

**T.C.  
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK BİLİM DALI**

**ERGENLERİN BENLİK SAYGILARININ YAŞAM  
DOYUMU VE BAZI ÖZLÜK NİTELİKLERİ  
AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**HATİCE YİĞİT**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Danışman  
DR.ALİ FUAT YALÇIN**

**KONYA -2010**



T.C.  
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Adı Soyadı *Hatice Yiğit*

Numarası *075216051001*

Ana Bilim / Bilim Dalı *Eğitim Bilimleri / Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik*

Programı Tezli Yüksek Lisans  Doktora

Tezin Adı *Ergenlerin Benlik Saygılarının Japon Dayanımı ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi*

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

*Hatice Yiğit*  
Öğrencinin imzası  
(İmza)



T.C.  
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	Hatice YİĞİT	
	Numarası	075216051001	
	Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ / Psikolojik Danışma ve Rehberlik	
	Programı	Tezli Yüksek Lisans <input checked="" type="checkbox"/>	Doktora <input type="checkbox"/>
	Tez Danışmanı	Dr. Ali Fuat YALGIN	
Tezin Adı	Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu Ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi		

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu Ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi başlıklı bu çalışma ...22...../...06...../...2010..... tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı

Danışman ve Üyeler

İmza

Prof. Dr. Ömer İRE

Yrd. Doç. Kemal GÜVEN

Dr. Ali Fuat YALGIN (Danışman.)



T.C.

SELÇUK ÜNİVERSİTESİ

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Öğrencinin	Adı Soyadı	HATİCE YİĞİT	Numarası 075216051001
	Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK	
	Danışmanı	DR.ALİ FUAT YALÇIN	
Tezin Adı		ERGENLERİN BENLİK SAYGILARININ YAŞAM DOYUMU VE BAZI ÖZLÜK NİTELİKLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ.	

### ÖZET

Bu araştırma, ergenlik döneminin ilk yıllarında ergenlerin benlik saygıları ile ilişkisi olabilecek değişkenlerin ergenlerin benlik saygısı düzeylerini yordamadaki güçleri ve benlik saygılarının bazı değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması amacı ile yapılmıştır.

Bu araştırmanın genel evrenini 2009-2010 eğitim öğretim yılında Sivas İl Merkezi sınırları içerisinde bulunan ilköğretim II. kademedeki 7. ve 8. sınıfa devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme grubu, Sivas il merkezi sınırları içerisinde bulunan 3 ilköğretim okulunun 7. ve 8. sınıflarına devam eden ergenlerden tesadüfi küme örnekleme yoluyla seçilen 206 kız ve 205 erkek olmak üzere toplam 411 öğrenciden oluşmaktadır.

Araştırmada ergenlerin kendileri ve aileleri ile ilgili verileri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile bağımsız değişkenlere yönelik bilgiler toplanmıştır. Araştırmada ergenlerin benlik saygısı düzeylerini belirlemek amacıyla Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen , Çuhadaroğlu(1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Rosenberg Benlik Saygısı ölçeği kullanılmıştır.

Yaşam Doyumu düzeyini ölçmek amacıyla Huebner (1994) tarafından geliştirilen , Çiviteci (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırmada kişisel bilgi formu ve ölçekler aracılığı ile 13 -14 yaş grubundaki 411 ergenden elde edilen verilerin analizinde SPSS 12 paket programı kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda 13-14 yaş grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarında kardeş sayısına, anne eğitim durumuna, aile aylık gelir durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur. 13-14 yaş grubundaki ergenlerin benlik saygısı düzeylerinde cinsiyete, doğum sırasına, anne çalışma durumuna, baba eğitim durumuna ve baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı, yaşam doyumu puanlarının benlik saygısını anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur

Anahtar Kelimeler: Benlik Saygısı, Ergenlik, Yaşam Doyumu



T.C.

SELÇUK ÜNİVERSİTESİ

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Öğrencinin	Adı Soyadı	HATİCE YİĞİT	Numarası 075216051001
	Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK	
	Danışmanı	DR.ALİ FUAT YALÇIN	
Tezin İngilizce Adı		EXAMINATION OF SELF ESTEEM OF THE ADOLESCENTS IN RESPECT OF LIFE SATISFACTION AND SOME PERSONAL QUALITIES.	

### SUMMARY

This study has been carried out to investigate ,the orientating powers of these adolescents,the difficulty levels of the variables and whether or not their self esteem differentiation in terms of some variables.

General universe of this study consists of 7<sup>th</sup> 8<sup>th</sup> class pupils in the borders of The Province Sivas for 2009 2010 educational period.The sample group of the study consisted of totally 411 pupels, selected by randomly sampling 206 girrls and 205 boys, in class 7 and 8 of three primary schools in the borders of the Province Sivas.

During study,in order to collect the data belonging to the pupils themselves and their families , being preparing the personal information form developed by researcher ,some information to independent variables was collected .

During study ,in order to determine the self esteem levels of the pupils Rosenberg Self Esteem Scale developed by Rosenberg (1965) , and adapted to Turkish by Çuhadaroğlu (1986) was used.In order to determine life satisfaction

levels of the pupils Multidimensional Life Satisfaction Questionare developed by Huebner (1994) adapted to Turkish by Çivitçi (2007) was used.

During study ,by means of personal knowldge form and scales , in analyzing the data obtained form 411 adolescents in 7<sup>th</sup> and 8<sup>th</sup> classes of primary school , SPSS package 12 program was used.

As a result of investigation , it has been found out that,the scores of adolesants' self esteem have changed greatly according to number of siblings,educational status of mother and mounthy income level.It has also been found that ,according to gender ,birth order ,work status of mother ,educational status of father, and work status of father do not have a significant differentiation on the self esteem levels of these adolescents among 13 and 14 year old age group , but the scores of life satisfaction have affected the self esteem level greatly.

Key Words: Self Esteem, Adolescence, Life Satisfaction

## ÖNSÖZ

*Allah'a şükürler olsun...*

Bu araştırmanın başlangıcından bitimine kadar yardımlarını esirgemeyen birçok değerli insan olmuştur.

Öncelikle araştırmamın sonlandırılabilmesi için beni destekleyen, yardımını esirgemeyen, anlayışla beni yönlendiren, yoğun çalışma temposunda bana zaman ayıran danışmanın Dr. Ali Fuat YALÇIN'a teşekkürlerimi sunuyorum.

Lisans ve yüksek lisans süresince yardımını hiçbir zaman esirgemeyen , verilerin analizi bölümünde yol gösteren hocam Yrd. Doç. Dr. Hasan BOZGEYİKLİ'ye teşekkür ederim.

Sevgili kardeşlerim Zeliha ve Mustafa KÖSE'ye, annem Fatime KÖSE'ye, babam Abdurrahman KÖSE'ye, arkadaşlarım Özge BİŞGİN, Pınar HÜLÜR, Mehmet ULUÇAY ve Orhan ERASLAN'a, ve en kıymetli meslektaşım sevgili eşim Osman YİĞİT'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

27.05.2010

Hatice KÖSE YİĞİT



**KISALTMALAR VE SİMGELER**

RBSÖ (Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği)

ÇÖYDÖ (Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği)

## TABLOLAR LİSTESİ

	<b>Sayfa</b>
<b>Tablo 1.</b> Araştırma Örneklemine Alınan Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımı.....	36
<b>Tablo 2.</b> Araştırma Örneklemine Alınan Öğrencilerin Yaşlarına Göre Dağılımı.....	36
<b>Tablo 3.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin T Testi Sonuçları.....	44
<b>Tablo 4.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Yaşlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	46
<b>Tablo 5.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Yaşlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları.....	47
<b>Tablo 6</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Kardeş Sayılarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	48
<b>Tablo 7.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Kardeş Sayılarına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları.....	49
<b>Tablo 8.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Kardeş Sayılarına Göre Farklılaşmasına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları.....	50
<b>Tablo 9.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Doğum Sırasına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	51
<b>Tablo 10.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Doğum Sırasına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları.....	52
<b>Tablo 11.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	53
<b>Tablo 12.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları.....	54
<b>Tablo 13.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları.....	55
<b>Tablo 14.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Annelerinin Çalışma Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin T Testi Sonuçları.....	56

<b>Tablo 15.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Baba Eğitim Durumlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	58
<b>Tablo 16.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Baba Eğitim Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları.....	59
<b>Tablo 17.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Babalarının Çalışma Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin T Testi Sonuçları.....	60
<b>Tablo 18</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	61
<b>Tablo 19.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları.....	62
<b>Tablo 20.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları.....	63
<b>Tablo 21.</b> Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyutlarına Ait Aritmetik Ortalama, Standart Sapma ve Boyutların Aralarındaki Korelasyon Değerleri.....	64
<b>Tablo 22.</b> Ergenlerin Yaşam Doyumlarının Benlik Saygısı Puanlarını Açıklama Gücü .....	66
<b>Tablo 23.</b> Yaşam Doyumu Boyutlarının Benlik Saygısı Üzerindeki Etkisi.....	67

