.	( )	( )	( )	( )



<b>CÜMLELER:</b>	<b>Aynen Katılı- yorum</b>	<b>Büyük Ölçüde Katılı- yorum</b>	<b>Biraz Katılı- yorum</b>	<b>Hiç Katılmı- yorum</b>
39.Ailemizde sevgi ve şefkat gibi güzel duygular ikinci plandadır.	( )	( )	( )	( )
40.Ev işlerinin kimler tarafından yapılacağını hep birlikte konuşarak kararlaştırırız.	( )	( )	( )	( )
41.Ailemizde herhangi bir şeye karar vermek her zaman sorun olur.	( )	( )	( )	( )
42.Bizim evdekiler sadece bir çıkarları olduğu zaman birbirlerine ilgi gösterir.	( )	( )	( )	( )
43.Evde birbirimize karşı açık sözlüyüzdür.	( )	( )	( )	( )
44.Ailemizde hiçbir kural yoktur.	( )	( )	( )	( )
45.Evde birinden bir şey yapması istendiğinde mutlaka takip edilmesi ve kendisine hatırlatılması gerekir.	( )	( )	( )	( )
46.Aile içinde, herhangi bir sorunun (problemin) nasıl çözüleceği hakkında kolayca karar verebiliriz.	( )	( )	( )	( )
47.Evde kurallara uyulmadığı zaman ne olacağını bilmeyiz.	( )	( )	( )	( )
47.Bizim evde aklınıza gelen her şey olabilir.	( )	( )	( )	( )
49.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize ifade edebiliriz.	( )	( )	( )	( )
50.Ailede her türlü problemin üstesinden gelebiliriz.	( )	( )	( )	( )
51.Evde birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.	( )	( )	( )	( )
52.Sinirlenince birbirimize küseriz.	( )	( )	( )	( )
53.Ailede bize verilen görevler pek hoşumuza gitmez çünkü genellikle umduğumuz görevler verilmez.	( )	( )	( )	( )
54.Kötü bir niyetle olmasa da evde birbirimizin hayatına çok karışıyoruz.	( )	( )	( )	( )
55.Ailemizde kişiler herhangi bir tehlike karşısında (yangın, kaza gibi) ne yapacaklarını bilirler, çünkü böyle durumlarda ne yapılacağı aramızda konuşulmuş ve belirlenmiştir.	( )	( )	( )	( )
56.Aile içinde birbirimize güveniyoruz.	( )	( )	( )	( )
57.Ağlamak istediğimizde, birbirimizden çekinmeden rahatlıkla ağlayabiliriz.	( )	( )	( )	( )
58.İşimize (okulumuza) yetişmekte güçlük çekiyoruz.	( )	( )	( )	( )
59.Aile içinde birisi, hoşlanmadığımız bir şey yaptığında ona bunu açıkça söyleriz.	( )	( )	( )	( )
60.Problemimizi çözmek için ailecek çeşitli yollar bulmaya çalışırız.	( )	( )	( )	( )

## **EK 3: ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ**

**Adı Soyadı:**

**D – 1**

### **MADDE 1**

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

### **MADDE 2**

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar birşeyler yapabilirim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
5. Kendimde gurur duyacak fazla birşey bulamıyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

### **MADDE 3**

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

### **MADDE 4**

7. Genel olarak kendimden memnunum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

### **MADDE 5**

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

### **MADDE 6**

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.  
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

## D – 2

11. Kendiniz hakkındaki düşünceleriniz değişkenlik gösterir mi, yoksa her zaman aynı mıdır ?

a.ÇOK DEĞİŞİR b.ZAMAN ZAMAN DEĞİŞİR c.ÇOK AZ DEĞİŞİR d.HİÇ DEĞİŞMEZ

12. Hiç kendiniz hakkında bir gün bir görüşe, başka bir gün farklı bir görüşe sahip olduğunuzu farketmiş olursunuz mu ?

a. Evet, sık sık olur b. Evet, bazen olur c. Evet, nadiren olur d. Hayır, hiç olmaz