## ŞEKİLLER LİSTESİ

	<b>Sayfa</b>
<b>Şekil 1.</b> Benlik Kavramı Şeması.....	11
<b>Şekil 2.</b> Benlik Saygısı Formülü.....	22
<b>Şekil 3.</b> Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Benlik Saygısı Puan Ortalamaları.....	45
<b>Şekil 4.</b> Öğrencilerin Yaşlarına Göre Benlik Saygısı Puanı Aritmetik Ortalama Değerleri.....	46
<b>Şekil 5.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Kardeş Sayılarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama Değerleri.....	48
<b>Şekil 6.</b> Ergenlerin Doğum Benlik Saygısı Puanlarının Aritmetik Ortalama Değerleri.....	52
<b>Şekil 7.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama Değerleri.....	54
<b>Şekil 8.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Annelerinin Çalışma Durumlarına Göre Dağılımı.....	57
<b>Şekil 9.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Baba Eğitim Durumlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama Değerleri.....	58
<b>Şekil 10.</b> Ergenlerin Baba Çalışma Durumuna Göre Benlik Saygısı Puan Ortalamaları.....	60
<b>Şekil 11.</b> Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama.....	62
<b>Şekil 12.</b> Benlik Saygısı Ve Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyutlarına Ait Aritmetik Ortalama Değerleri.....	65

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
<b>ÖZET</b> .....	I
<b>SUMMARY</b> .....	III
<b>ÖNSÖZ</b> .....	V
<b>KISALTMALAR VE SİMGELER</b> .....	VI
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	VII
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	IX
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	X
<b>BÖLÜM I</b>	
<b>GİRİŞ</b> .....	1
1.1. Araştırmanın Amacı.....	3
1.2. Alt Amaçlar .....	3
1.3. Sayıtlılar .....	4
1.4. Kapsam ve Sınırlılıklar.....	4
1.5. Tanımlar.....	4
1.6. Araştırmanın Önemi .....	4
<b>BÖLÜM II</b>	
<b>KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR</b> .....	7
2.1. Benlik Kavramı.....	7
2.2. Benlik Saygısı.....	10
2.2.1. Benlik Saygısı İle İlgili Kuramsal Görüşler.....	12
2.2.2. Yüksek Benlik Saygısı .....	17
2.2.3. Düşük Benlik Saygısı .....	19
2.3. Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı İlişkisi.....	21
2.4. Yaşam Doyumu.....	23
2.5. Ergenlerin Gelişim Dönemi Özellikleri .....	25
2.5.1. Bedensel(Fiziksel) Gelişim.....	25
2.5.2. Bilişsel(Zihinsel) Gelişim.....	27
2.5.3. Psikoseksüel Gelişim.....	28
2.5.4. Psikososyal Gelişim.....	29
2.6. Konu İle İlgili Yapılmış Araştırmalar .....	31
<b>BÖLÜM III</b>	
<b>YÖNTEM</b> .....	35
3.1.Araştırma Modeli.....	35
3.2. Araştırma Grubu (Evren ve Örneklem).....	35

3.3. Veri Toplama Araçları.....	37
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	37
3.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	37
3.3.2.1. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Puanlanması.....	38
3.3.2.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Geçerlik Güvenirlik Çalışması.....	38
3.3.3. Ç.Ö.Y.D Ölçeği.....	39
3.3.3.1. Ç.Ö.Y.D Ölçeğinin Puanlanması.....	40
3.3.3.2. Ç.Ö.Y.D Ölçeğinin Geçerlik Güvenirlik Çalışması.....	40
3.4. Verilerin Toplanması.....	42
3.5. Verilerin Analizi.....	43
<b>BÖLÜM IV</b>	
<b>BULGULAR.....</b>	<b>44</b>
<b>BÖLÜM V</b>	
<b>TARTIŞMA VE YORUM.....</b>	<b>68</b>
<b>BÖLÜM VI</b>	
<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>79</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>81</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>94</b>

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Çocukluk ile erişkinlik arasında bir geçiş dönemi olarak tanımlanan ergenlik, “adolescence” kelimesinin karşılığı olarak kullanılmakta; büyüme, olgunluğa erişme anlamına gelmektedir. Ergenlikte çocukluktan erişkinliğe geçerken çeşitli fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişim, gelişimler meydana gelmektedir. Bu değişim ve gelişimler ergenin bu ve gelecek dönemdeki yaşantısını şekillendirmektedir.

Ergenler üzerinde değerlendirme, gözlem yapma neredeyse insanlık tarihi kadar eski geçmişe sahiptir. İlk toplumlar içindeki çeşitli kültürlerde, bu dönem görkemli törenlerle kutlanmış, çocukluktan yetişkinliğe geçiş döneminin özelliği bireysel boyutunun yanında toplumsal bir olgu olarak da hayli önemsenmiştir (Yavuzer, 2000). Mısır medeniyetinde, ergenin genel davranış özelliklerini bildirir hiyeroglif yazılara rastlamak mümkün olduğu gibi, M.Ö IV. yy’da Platon insan gelişimi üzerinde durmuş, muhakeme yapabilme becerisini içeren mantıklı gelişmenin çocukluktan sonra gelişebileceğini ifade etmiştir. Aristo da ergenlik konusunda fikirler ileri sürmüştür. Ona göre ergenlik dönemi seçim yapabilme yeteneğinin geliştiği bir aşamadır. Ergenlerin dengesiz, sabırsız, kendini kontrolden yoksun kişilik özellikleri taşıdığını öne sürmüştür. 18.yy da J.Jack Rouse ise ergenliği “yeniden doğuş”olarak adlandırmış (Akt: Yavuzer, 2000) , 12 -15 yaş dönemi mantıki düşüncenin ve ben bilincinin geliştiği dönem olarak ifade etmiştir (Aydın, 2005). Ergenlik çağında gelişmekte olan bireyin kendi benliğini bulması en önemli basamağı oluşturmaktadır (Cüceloğlu, 1991).

Benlik kavramı ergenlikte son derece önemli olan, dinamik ve yaşam boyu süreçtir. Ergenlik döneminde duygusal, cinsel, sosyal, ahlaki ve dini yönden birçok değişimler yaşanmaktadır. Birey ergenlik döneminde yetişkinliğe hazırlanmakta, bu dönemde, duygusal ve ekonomik bağımsızlık kazanma, sorumluluk alma, kişiliğini/benliğini oluşturma çabası içerisine girmektedir. Tabi ergenlerin benliğini

oluşturma ve geliştirme gayreti içindeyken bir takım problemler yaşadığı bilinmektedir.

Ergenlerin yaşamlarının farklı yönlerini etkileyen bir kişilik değişkeni ve sağlıklı bir benliğin gelişiminin ön koşulu özsaygıdır. Özsaygı bireyin kendini yetenekli, önemli, başarılı ve değerli olarak algılama derecesi olarak tanımlanır (Güloğlu ve Aydın, 2001).

Benlik kavramı ve benlik saygısı ergenin benliğini oluşturan temel yapılarıdır. Bu yapıların olumlu yönde gelişimi hem çevresel kaynaklarla hem de ergenin iç yapısı, hafızasındaki yüklemelerle (atıflar) ilişkilidir (Aydın, 2005). Kendini gerçekleştirme potansiyeline sahip olan, olumlu benlik algısı gelişmiş olan ergenlerde, yaşam doyumu da gelişmektedir. Yaşam doyumu ya da bilinen adıyla mutluluk çağlar boyunca insanlığın ilgi odağı olmuş konulardan biridir. Doyum, beklentilerin, isteklerin, dilek ve gereksinimlerin karşılanmasıdır. ilk kez 1961 yılında Neugarten, tarafından ortaya atılan “yaşam doyumu” ise bir insanın beklentileriyle elinde olanları karşılaştırması sonucu elde edilen durum ya da sonuçtur (Vara, 1999). Yaşam doyumu kişinin beklentilerinin, gerçek durumla kıyaslanmasıyla ortaya çıkan sonucu göstermektedir. Yaşam doyumu genel olarak kişinin tüm yaşamını ve bu yaşamın çeşitli boyutlarını etkilemektedir (Yoltas, 2007).

Yaşam doyumu özel olarak ergenin ergenlik dönemindeki yaşamını; genel olaraksa tüm yaşamını etkilemektedir. Bu nedenle yaşam doyumuyla ilgili birçok araştırmalar yapılmıştır, yapılan araştırmaların bir kısmı da benlik saygısı ve yaşam doyumu ilişkisi üzerinde olmuştur. Yapılan araştırmalarda ( Campbell,1981; Çivitci, 2007; Diener ve Diener, 1995; Lucas, Diener, Suh, 1996; Leung ve Leung,1992 ) benlik saygısının tutarlı ve güçlü bir biçimde yaşam doyumunu yordadığı hemen hemen tüm kültürlerde (bireyci ve toplulukçu) yapılan çalışmalarda rapor edildiğini belirtmişlerdir (Akt: Kırtıl, 2009).



Bu çalışmada ilköğretim ikinci kademe 7. ve 8. sınıfa devam eden 13-14 yaş grubu ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından belirlenmesinin bu konuda yapılacak olan yeni çalışmalara önemli ipuçları vereceği düşünülmektedir.

### **1.1. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, 13-14 yaş grubundaki ergenlerin benlik saygısı puan ortalamalarının yaşam doyumu ve çeşitli değişkenler (cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, doğum sırası, anne baba öğrenim durumu, anne baba çalışma durumu, aile aylık geliri) açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesidir.

### **1.2. Alt Amaçlar**

- 1) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 2) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları yaşa göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 3) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları kardeş sayısına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 4) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 5) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları anne eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 6) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları anne çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 7) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları baba eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 8) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları baba çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 9) Ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları sosyo-ekonomik düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

10)Ergenlerin yaşam doyumu alt boyutları puanları ile benlik saygısı puanları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?

### 1.3. Sayıtlılar

1.Araştırmaya katılan ergenler, “Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği’ni” ve “Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği’ni” gerçek durumlarını yansıtacak şekilde yanıtlamışlardır.

### 1.4. Kapsam ve Sınırlılıklar

1) Bu araştırma 2009-2010 eğitim öğretim yılında Sivas ilinde ilköğretim 7. ve 8. sınıfa devam eden 13-14 yaşındaki ergenlerle sınırlıdır.

2) Araştırmadan elde edilen bulgular, deneklerin ölçeklere verdikleri yanıtlar ile sınırlıdır.

### 1.5. Tanımlar

**Benlik Saygısı:** Kişinin kendini değerlendiresi sonucunda ulaştığı benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni durumudur (Yörükoğlu, 2004).

**Ergenlik;** Biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemidir (Yavuzer, 2003).

**Yaşam Doyumu;** Yasam doyumu bir bireyin kendi belirlediği kriterlere uygun bir biçimde bireyin tüm yaşamını pozitif değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985).

### 1.6. Araştırmanın Önemi

Ergenlik döneminde, bireylerin kim olduklarını belirleme çabaları içinde ergenin özsaygısının oluşması ve kendisi tarafından kabul edilmesi önemli bir dönem

özelliğidir. Bu nedenle özsaygının yüksek veya düşük düzeyde oluşu ile ilişkili olan değişkenlerin bilinmesi, eğitimcilere, psikolojik danışma ve rehberlik uzmanlarına , anne ve babalara yüksek düzeyde özsaygıya sahip çocuklar yetiştirme yönünde yardımcı olacaktır (Rizvance, 2005).

Bireyin kendini olduğu gibi kabul etmesi özsaygı düzeyini, özsaygı düzeyi ise yaşam ile ilgili tutum ve beklentilerini bu da yaşamında doyuma ulaşabilmesini etkileyebilmektedir. Bu bağlamda özsaygının oluşumu birçok faktörle ilişkilidir.

Coopersmith (1967)'e göre benlik saygıları düşük olan bireyler sürekli olarak başarısız olma kaygısı taşıyan, reddedilmekten korkan, risk alamayan bağımlı yaşayan ve pasif olan bireylerdir (Akt: Demirbaş, 2009).Gelişen sağlıklı toplumlarda ise bireylerden kendine güvenen, aktif, sorumluluk alabilen ve insan ilişkilerinde başarılı olmaları beklenmektedir.Toplumumuzun geleceğini oluşturan ergenlerin sağlıklı bireyler olarak yetişmesi yönünde etkisi olan benlik saygısı son yıllarda oldukça önemli bir araştırma konusu olmuştur.

Araştırmanın benlik saygısı bağlamında ele alınmasının nedeni, bu kavramın bireyin çevresiyle olan ilişkilerinde, akademik başarısında, bir çok alanda ve özellikle ruh sağlığı üzerinde etkili olması ve öneminin son yıllarda giderek artmasıdır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde (Diener ve Diener, 1995; Leung ve Leung, 1992; Abe, 2004) benlik saygısının yaşam doyumunun yordayıcısı olduğu bildirilmiştir.Yaşam doyumunu ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar da ( Gün ve Bayraktar, 2008) mevcut olmasına rağmen yaşam doyumunun benlik saygısını yordayıcılığı üzerine yapılan araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırmanın alanda bir boşluğu dolduracağı umulmaktadır.

Okullardaki rehberlik servisleri öğrencilerin özsaygı düzeylerini anlamalarında ve kendi kişilik özelliklerini tanıyarak yüksek özsaygıya ulaşmanın yollarını arayabilmelerinde ergenlere ipuçları vererek yardımcı olabilir. Okul danışmanları ve

öğretmenlerin öğrencinin benlik saygısı üzerinde etkili olduğunu gösteren araştırmalar bulunmaktadır. Bu konunun incelenmesinden sonra varılacak sonuçların ailelerin, öğretmenlerin ve rehberlik servislerinin öğrencileri daha iyi tanımaları ve yardımcı olabilmeleri için yararlı olacağı umulmaktadır.

Ergenliğin başlangıcı olan 13-14 yaş döneminde ben kimim sorusuna cevap aranan tam da bu dönemde, kendine güvenen, hayata iyimser gözlerle bakan, yaşamından doyum sağlayan, kendisine ve çevresine duyarlı bir neslin oluşumu bakımından oldukça önemli olduğu düşüncesiyle ilköğretim ikinci kademe 7. ve 8. sınıf öğrencileri üzerinde bu araştırmanın yapılması önemli görülmektedir.

## BÖLÜM II

### KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde araştırmanın içeriğini oluşturan Benlik, Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ve 13-14 yaş grubundaki ergenlerin gelişimi ile ilgili kuramsal ve kavramsal açıklamalara ve ilgili konularda yapılan araştırma özetlerine yer verilmiştir

#### 2.1. Benlik Kavramı

Benlik Kavramı, bireyin kendi kişiliğine ilişkin kanaatlerinin, düşüncelerinin toplamı, bireyin kendini tanıma, anlama ve bireyin kendisi hakkındaki yargılarını değerlendirme biçiminden oluşmaktadır. Bireyin yaşamında vazgeçilmez bir yan olmasından ve benlik kavramına duyulan merak, öğrenme isteği nedenlerinden dolayı benlik kavramıyla ilgili tanımlamalar ve açıklamalar son derece fazladır. Bu tanımlamalardan ve açıklamalardan bazıları şunlardır:

Benlik, bireyin fiziksel ve sosyal çevresiyle olan etkileşimleri sonucu kazandığı bir takım kişisel duygu, değer ve kavramlar sistemidir (Tan, 1970). Ben, benlik, kişilik çoğunlukla eş anlamlı olarak kullanılan kavramlardır. Kişiyi o kişi yapan, başkalarından ayıran duygu, tutum ve davranışların tümünün örgütlenmiş bütünlüğünü anlatır. Benlik kavramı (self concept) insanın kendi benliğini algılayış ve kavrayış biçimi olarak tanımlanır (Yörükoğlu, 2004).

Benlik psikolojik bakımdan bireyin çevresini algılamasında, değerlendirmesinde, yapılandırmasında ve çevresine tepkide bulunmasında en önemli dayanaktır. Kişilik, benlik ve kimlik kavramlarını da içinde taşıyan bireye ait bütün ayırım özellikleridir (Kulaksızoğlu, 2000).

Adams'a göre benlik (self) bir kişinin bilinçli bir şekilde kendi varoluşu olarak adlandırabildiklerinin toplamıdır. Benlik kavramı zaman içinde herhangi bir anda farkındalığımız hakkında sahip olduğumuz fikirlerin ve tutumların özel bir birleşimi anlamına gelir (Onur, 1995).

Kişiliğin temel özelliklerini veren ‘ben’ ya da ‘benlik’ (The ego , le moi , das ich )denilen katman son yıllarda ruhbilimcilerin en çok çalıştıkları alanlardan biri durumuna gelmiştir (Köknel, 1985). Benlik kavramı, kişinin varoluşunu ve kişi tarafından sezilerek farkında olduğu deneyimleri içine alan bir kavramdır (Kasatura, 1998).

Kişinin benliği, kendisini ayrı bir birey olarak tanımlama deneyinden oluşur (Günce, 1979). Benlik kavramı ile ilgili çokça tanımlamalar ve açıklamalar söz konusu olup tanımlardan anlaşılacağı üzere bireyin yaşamının vazgeçilmez, değişen ve gelişen bir yanıdır.

Benlik ile sistemli bir şekilde ilgilenen ilk psikolog James’tir. Psikoloji bilimi içinde benlik konusunun ele alınışı William James’in The Principles of Psychology (1952/1891) adlı eseriyle başlar. James bu eserinde, benliğin “bilen benlik (self as knower)” ve “bilinen benlik (self as known)” olarak iki boyuta düşünülmesi gerektiğini, bilimin konusunun ise bilinen benlik olmasının zorunlu olduğunu belirtmektedir. Çünkü bilen benlik özne (I) bilinen benlik ise nesnedir (me ). Konu, bilginin nesnesi olduğuna göre benlik bilme konu edildiğinde “nesne” durumuna düşmektedir. Dolayısıyla psikolojinin bilinen konusu benliktir (Akt: Saygın, 2008). Ona göre benlik, maddi benlik, sosyal benlik, manevi benlik ve saf benlikten oluşmaktadır. James benliği, en geniş anlamıyla kişinin kendine söyleyebileceği her şeyin toplamı olarak tanımlamıştır (Akt: Bacanlı, 1997).

James den sonra benlik kavramını ele alan Cooley ise,benliğe daha çok sosyolojik açıdan yaklaşmış ve kişinin etkileşim içinde bulunduğu diğer insanların kendisinin nasıl algıladığını ve nasıl değerlendirdiklerini yansıtan bir kavramlaştırma olarak belirlemiştir (Kula, 2001).

Psikolojide benlik konusunun önem kazanmasında Freud’un öncülüğünü yaptığı psikanaliz büyük katkıda bulunmuştur. Bilinç-bilinçaltı-bilinçdışı sınıflamasıyla insan davranışının psiko dinamiğine ışık tutarak psikolojide çığır açan Freud, benlik konusunda psişik aygıtı id-ego-süperego şeklinde yapısal olarak sınıflamaktadır. Ego kişiliğin büyük ölçüde bilinçli yanıdır ve insanın kendi beni

hakkındaki bilinçli bilgisi anlamındadır. Psikanaliz literatüründe benlik yerine egonun ele alındığı görülmektedir (Bacanlı, 2004). Freud'un psikanalitik kuramında ego, id ve süperegoyu ihtiva eden ve id ile süper ego arasında dengeyi sağlayan bir yapıdır (Geçtan, 2006).

Bireysel Psikolojide, Adler benliği kişilik bütünlüğü içinde incelemiştir. Benlik kavramı; kişinin kim olduğu konusundaki inançlarıdır (Geçtan, 2006).

Super'e göre benlik kavramı, bir kimsenin kendini nasıl gördüğüdür (Kuzgun, 1991).