13. Kendim hakkındaki görüşlerimin **çok çabuk** değiştiğini farkettim.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

14. Kendim hakkında bazı günler olumlu bazı günlerse olumsuz düşüncelere sahip oluyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

15. Şu günlerde kendim hakkındaki görüşlerimi hiç birşeyin değiştiremeyeceğini düşünüyorum.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

## D – 3

16.Başınıza gerçekten bir şey geldiğinde kimse sizin durumunuzla pek ilgilenmeyecektir.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

17. İnsan doğasında yardımlaşma gerçekten vardır.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

18. Dikkatli davranmazsanız insanlar sizi kullanacaklardır.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

19. Bazı kişiler, insanların büyük çoğunluğunun güvenilebilir olduğunu, bazıları ise insanlarla ilişkilerinde çok güvenilemeyeceğini söylerler. Siz bu konuda ne düşünüyorsunuz ?

a. İnsanların çoğuna güvenilebilir.

b. İnsanlarla ilişkilerde çok güvenilemez.

**20.** İnsanlar daha çok başkalarına yardım etmeye mi, yoksa kendi çıkarlarını düşünmeye mi eğilimlidirler ?

- a. Başkalarına yardım etmeye
- b. Kendi çıkarlarını düşünmeye

**D – 4**

**21.** Eleştiriye karşı ne kadar hassassınızdır ?

- a. Çok fazla hassas
- b. Oldukça hassas
- c. Az hassas
- d. Hassas değil

**22.** Eleştiri ya da azarlama beni çok fazla incitir.

- a. DOĞRU
- b. YANLIŞ

**23.** Yanlış yaptığınız bir şey için biri size güldüğünde veya suçladığında ne kadar rahatsız olursunuz ?

- a. Çok fazla
- b. Oldukça
- c. Rahatsız olmam

**D – 5**

**24.** Genelde ne kadar mutlusunuzdur ?

- a. Çok mutlu
- b. Mutlu
- c. Pek mutlu değil
- d. Çok mutsuz

**25.** Genelde oldukça mutlu bir kişi olduğumu düşünüyorum.

- a. DOĞRU
- b. YANLIŞ

**26.** Genel olarak kendinizi neşeli bir ruh hali içinde mi, yoksa neşesiz bir ruh hali içinde mi hissedersiniz ?

- a. Çok neşeli bir ruh hali içinde
- b. Oldukça neşeli bir ruh hali içinde
- c. Ne neşeli ne de neşesiz ruh halinde
- d. Oldukça neşesiz ruh halinde