Jung'a göre, yaşamın amacı benliği tanımaktır. Benlik, tüm karşıtlıkların ötesine geçişi ve kişiliğinizin her yönünün eşit olarak sergilenmesini temsil eder. Artık ne kadın veya erkek ne ego veya gölge, ne iyi veya kötü ne bilinçli veya bilinçsizsinizdir, tüm bunları birlikte yaşarsınız (Boore, 2009).

Rogers'ın kişilik kuramında benlik kavramı önemli bir yer tutar. Benlik kişinin fenomenolojik veya algısal alanın bir bölümüdür. «Ben» hakkındaki bilinçli algılamaları içerir. Benlik kavramı kişinin kendi hakkında sahip olduğu bir imajdır. Özellikle «ben neyim?» gibi var olduğunun farkında olma ve "ben ne yapabilirim?" şeklinde işlevlerinin farkında olmayı içerir. Benlik kavramı kişinin ne olduğu konusundaki görüşlerinin yanı sıra ne olması gerektiği ve ne olmak istediği konusundaki görüşlerini de içerir. Kişinin ne olmak istediği konusundaki görüşleri "ideal benliği" oluşturur. Bu terim bireyin ulaşmak istediği ve sahip olduğu takdirde kendisini çok değerli bulacağı benlik kavramını tanımlar. Aslında Rogers'a göre benlik kavramı kişinin kendi hakkında doğru ya da yanlış olan bir takım hipotezlerdir (Yanbastı, 1996)

Farklı şekillerde tanımlanmaya çalışılan ve kişiliğin öznel yanı olan benlik, esasını kişinin kendi hakkındaki olumlu ve olumsuz yaşantılarından alır. Benlik, bireyin belirli ve başkalarından ayrı birey olma hali olup, bir anlamda kimlik yaşantısı olan bu durum aynı zamanda kendi varlığının farkında olması anlamını taşır (Onur, 1987).

## 2.2. Benlik Saygısı

Benlik saygısı, bireyin kendisini yetenekli, önemli, başarılı ve değerli olarak algılama derecesidir. Kendimiz hakkında yaptığımız duygusal bir değerlendirmedir. İngilizcesi ‘self esteem ‘ olan benlik saygısı kavramı için literatürde ‘özgüven’ ve ‘özsaygı’ gibi ifadelerde kullanılmaktadır (Duru,1995; Akt: Yavuz, 2007).

Benlik saygısı bireyin ne olduğu ile ne olmak istediği arasındaki farka ilişkin duygularını gösterir. Benlik saygısı, insanların birer birey olarak, değerleri konusundaki ulaştıkları kanıdır. Kendi benlik kavramını beğenmesi, onaylaması ve kendinden hoşnut olmasıdır (Yavuzer, 2000).

İç saygı, kişinin kendi kişisel yeterliliğine ve fikirlerine verdiği değer anlamına gelmektedir. Benlik kavramımızın değerlendirme bölümünü oluşturmaktadır (Kasatura, 1998).

Benlik saygısı, kendini olduğundan aşağı ya da olduğundan üstün görmeksizin kendinden memnun olma durumudur. Kendini değerli, olumlu, beğenilmeye ve sevilmeye değer bulmaktır. Kendini olduğu gibi, gördüğü gibi kabullenmeyi, özüne güvenmeyi sağlayan olumlu bir ruh halidir (Yörükoğlu, 2004).

Benlik saygısı, benlik değerinin, kendine güvenmenin veya kendini kabulün kişisel ve bütünsel duygularını ifade eder ( Leory, 1996).

Benlik saygısı benlik kavramında bulunan bilgilerin değerlendirilmesidir. Bunun anlamı kendini süper, mükemmel, yeterli hissetmek değildir. Kendini kabul etme, kimlik oluşturma ve başkaları tarafından kabul edilmedir (Uyanık ve Akman, 2004).

Guindon (2002), özsaygı kavramının tanımı ile ilgili literatürden destek alarak özsaygının tek bir boyutu olmadığını vurgulamakta ve özsaygı, genel (global) özsaygı ve seçilmiş özsaygı olarak üç grupta toplamaktadır (Akt: Lizvance).



Özsaygı, benliğin değerlendirici yanı olup, yeterliliğin farkında olması, başarı duygusu ve çevresinden gelen geri bildirimler sonucu gelişen, değerlilik ve kabul duygularını içeren benlik kavramında yerleşen duyuşsal yönüdür. Genel (global) özsaygı, genel benlik değerinin değerlendirilmesi, kişinin kendini kabulünün yada kendine saygısının derecesi, benliğin ikincil özelliklerinin ve karakterlerin sabit ve devam eden özellikleri yada eğilimleridir. Seçilmiş özsaygı, benliğin içinde bütün oluşturan özellikleri ya da nitelikleri, bir arada ya da teker teker değerlendirmesidir (Guindon, 2002).

### Şekil 1: Benlik Saygısı Formülü

$$\text{BENLİK SAYGISI} = \frac{\text{BAŞARILAR}}{\text{BEKLENTİLER}}$$

Kaynak: Lizvance, 2005

Bu formül bireyin belirli nitelik ve yetenekleri bakımından kendini nasıl algıladığı ile nasıl olabileceği ya da nasıl olması gerektiği gibi, iki davranış özelliğini içermektedir. Bireyin özsaygıda hangi alanlarını kullanabileceği belirlemesinde kendi değerleri önemlidir. James'e göre birey için özel olan değer alanları ile ilgili beklentilerinin önem kazanma ölçüsüdür. Özsaygı yalnızca başarı, istek, amaç veya tutkularla belirlenmez kişinin kendisi ile barışık olma derecesi ile başarılarının isteklerine olan oranı ile belirlenir. İstekleri ve amaçları gerçekçi olan bir kişi mutlu olabilecek ve kendine saygı duyacaktır (Akt: Güngör, 1989; Lizvance, 2005 ).

Özsaygının oluşumunda bireyin olmak istediği ile olduğu duyguları arasındaki uyum derecesi önemlidir. Korkut' un (2004) da belirttiğine göre özsaygı, tek bir boyut olarak değil farklı özellikleri, bir çok boyut ve türleri olan bir kişilik özelliği olarak görülmektedir. Tanımlardan anlaşıldığı üzere benlik saygısıyla ilgili çokça tanımlamalar söz konusudur. Benlik saygısı yaşantılar sonucunda gelişen bir yapıdır.

Birey kendini ayrı bir varlık olarak algıladığı, kendisinin farkında olmaya başladığı an benlik saygısı oluşmaya başlamaktadır (Çankaya, 2007).

### 2.2.1. Benlik Saygısı İle İlgili Kuramsal Görüşler

Benlik saygısı ile ilgili kuramsal yapı, kişilik kuramcılarının, kliniklerde çalışan mesleki elemanların ve sosyal bilimcilerin, benlik saygısı ile ilişkili buldukları etkenler hakkındaki görüşleri çerçevesinde oluşmuştur. Benlik saygısı konusundaki araştırmalara yol gösterici olan bu fikirler, konuyla ilgili kuramsal bir çatı olarak kabul edilmiştir. Ancak bu konudaki çalışmaların sayısının fazlalığına rağmen benlik saygısının tanımı konusunda bir fikir birliği söz konusu değildir. İlk olarak 1890'da James'in yaptığı tanımdan sonra yaklaşık 30 kadar benlik saygısı tanımı yapılmıştır (Korkut, 2004).

James'e göre benlik saygısı, kişinin istekleri ve başardıkları arasındaki denge ile oluşur. Böylece kişinin başarmak istediklerine göre başardıkları ne kadar fazla ise, benlik saygısı da o ölçüde yüksek olacaktır. Kişi yapabileceğini iddia ettiği şeylere göre, yapabildiklerini kıyaslayarak kendine olan saygısını şekillendirir (Akt: Eşer, 2005).

Psikanalitik kurama göre, benlik saygısının gelişimi süper ego gelişimi ile yakından ilgilidir. Süperego geliştikçe benlik saygısının içerden düzenlenmesini üzerine alır. Kendinden hoşnut olmanın tek koşulu artık sevilmiş olma duygusu değildir, şimdi doğru olanı yapmış olma duygusu da gereklidir. Süper ego tarafından verilen içsel ceza benlik saygısında azalma olarak hissedilir. Bireyin ruhsal yapısının dışa açılan en büyük parçası olan süper egonun devreye girmesi durumunda ise benlik saygısını, yalnız kişilerin kendilerini haklı görmeleri değil, başkalarının kendileri için ne düşündüklerinin dikkate alınması da etkiler (Fenichel, 1945; Akt: Erim, 2001).

Adams'a göre benlik saygısı benliğin duygusal boyutudur. Birey kim olduğu ile ilgili belirli fikirlere sahip olmasının yanı sıra, kim olduğuyla ilgili belirli duygulara da sahiptir (Onur, 1996).

Benlik saygısı konusunda yapılmış çalışmalar, genellikle birbirinden bağımsız olan üç kavram üzerinde yoğunlaşmaktadır. Birincisi benlik saygısının sonuç olduğudur. Bu görüşe katılan bilim insanları (Coopersmith 1967, Rosenberg 1979), benlik saygısını engelleyen ya da geliştiren süreçlere odaklanmışlardır. İkinci olarak benlik saygısı bazı araştırmacılar tarafından benliğin olumlu değerlendirilmesini artıran ya da devam ettiren şekillerde davranma eğilimi olarak ifade edilen benlik güdüsü olarak araştırılmıştır. Son olarak da benliğin zararlı deneyimlerden korunmasını sağlayan bir tampon görevi gördüğüyle ilgili araştırmalar yapılmıştır. Benlik saygısıyla ilgili, en doğru en ciddi ve en kapsamlı araştırmalar Rosenberg ve Coopersmith tarafından yapılmıştır. Bu iki kuramcının eserleri kendilerinden sonraki araştırmalara temel teşkil etmiştir (Akt: Yücalan, 2007).

Rosenberg (1986), benlik saygısının gelişmesini sağlayan beş tür psikolojik seçicilik mekanizmasından bahsetmiştir. Ona göre seçicilik, yapılanmamış ya da çelişkili durumlarda ve tercih seçeneklerinin çok olduğu durumlarda işlev göstermektedir. Rosenberg, bireyin kendine yönelik tutumunu etkileyen bu seçicilik mekanizmalarını kendine değer biçiminde seçicilik, yorumlamada seçicilik, standartlarda seçicilik, kişilerarası seçicilik ve durumsal seçicilik olarak belirtmiştir. Birey, kendi özelliklerini keşfetme yoluyla ve diğer bireylerin de tepkileriyle kendine ilişkin tanımlamalarda bulunmaktadır. Kendini olumlu sıfatlarla donanmış bir birey olarak algılıyorsa benlik saygısı düzeyi yüksek, olumsuz ve çelişkili algılamaları varsa benlik saygısı düşük olmaktadır (Akt: Avşaroğlu, 2007)

Adlerin bireysel psikolojik yaklaşımı özsaygı kavramının temelini oluşturan kuramcılarında biridir. Adler, bireyin benlik saygısını azaltan zayıflıkları ve yetersizlikleri üzerinde durmuştur. Adler'e göre benlik saygısı, aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna geçişi temsil eder. Ona göre benlik saygısının gelişiminde, organ eksikliği, çeşitli hastalıklar, aile içindeki durum ve doğum sırası, sosyal ilişkilerde reddedilme gibi olaylar etkili olup, benlik saygısında oynamalara yol açmaktadır (Akt: Eşer, 2005).

Adler, (2003) özsaygıyı aşağılık duygusundan üstünlük duygusuna geçiş olarak tanımlamaktadır. Gerçek zayıflık ve yetersizlik kavramlarının düşük özsaygıya neden olan etkenler olduğu konusunda diğer kuramcılardan daha çok önem vermektedir. Adler'in teorisine göre, birey ailesi ve arkadaşları tarafından kabul edilir, desteklenir ve cesaretlendirilirse var olan eksiklikleri ile daha kolay baş etmeyi öğrenecek ve bulunduğu basamaktan bir üst basamak çıkarak özsaygısı, aşağılık duygusunu yenip bireysel gelişim sağlayacaktır (Rizvance, 2005).

James, bireyin iç dünyasına ait özelliklerinin ve değerleri kendisine olumlu değerlendirip değerlendirmemek konusunda önemli rolü olduğu sonucuna varmaktadır. İnsanların bu özellikleri kendileri ile özdeşleşerek seçmiş olduğu bu özellikleri başarılı yada başarısız olduklarında kendilerine saygı duygusunu belirlemektedir (Akt: Arıca, 1999).

Sullivan (1953), özsaygının oluşumunu kişilerarası ilişkiler belirlemektedir. Ona göre her birey çevresindeki insanları algılamakta ve fark etmektedir. Sullivan'a göre birey özsaygı kaybına karşı kendini sürekli olarak korumalıdır. Özsaygının yitirilmesi durumunda birey üzüntü ve anksiyete duyacaktır. Özsaygı yitirilmesini azaltıldığı zaman, birey yüksek veya kabul edilebilir özsaygı düzeyine ulaşmaktadır (Rizvance, 2005).

'Sullivan'a göre üç önemli benlik sistemi vardır:

#### 1) İyi Ben

Anneyle olan, ödül getiren, hoş karşılanan ilişkiler sonucu oluşur. Çocuk kendine karşı olumlu duygular geliştirir ve kendine olan saygısını artırır.

#### 2) Kötü Ben

Annenin hoş karşılamadığı durumlar sonucu oluşur. Kötü ben kaygı içindedir. Ancak bu kaygı aşırı uçta değildir. İstenmeyen davranışın engellenmesinde bireye yardımcı olur. Ancak kötü ben'de birey kendine karşı olumsuz duygular geliştirir. Bu

duygular bireyin anti-sosyal davranışlara girişmesini otomatik olarak engeller, bilincin gelişmesine de yardımcı olur.

### 3) Ben ve Ben Olmayan

Yapıcı bir fonksiyonu yoktur. Benliğin bu kısmı annenin çocuğa karşı aşırı bir hoşnutsuzluk gösterip çocukta kuvvetli bir kaygıya yol açmasıyla oluşur. Birey diğer benliklerle olan bağını koparır, kontrol edemez hale gelir. Benliğin bu kısmı bilinçaltı düzeyde kalır ve birey bundan kaynaklanan olaylarla karşılaşınca aşırı bir anksiyete duyar.

Kısaca benlik sistemi bireyin güvenliğini sağlar, kişiyi anksiyeteden korur, kişiliğin geri kalanına yabancılaşmasına engel olur ve diğer insanlarla ilişki kurmasına yardım eder. Ayrıca Sullivan, benlik sisteminin insanların mantık dışı yönlerinden biri olduğuna inanır.’(Yanbaşı, 1996). Sullivan (1953), özsaygının temelini aile içi yaşantılara dayandığını ve anne, baba ve çocuk ilişkisinin ödül ve ceza oranının bireyin kendini iyi ben yada köyü- ben olarak değerlendirmesinde etkili olduğunu vurgulamıştır. İyi- ben yada kötü- ben gibi kişiselleştirmeler bireyin gelecekteki özsaygısını ve ilişkilerinin niteliğini etkileyecektir (Rizvance, 2005).Birey benlik saygısı yitimine karşı kendini korumak zorundadır, koruyamazsa bu durum kaygı yaratır (Yücalan, 2007).

Erikson (1984) teorisinde benlik kavramından çok kimlik kavramı üzerinde durmuş. Bireyin psikolojik gelişimini, yaşamın çeşitli dönemlerinde kurdukları sosyal ilişkilere dayandığına inanan Erikson yaşam boyu gelişimi karakterize eden 8 psiko-sosyal evreden bahsetmektedir Erikson (1984) bireyin sekiz psiko-sosyal gelişim döneminden bahsederken özsaygının temellerini ilk basamaktaki güvensizliğe karşı güven duygularıyla kazanılan güven ve iyimserlik duygularına bağlı olduğunu söylemektedir. İkinci basamak olan kuşkuya karşı özerklik döneminde beklenen sonuç öz denetim ve yeterlilik duygusunun gelişmesidir. Böylece birey karar verebilme, kendi yetenekleri, çerçevesinde kendi davranışlarını çevreye kabul ettirebilme ve çevresini kendi davranışlarıyla yönetip kontrol altına alma gibi yeterlilik duygusunu geliştirecek ve özsaygısını yükseltecektir. Üçüncü

basamak olan suçluluğa karşı girişimcilik döneminde beklenen sonuç bir etkinliği başlatabilme yeteneğinin gelişmesidir. Çocuk böylece ebeveynlerinin koyduğu sınırları sorgulamayabilir neyin yapılabileceğini ve neyin yapılamayacağını öğrenir ve girişkenlik duygusunu geliştirir. Ebeveynlerin olumlu tutumları çocuğa deneme ve yanılma fırsatlarının verilmesi çocuğun özsaygısını yükseltir. Dördüncü basamak olan değersizliğe karşı çalışkanlık döneminde beklenen sonuç entelektüel, sosyal ve fiziksel becerilerde yetkinliğin kazanılmasıdır. Bu gelişim basamağından uygun çevresel koşullar sağlanmasıyla çocuğun başarılı olma duygusu gelişir. Beşinci basamakta kimlik karmaşasına karşın, kimlik kazanma döneminde beklenen sonuç bütünleşmiş benlik imgesinin gelişmesidir. Kimlik kazanmada başarılı olanların, kendine güven cinsel açıdan kendi rolünü kazanma, belli bir ideolojiye sahip olma yaşamı anlamlı bulma gibi yönlerde kazanımları söz konusudur. Böylece birey ne olduğu ya da ne olmadığı ve neleri yapıp neleri yapamayacağına dair gerçekçi bir özsaygı geliştirmektedir (Erikson, 1984).

Jung'a göre benlik orta yaşlarda ortaya çıkmaya başlar, çünkü bundan önce birey kişilik gelişimi ve bireyselleşmesini tamamlamaktadır. Zira bireyin kendini gerçekleştirebilmesi için kendisiyle ilgili olan her şeyi bilinçlendirmesi gerekir. İnsan ancak kendini bu yolla tanıyabilir (Geçtan, 1993).

Konuyla ilgili benlik psikolojisi literatüründe yer alan çalışmalar incelendiğinde bireylerin benlik saygısı düzeylerinden; benlik saygısının yüksek veya düşük olmasından bahsedilmektedir. Rosenberg (1965) benlik saygısını kişinin kendine karşı pozitif veya negatif tavrı olarak ele almış, buna göre kişi kendini değerlendirmede olumlu bir tutum içindeyse benlik saygısının yüksek; olumsuz bir tutum içindeyse benlik saygısının düşük olacağını ifade etmiştir.

Arıca (1995)'a göre kişinin benlik saygısının düzeyi ailesel, çevresel kabulünün derecesine, bireyin yaşantı ve öğrenmelerine, bunların sonucunda beklenti ve başarıma güdüsüne, aynı zamanda kendisini bedensel, zihinsel ve sosyal yönden diğerleriyle kıyaslamak suretiyle kendisine ait oluşturduğu benlik algısına göre değişir (Akt:Yavuz, 2007).