**27.** Hayattan çok zevk alıyorum.

- a. DOĞRU
- b. YANLIŞ

**28.** Ben de mutlu gördüğüm diğer kişiler kadar mutlu olabilmeyi isterdim.

- a. DOĞRU
- b. YANLIŞ

**29.** Kendinizi kederli ve karamsar hissettiğiniz olur mu ?

- a. Çok sık
- b. Sık
- c. Ara sıra
- d. Nadiren
- e. Hiçbir zaman

**D – 6**

**30.** Çoğu zaman başka bir şey yapmaktansa oturup hayal kurmayı tercih ediyorum.

a. DOĞRU                      b. YANLIŞ

**31.** Bana hayalperest denilebilir.

a. DOĞRU                      b. YANLIŞ

**32.** Zamanımın büyük bir kısmını hayal kurmakla geçiririm.

a. DOĞRU                      b. YANLIŞ

**33.** Gelecekte nasıl bir insan olacağınız konusunda hayal kurar mısınız ?

a. Çok sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**D – 7**

**34.** Hiç uykuya dalma ya da uykunun sürekliliği açısından sorununuz oldu mu ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**35.** Hiç ellerinizin sizi rahatsız edecek kadar titrediği olur mu ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**36.** Hiç sizi rahatsız edecek kadar sinirlendiğiniz olur mu ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**37.** Hiç sizi rahatsız edecek kadar çarpıntı hissettiğiniz olur mu ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**38.** Hiç sizi rahatsız edecek kadar başınızın içinde basınç hissettiğiniz olur mu ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**39.** Şu sıralarda hiç tırnak yiyor musunuz ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**40.** Egzersiz veya çalışma zamanları dışında hiç sizi rahatsız edecek kadar nefes darlığı hissettiğiniz olur mu ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**41.** Hiç sizi rahatsız edecek kadar ellerinizde terleme olur mu ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**42.** Hiç rahatsız edici baş ağrıları çeker misiniz ?

a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**43.** Hiç rahatsız edici kabuslar görür müsünüz ?

- a. Sık sık                      b. Bazen                      c. Nadiren                      d. Hiçbir zaman

**D – 8**

**44.** Ulusal veya uluslar arası önemli bir konuda görüşünüzü belirttiğinizde birisi size gülerse ne hissedersiniz ?

- a. Çok incinirim ve rahatsız olurum.                      b. Biraz incinirim ve rahatsız olurum.  
c. Beni pek fazla etkilemez.

**45.** Ulusal veya uluslar arası sorunlar tartışıldığında genellikle kötü izlenim bırakacak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.

- a. DOĞRU                      b. YANLIŞ

**46.** Toplumsal konularla ilgili tartışmalarda insanları kızdıracak bir şey söylemektense hiçbir şey söylememeyi tercih ederim.

- a. DOĞRU                      b. YANLIŞ

**D – 9**

**47.** Uluslar arası konuları tartışır mısınız ?

- a. Pek çok                      b. Oldukça                      c. Çok az                      d. Hiçbir zaman

**48.** Arkadaşlarınızla birlikte uluslar arası konuları tartıştığınız zaman tutumunuz nasıl olur ?

- a. Sadece dinlerim                      b. Arada bir görüş bildiririm  
c. Konuşmaya eşit oranda katılırım                      d. Diğerlerini ikna etmeye çalışırım

**D – 10**

**49.** Siz 10 – 11 yaşlarınızdayken **anneniz** arkadaşlarınızı tanır mıydı ?

- a. Hepsini tanırdı                      b. Çoğunu tanırdı  
c. Bazılarını tanırdı                      d. Hemen hemen hiçbirini tanımazdı

**50.** Bu dönemde **babanız** arkadaşlarınızı tanır mıydı ?

- a. Hepsini tanırdı                      b. Çoğunu tanırdı  
c. Bazılarını tanırdı                      d. Hemen hemen hiçbirini tanımazdı

**51.** 5. – 6. sınıflardayken karneniz **iyi** olduğunda **anneniz** çoğu zaman ilgilenmezdi.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

**52.** 5. – 6. sınıflardayken karneniz **iyi** olduğunda **babanız** çoğu zaman ilgilenmezdi.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

**53.** 5. – 6. sınıflardayken karneniz **kötü** olduğunda **anneniz** çoğu zaman ilgilenmezdi.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

**54.** 5. – 6. sınıflardayken karneniz **kötü** olduğunda **babanız** çoğu zaman ilgilenmezdi.

a. DOĞRU b. YANLIŞ

**55.** Sizce diğer aile bireyleri sizin söylediğiniz şeylerle ne kadar ilgilenirler ?

a. Çok ilgilenirler b. Oldukça ilgilenirler c. İlgilenmezler

#### **D – 11**

**56.** Büyümekte olduğunuz dönemde babanızın en çok tuttuğu çocuğu kimdi ?

a. Ben b. Ağabeyim c. Ablam d. Erkek kardeşim

e. Kız kardeşim f. Bildiğim kadarıyla çok tuttuğu birisi yoktu

**57.** Bu dönemde babanız arkadaşlarınızı tanır mıydı ?

a. Hepsini tanırdı b. Çoğunu tanırdı  
c. Bazılarını tanırdı d. Hiçbirini tanımazdı