Literatürdeki çalışmaları daha anlaşılır olarak aktarabilmek amacıyla benlik saygısını yüksek ve düşük olmak üzere iki alt başlıkta açıklamak uygun olacaktır.

### **2.2.2. Yüksek Benlik Saygısı**

Gecas ve Schwalbe (1983) ve White (1960)'a göre benlik saygısı, bireyin yeterli olan davranışları sonucunda kazanılır. Birey çevresini kontrol ve manipüle edebildiğini görerek yeterli, başarılı ve muktedir bir benlik görüşü ve bunun sonucunda da yüksek bir benlik saygısı geliştirir. (Akt: Balat ve Akman, 1988). Aynı zamanda ergenlikte yüksek benlik saygısı iyi olmakla ilişkilidir (Rosenberg ve arkadaşları, 1995).

Konuyla ilgili benlik psikolojisi literatüründe yer alan araştırmalar incelendiğinde yüksek benlik saygısına sahip kişiler hakkında araştırmalar yapılmış ve birçok görüş ileri sürülmüştür. Bu görüşler aşağıda ifade edilmiştir.

Yüksek benlik saygısına sahip kişilerin özellikleri aşağıdaki gibidir.

1. Pope ve McHale(1988)'e göre yüksek benlik saygısına sahip olan bir kişi, kendini olumlu olarak değerlendirir ve güçlü yönleri hakkında kendini iyi hisseder. Kendine güvenen kişi zayıf olduğu yönlerde kendini geliştirmeye çalışır (Akt: Balat ve Akman, 1988).

2. Coleman ve Hendry (1990)'e göre ise yüksek benlik saygısına sahip olanların mutlu, sağlıklı, üretken ve başarılı olmak için eğilim gösterdiklerini, güçlükleri yenmek için daha uzun süre çaba harcadıklarını, gece daha iyi uyuduklarını, daha az ülsere yakalanma riskleri olduğunu, diğerlerini kabul ve yaşatlarının baskılarına daha az eğilim gösterdiklerini belirtmiştir (Akt: Balat ve Akman, 1988).

3. Yavuzer (2003) yüksek benlik saygısına sahip çocukların gerçekçi hedefler koyabildiğini ve kendilerini yetenekli bir birey olarak algıladıklarını ifade etmektedir (Akt: Yavuz, 2007).

4. Kliewer ve Sandler (1992) yüksek benlik saygısına sahip çocukların, yaşamın olumsuz etkilerinden kendilerini korumayı başarabildikleri ve stresi kendi iç dünyalarında daha az tehlikeli olacak biçimde tolere edebildiklerini belirtmiştir (Akt: Saygın, 2009).

5. Sever ve arkadaşları (1993) yaptıkları araştırmada, benlik saygısı yüksek olan öğrencilerin ruhsal yönden daha az risk altında olduklarını ve kendine güven duygularının daha iyi geliştiğini bulmuştur. Yörükoğlu (1998); Brown ve Mann, (1991)' göre benlik saygısı yüksek bireyler daha yaratıcı, başarılı ve sağlıklı, kendine güvenen, atılgan, fikirlerini kolayca ifade eden, sosyal yönden uyumlu kişiler olarak görülmektedir (Otaçoğlu, 2009).

6. Benlik saygısı yüksek olanlar kendilerinden daha hoşnutlular (Burns, 1982) ve güçlü yanlarına, yeteneklerine ve olumlu özelliklerine odaklaşırlar (Baumeister ve Tice, 1986 ; Akt: Kaner, 2000).

7. Öz (2004) yüksek benlik saygısına sahip olan bireylerin yaşamında mutluluğu bulacağını, yolunda gitmeyen durumların üstesinden gelebileceğini ve koşulları değiştirebileceğini belirtmiştir (Tatoğlu ve arkadaşları, 2004).

8. Yüksek benlik saygısına sahip gençler başkalarının kendisini sevilen, sayılan, beğenilen, arkadaşlığı aranan, iyi huylu kişi olarak gördüklerine inandıklarını düşünmektedirler (Yörükoğlu, 2004).

9. Yüksek benlik saygısına sahip olan kişi kendisini, gerçekçi hedefler koyabilen ve bunları gerçekleştirebilen yetenekli bir birey olarak algılamaktadır ve bu kişiler başarılarını büyük ölçüde kendi emeği ve becerisi olarak görürler(Yavuzer, 2000).



10. Yüksek benlik saygısına sahip kişiler pozitif bakış açısına sahiptirler (Rosenberg ve arkadaşları, 1965).

11. Campel ve Lavallo (1993) yüksek benlik saygısına sahip bireylerin kendilerini iyi ve olumlu tanımladığını; kendilerine olan inançlarının ve güvenlerinin yüksek olduğunu, sosyal çevreye daha bağımlı olduklarını (Akt: Arıca, 1999); Pope, McHale ve Craighead ise yüksek benlik saygısına sahip bireylerin beklentilerinin ve tutumlarının onları daha çok bağımsızlığa ve yaratıcılığa yönlendirdiğini, atılgan ve gayretli sosyal davranışlar göstermelerini olanaklı kıldığını bildirmiştir (Akt: Avşaroğlu, 2007).

### **2.2.3. Düşük Benlik Saygısı**

Fennell, (1997)'e göre düşük benlik saygısı ise, genel olarak kalıcı ve sürekli bir şekilde kişinin kendisini olumsuz değerlendirmesi anlamına gelmektedir. Mecca, Smelser & Vasconcellos, (1989); Leary, (1999); Sacco & Phares, (2001); Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt & Caspi, (2005); Kernis, (2005)'e göre düşük benlik saygısı daha çok çeşitli psikolojik zorluklar, depresyon, yalnızlık ve akademik başarısızlık gibi durumları içine alan kişisel problemlerle ilgilidir (Akt: Saygın, 2009)

Düşük benlik saygısına sahip kişilerin özellikleri aşağıdaki gibidir.

1. Düşük benlik saygısına sahip bir kişiler övgü ve eleştirileri kabul etmede güçlük yaşayan, görevden ve denemeden kaçınan, olumsuz akran davranışlarından etkilenen kişilerdir (Yavuzer, 2000).

2. Düşük benlik saygısına sahip bir kişinin kendine güveni zayıftır. Bu kişiler diğerlerine bağımlıdır, utangaçtır, araştırmacı değildirler ve daha az yaratıcı ve daha otoriter kişilerdir (Wells ve Marwell,1976, Pope ve McHale,1988;Akt; Balat ve Akman ,2004). Kassin (1998) ise düşük benlik saygısına sahip bireylerin başarısızlığı

bekleme, sınırlı olma, daha az gayret gösterme gibi özellikler sergilediklerini ve yaşamdaki önemli şeyleri gözardı edebileceklerini ayrıca başarısız olduklarında kendilerine değersiz ve yeteneksiz gibi suçlamalarda bulunabileceklerini ifade etmiştir. (Akt: Balat ve Akman, 2004).

3. Yörükoğlu (1998)'e göre adölesanlarda görülen birçok sağlık probleminin, düşük benlik saygısıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Düşük benlik saygısına sahip adölesanların; başarısızlığı bekledikleri, sınırlı oldukları, daha az gayret gösterdikleri, yaşamdaki önemli şeyleri göz ardı ettikleri ve başarısız olduklarında kendilerini değersiz ve yeteneksiz hissettikleri belirlenmiştir (Kahrıman ve Polat, 2003).

4. Baumeister ve Tice, (1986)'e göre benlik saygısı düşük olanlar olumsuz ve zayıf özelliklerini daha çok on plana çıkarırlar (Akt: Kaner, 2000).

5. Coleman ve Hendry (1990) düşük benlik saygısına sahip olanların endişeli, karamsar, gelecek hakkında olumsuz düşünceleri olan ve başarısızlık eğilimleri olan bireyler olduklarını belirtmiştir (Akt: Balat ve Akman, 1988).

6. Quatman ve Watson (2001), Lapsley ve Power (1998), Patzek (1998).düşük benlik saygısına sahip insanlarda anksiyete, motivasyon eksikliği, intihar davranışları, yeme bozuklukları, depresyon gibi duygusal ve davranışsal bozukluklar görülebileceğini belirtmiştir (Akt: Çetinkaya ve Başbakkal, 2005).

7. Düşük benlik saygısına sahip kişiler başta ana babası olmak üzere onun için önemli kişilerin, kendisini sevmediklerine, değer vermediklerine inanır (Yörükoğlu, 2004).

8. Campel ve Lavallo (1993) düşük benlik saygısına sahip bireylerin sosyal çevreye daha bağımlı olduğunu ve bu bireylerin benlik şemalarının dışsal bilgiyle oldukça tutarlı olduğunu, sosyal çevreye verdiği tepkilerde ihtiyatlı olduğunu (Akt: Arıca, 1999); Tice ise düşük benlik saygısına sahip bireylerin kendilerini yetersiz, sevilmeyen ve genel olarak kendini değersiz gördüklerini, savunmacı ve kendilerini

daha fazla korumaya yönelik belirtiler gösterdiğini bildirmiştir (Akt: Avşaroğlu, 2007).

9. Düşük benlik saygısına sahip çocuk okulda ve hayatının geri kalanında kapasitesinin daha altında başarılar hedefleme eğilimindedir ( Yavuzer, 2000).

### **2.3. Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı İlişkisi**

Benlik, benlik kavramı, benlik saygısı konularında birçok araştırma ve açıklama yapılmıştır. Çalışmalarda kullanılan bu kavramlar zaman zaman aynı anlamı taşıy niteliğinde kullanılmışlardır. Oysa benlik saygısı ve benlik kavramı aynı anlama gelmemektedir. Her ikisi de bireyin kendi benliği hakkındaki fikirlerini kapsamakla birlikte benlik saygısı, benlik kavramının içermediği değerlendirici bileşimlere de sahiptir. Ben Kimim? şeklinde bir soru, kişinin kendi benliğini tanımlamasını sağlar fakat benlik saygısı üzerinde etki edecek kişisel atıfların değerlendirilmesini içermez (Avşaroğlu, 2007).

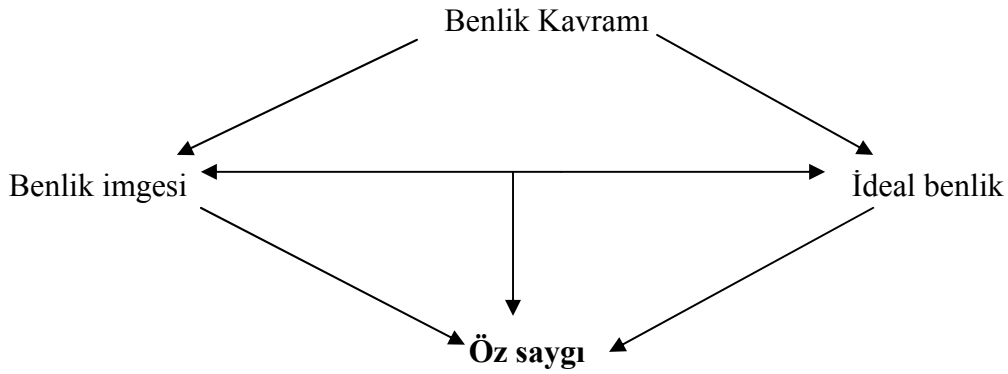
Benlik kavramı bireyin zihinsel ve fiziksel özelliklerinin toplamı ve bireyin sahip olduğu bütün bu özelliklere ilişkin kendini değerlendirmesi olarak tanımlanabilir.

Kuzgun (2002)'e göre benlik kavramının bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olmak üzere üç boyutu vardır. Söz konusu kavram ayrıca, benlik imgesi, ideal benlik ve özsaygı gibi üç alanda gelişme göstermektedir. Benlik kavramını bir bakıma ideal benlik, benlik imgesi ve özsaygı kavramını içine alan semsiye bir kavram olarak görebiliriz. Bu şemsiyenin altındaki üç kavramın yani benlik imgesinin, ideal benliğin ve özsaygının gelişimi, bu semsiye kavramın gelişimiyle ilişkilidir (Akt: Güler, 2006)

Lawrence (2000), benlik kavramını bireyin zihinsel ve fiziksel özelliklerini farkındalığı ve bu özelliklerine ilişkin kendini değerlendirmesi olarak tanımlamıştır. Benlik kavramı gelişimi benlik imgesi, ideal benlik ve özsaygı kavramlarının

gelişimi ile ilişkilidir (Şekil.1). Özsaygı, benlik imgesi (bireyin ne olduğu) ile ideal benliği(bireyin ne olmak istediği) arasındaki farka ilişkin değerlendirmesidir. Örneğin, birçok ergen nasıl bir birey olduğu ile nasıl bir birey olmak istediğine ilişkin düşüncelerini eşit düzeyde tutabilir.

**Şekil 2.** Benlik kavramı şeması



Kaynak: (Lawrence, 2000; Akt: Lizvance,2005)

Benlik kavramının oluşumu ve gelişimi sürecinde bireyin yaşadıkları, deneyimleri, iletişimde bulunduğu kişilerin geri bildirimleri ve bireyin bütün bu yaşantıları değerlendirmesi özsaygı düzeyini belirlemektedir (Pişkin, 2000).

Arıcak (1999) a göre gelişim süreci içinde ‘ben’ algıları ile oluşan her bir ‘ben’ kavramını bir binanın yapı taşı olan bir tuğla gibi düşünürsek, binanın bütünü ‘benlik kavramı’ olmaktadır. Birey, kendine ilişkin her bir ‘ben’ kavramı hakkında değerlendirmede bulunmakta ve zaman içinde çevresinin de etkisiyle kendisine ilişkin olumlu ya da olumsuz anlamda bir yargı geliştirmektedir. Birey sahip olduğu bir özellikten(‘ben’ kavramından ) hoşnut olabilir ya da hoşnutsuzluk duyabilir, bu özelliğini sevebilir ya da nefret edebilir, bundan dolayı gurur duyabilir ya da utanç hissedebilir, bunu onurlu ya da küçük düşüren bir özellik olarak değerlendirebilir ve nihayetinde bu özelliğini değerli ya da değersiz bulabilir. Örneği biraz daha somutlaştırırsak binayı ((benlik kavramını) oluşturan farklı tuğlaların (‘ben ’ kavramlarının ), siyah tuğla (olumsuz değerlendirme) ve beyaz tuğla (olumlu değerlendirme) gibi iki farklı renkte olduğunu kabul edersek binayı oluşturan

tuğlaların çoğunluğunda hangi renk ağırlıktaysa (değerlendirme hangi yönde)doğal olarak genel renk görünümü (değerlilik yargısı) o şekilde olacaktır (Akt: Yücalan,2007). Benlik ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi bu şekilde açıklayabiliriz.

#### **2.4. Yaşam Doyumu**

Yaşam doyumu, genel değerlendirmeyi ya da kişinin kendi düşünce ve fikirlerine, iyi olma ve mutluluk seviyesine bağlı olan mevcut yaşamından duyduğu memnuniyet derecesini ifade eder. Yaşam doyumu, kişinin amaç ve ideallerine ulaşmasıyla ilişkilidir (Bradley ve Crownly, 2004). Ayrıca temel ihtiyaçların karşılanmasını ve ulaşılabilir hedefler gibi genel kavramları yansıtır (Leung,1992).

Ergenlikte iş, toplum ve ilişkilerden ortaya çıkan güç psikolojik açıdan öneme sahiptir (Bradley ve Crownly, 2004).

Kişi hayatını bütün olarak ele alır, hayat şartlarına, koşullarına ve beklentilerine bağlı olarak olumlu değerlendirmeler yapar. Bunun yanı sıra yaşam doyumu sadece doyum almak değil, ayrıca tatmin edici olmayanların aksine taminkar düşüncelere sahip olmayı da belirtir. Bir kişi mevcut şartlarından ya da hayattaki pozisyonundan ne kadar mutluysa genel anlamda da o kadar tatminkar olur. Bu tarz bir duruş kişinin iş, aile ve hayatın diğer alanlarını kapsar( Leung ve Leung, 1992).

Yaşam doyumunun özellikle ergenlik döneminde önemli bir psikolojik değişkenliğe sahip olduğuna inanılır (Leung ve Leung, 1992). Ergenlik içinde yaşam doyumu ; beden imgesi ve pozitif benlik algısı değerlendirmeleri gibi kişisel olduğu kadar çevresel faktörlerden de etkilenir ( Dewt ve Huebrer, 1994). Ergenin kim olduğunu sorguladığı, değişen bedenine uyum sağlamaya çalıştığı bu dönemde mevcut yaşamından memnun olmaması durumu problemler yaşamasına sebep olabilmektedir. Ergenler arasında negatif yaşam doyumu: gelişigüzel cinsellik, alkol ve uyuşturucu kullanımı, düşük yaşam doyumu gibi riskli davranışlarla bağlantılıdır (Mcknight, Huebrer ve Suldo, 2002). Yaşam doyumu çalışmaları,( öznel iyi oluş,

yaşam kalitesi gibi ilişkili yapılar) bireylerin farklı yaşam durumlarına, özellikle stresli ve zor koşullar karşısında nasıl tepki verdiklerini açıklama konusunda faydalı olmaktadır. Çoğu vatandaşın temel ihtiyaçlarının karşılandığı bireysel toplumlarda yaşam doyumuyla, temel ihtiyaçlardan öte hedeflere ulaşma arsında sıkı bir ilişki vardır (Veenhoven, 1999). Araştırmalar ayrıca ergen nüfusu içinde stresli hayat olayları ve düşük yaşam doyumunu seviyesi arasında da ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Yüksek yaşam doyumuna sahip olan ergenlerin daha az stresli durumları ve deneyimleri olduğu ve daha pozitif bir yaşam doyumları olduğu aşikardır (Suldo ve Huebner, 2004).

Yaşam doyumunu ile ilgili yapılan çalışmalar cinsiyetin, ırkın ve gelir durumunun yaşam doyumunu ve mutluluğu yordamada hemen hemen hiçbir etkiye sahip olmadığını, psikolojik değişkenlerin örneğin kişisel eğilimlerin, yakın ilişkilerin ve kültürün yaşam doyumunu açıklamada daha fazla etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Myers ve Diener, 1995). Mutluluğu etkileyen psikolojik faktörler arasında benlik saygısının tutarlı ve güçlü bir biçimde yaşam doyumunu yordadığı hemen hemen tüm kültürlerde (bireyci ve toplulukçu) yapılan çalışmalarda (Campbell, 1981; Diener ve Diener, 1995; Lucas, Diener, Suh, 1996; Leung ve Leung, 1992) rapor edilmektedir (Akt: Çivitci, 2007)

Bozgeyikli (2009) çıraklık eğitim merkezinde öğrenim gören ergenlerin yaşam doyumlarını incelediği çalışmada, yaşam doyumunu seviyelerini; yaşam doyumunu alt boyutlarına (arkadaş, okul, çevre, aile ve benlik gibi) ve bazı değişkenlere (ailenin eğitim durumu, ebeveynlerin meslekleri, iş ve çalışma koşullarından memnuniyet gibi) bağlı olarak araştırmıştır. İşinden memnun olan ve olmayan öğrenci gurupları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğunu saptamıştır. Modern koşullar ve çevre mutluluğu için gerekli olan şeyleri sağlamayan olumsuz çalışma şartlarının, uyumsuzluk ve huzursuzluk yaratarak ergenin psikolojik sağlığını tehdit ettiğini ve verimliliğini düşürdüğünü belirtmektedirler.