**58.** Anne ve babanızın hangisi ile daha rahat konuşabiliyorsunuz ?

a. Babamla çok daha fazla b. Babamla biraz daha fazla  
c. Her ikisi ile eşit oranda d. Annemle biraz daha fazla  
e. Annemle çok daha fazla

**59.** Anne ve babanızın hangisi sizi daha çok över ?

a. Babam çok daha fazla b. Babam biraz daha fazla  
c. Her ikisi eşit oranda d. Annem biraz daha fazla  
e. Annem çok daha fazla

**60.** Anne ve babanızın hangisi size daha çok şefkat gösterir ?

a. Babam çok daha fazla b. Babam biraz daha fazla  
c. Her ikisi eşit oranda d. Annem biraz daha fazla

e. Annem çok daha fazla

**61.** Anne ve babanız anlaşamadıkları zaman siz genellikle hangisinden yana olursunuz ?

a. Çok daha fazla olarak babamdan yana      b. Biraz fazla olarak babamdan yana

c. Eşit oranda her ikisinden yana      d. Biraz fazla olarak annemden yana

e. Çok daha fazla olarak annemden yana

**D – 12**

**62.** Yalnız bir insan olmaya eğilimli misinizdir ?

a. Evet      b. Hayır

**63.** İnsanların çoğu sizin nasıl bir kişi olduğunuzu bilirler mi, yoksa çoğunun sizi gerçekten tanımadıklarını mı düşünürsünüz ?

a. Çoğu benim nasıl biri olduğumu bilir.

b. Çoğu gerçekten beni tanımaz.



## EK 4: BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ

Aşağıda geleceğe ait düşünceleri ifade eden bazı cümleler verilmiştir. Lütfen herbir ifadeyi okuyarak, bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz. Örneğin okuduğunuz ilk ifade size uygun ise “Evet”, uygun değil ise “Hayır” ifadesinin altındaki kutunun içine (X) işareti koyunuz.

	<u>Sizin için uygun mu?</u>	
	<i><b>EVET</b></i>	<i><b>HAYIR</b></i>
1. Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum.	( )	( )
2. Kendim ile ilgili şeyleri düzeltmediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur.	( )	( )
3. İşler kötüye giderken bile her şeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.	( )	( )
4. Gelecek on yıl içinde hayatımın nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.	( )	( )
5. Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.	( )	( )
6. Benim için çok önemli konularda ileride başarılı olacağımı umuyorum.	( )	( )
7. Geleceğimi karanlık görüyorum.	( )	( )
8. Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum.	( )	( )

	<i><b>EVET</b></i>	<i><b>HAYIR</b></i>
<b>9. İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için de hiçbir neden yok.</b>	( )	( )
10. Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.	( )	( )
<b>11. Gelecek benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu.</b>	( )	( )
12. Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi umuyorum.	( )	( )
<b>13. Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.</b>	( )	( )
14. İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor.	( )	( )
<b>15. Geleceğe büyük inancım var.</b>	( )	( )
16. Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.	( )	( )
<b>17. Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi.</b>	( )	( )
18. Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor.	( )	( )
<b>19. Kötü günlerden çok, iyi günler bekliyorum.</b>	( )	( )
20. İstediyim her şeyi elde etmek için çaba göstermenin gerçekten yararı yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.	( )	( )

## **EK 5: ÖZGEÇMİŞ**

### **Kişisel Bilgiler:**

Adı Soyadı: Selen Büşra DAMAR

Doğum Tarihi / Yeri: 03.06.1989 / ADAPAZARI

### **Eğitim Bilgileri:**

Mezun Olduğu Üniversite: Okan Üniversitesi Psikoloji Bölümü

### **Yabancı Dil (ler) ve Düzeyi:**

İngilizce – Orta

### **İş deneyimi:**

2013-2014– Ada Tıp Hastanesi