Flouri ve Buchanan (2002) araştırmalarını İngiltere’de yaşayan yaşları 13-19 arasında olan 1344 ergen erkek öğrenci üzerinde yapmışlardır. Bu araştırmada baba

ilgisinin sosyal destek kaynağı olup olmadığı ve yaşamdaki düşük seviyedeki doyuma karşı koruyucu olup olmadığını araştırmışlardır. Yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları ergen erkek öğrencilerde düşük baba ilgisinin ve akran kurbanlığına ve düşük seviyedeki yaşam doyumuna anlamlı katkıda bulunduğunu göstermiştir. Araştırmada baba ilgisinin çocukların aşırı kurban olmaya karşı koruyucu bir tampon etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Akt: Hiloğlu, 2009).

## **2.5. Ergenlerin Gelişim Dönemi Özellikleri**

Ergenlik dönemi çok yönlü değişkenlerin ve buna bağlı çok karmaşık ve çok çeşitli etkenlerin sonucunda bir gerçekleşme ya da oluşum sürecidir. Bu yüzden ergenliğin gelişim sürecini birkaç etkenle sınırlamak, konuyu oldukça basitleştirmek anlamına gelebilir (Ataman, 2004).

Ergenlik dönemi, biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi (Yavuzer, 2002) olduğuna göre bu dönemi bedensel (fiziksel), bilişsel (zihinsel), psikoseksüel ve psikososyal gelişim olarak ele almak 13-14 yaş gurubu olan ergenlerin gelişim özelliklerine açıklık getirme noktasında uygun olacaktır.

### **2.5.1. Bedensel(Fiziksel) Gelişim**

Ergenliğin başlama yaşıyla ilgili farklı uzmanlarca farklı görüşler mevcut olup, Öncel ve ark, (2003) bu dönemin ülkemizde kızlarda ortalama olarak 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başladığını belirtmiştir (Akt: Turan ve Ceylan, 2003).

Bu dönemde endokrin bezlerinden damarlara büyüme(Pitüiter bez tarafından) ve cinsiyet(Gonadlar tarafından) salgıları verilir. Bu hormonların salgılanmasıyla pek çok değişme başlar. Bu dönemdeki kızlar ve erkekler hızla büyürken, birincil ve ikincil cinsiyet özellikleri de ortaya çıkmaya başlar ( Arı, 2003).

13-14 yaş gurubu kızlar ergenlik dönemine erkeklere göre iki yıl kadar önce girerler. Dolayısıyla, erkeklere göre daha kısa ve daha az beden ağırlığına sahip kızlar bu dönemde akranları erkekleri geçerler (Arı, 2003). Erkeklerse daha sonra bu farkı kapatıp, kızları geçerler ( Aydın, 2005 ). 13-14 yaş gurubu ergenlerde kilo artışında da artış görülür. Kızlar gene başlarda ağırlık itibarıyla erkeklerden fazla olmalarına rağmen, orta son sınıf döneminde erkekler kiloları itibarıyla kızlardan daha ağır olmaktadır (Aydın, 2005).

Boy uzunluğu ve kilo artışı yaşayan 13-14 yaş gurubu ergenlerin boy uzunluğu ve kilo artışının son durumunu belirlemede genetik etkenler etki olur. Diğer yandan beslenme ve iklim şartları da boy ve kilo üzerinde belirleyici rol oynar.(Arı,2003) Bu sebeple hızlı gelişme sürelerinde, yavaş devrelere nazaran bedenin uygun bir beslenmeye ihtiyacı vardır. Bu nedenle gerek madenler, tuzlar ve gerek kalori bakımından ergenlerin ihtiyacı önceki yıllara göre artmıştır (Yavuzer, 1986). Bu dönemde başlayan fiziksel değişikliklerin boy ve kilo artışıyla sınırlı olmadığı bilinmektedir.

13-14 yaş gurubu erkek ergenlerdeki fiziksel(bedensel) değişimler aşağıdaki gibi bir sıra izler:

- a) Cinsel organlarda büyüme, kıllanma,
- b) Ses değişikliği,
- c) İlk ejakulasyon,
- d) Büyümenin doruk noktaya ulaşması. Ortalama 7 cm artar
- e) Ses değişikliklerinin daha belirgin hal alması,
- f) Sakal ve bıyığın çıkması.

13-14 yaş gurubu kız ergenlerdeki fiziksel(bedensel) değişimler de aşağıdaki gibi gerçekleşmektedir:

- a) Göğüslerde büyüme veya cinsel organlarda kıllanma ile başlar,
- b) Koltuk altında kıllanma,
- c) Boy artışı ve kalçaların gelişimi. Ortalama boy artışı 6-7 cm'dir



d) Adet görmenin başlaması. Başlangıçta adet düzensizdir ve ilk senelerde yumurta olmayabilir (Aydın, 2005).

Sonuç olarak 13-14 yaş gurubundaki kızlarda ve erkeklerde fiziksel değişimlerin başlaması ve sona ermesi, bireysel ayrımlara, kalıtım, genel sağlık, gelişim süreci, bilişsel yetenekler, çeşitli coğrafya, sosyo-ekonomik ve kültürel etmenlere bağlı olarak değişebilmektedir (Ataman, 2004).

### 2.5.2. Bilişsel(Zihinsel) Gelişim

13-14 yaş gurubundaki ergenler bedensel ve cinsel değişimlerle birlikte zihinsel (bilişsel) yeteneklerinde de değişimler yaşarlar. Bilişsel gelişim olarak bilinen olgu, bu yaş gurubundaki ergenlerin yalnız kendilerini, ailelerini, yaşlılarını, arkadaşlarını ve öğretmenlerini değil, dünyalarını görme biçimi üzerinde uzun süreli etkiler taşır. Bu yaş gurubu ergenlerin tüm düşünce süreçleri değişir, gittikçe artan biçimde geleceğe yönelik ve soyut düşüncelerle ilgili olurlar (Onur, 2004 ).

13-14 yaş gurubundaki ergenlerin bilişsel gelişimleri konusunda bize kapsamlı bilgi veren kuramcı Jean Piaget'tir. Ergenliğin 13-14 yaş gurubu J. Piaget'in Bilişsel gelişim kuramlarından soyut işlemler dönemine denk gelmektedir. Piaget (1974) 'e göre, ergenlerin soyut düşünme yeterliliklerinin ön koşulu nöro-fizyolojik olgunlaşmadır (Ataman, 2004).

Piaget (1974) soyut işlem düşüncesini " Somut olandan, burada olmayana ve geleceğe yönelik ilgi doğrultusunda kurtulma olarak tanımlamıştır.( Akt: Arı,2003) Bu dönemde sosyal yaşam içinde kişisel görüş ve tartışmaları içeren bir işbirliği gerekli olmuştur artık. Bu da 13-14 yaş gurubu ergenin anlayışının giderek geliştiğini ve daha önce sahip olmadığı bazı alışkanlıkları kazandığını gösterir. Bunun sonucu olarak da bu yaş gurubu ergenleri bazı tahmin ve varsayımlar ileri sürebilir. Bu varsayımları sınımadan geçirir, soyut düşünür, genellemeler yapar ve soyut kavramları kullanarak bir durumdan ötekine geçebilirler ( Yavuzer, 2002 )

Bu dönemin başlıca nitelikleri şunlardır:

1. Nesne ve olaylar göz önünde olmadığı halde soyut düşünülebilir.
2. Hipotezler vasıtasıyla düşünebilirler. (Eğer X .... İse, o zaman Y..... Olur).
3. Analiz, sentez ve değerlendirme düzeyinde soyutlamalar yapılabilir.
4. Soyut problemler sistematik olarak sınıanabilir.
5. Ulaşılan sonuçlar hakkında genellemeler yapılabilir. (Selçuk, 2005)

Thomas (1973)'a göre de bu dönemde bireyin genelleme, soyut kavramlarla baş etme, zaman kavramını anlama, kendi anlık gereksinimleriyle ilgisi olmayan görüşlerle ilgilenme, mantıksal düşünebilme ve başkalarıyla iletişim kurma yetenekleri hızla artar (Yavuzer, 2005).

### **2.5.3. Psikoseksüel Gelişim**

Gessell ve ark (1956)'a göre 13 ve 14 yaş gurubundaki ergenler gerek kendine gerekse çevreye daha fazla yönelmiş olup, aileyi eleştirmelerine karşın aile bağları güçlenmiştir. Gençler başkalarının duygularını daha iyi anlama, kendilerini onların yerine koyarak düşünme çabası içindedir. 13 ve 14 yaş gurubundaki ergenler arkadaş gurubuna çok bağlıdır ve akranları tarafından sevilen bir kişi olmayı amaçlar. Bu dönemde ergenlerin gerçekçi ve mantıklı düşüncelerinin arttığı dönemdir. (Akt: Yavuzer, 2005)

Geçtan (1981)'a göre 13-14 yaş gurubu ergenliğe Freud'un beş evrelik gelişim dönemlerinden sonuncusu olan "Genital" dönemin rastladığını ifade eder. Freud'a göre bu dönemde 13-14 yaş gurubu ergenin fizyolojik olgunluğa erişmesi ve bazı hormonların artması ile cinsel dürtüler ve bu dürtülere bağlı diğer güdüler (karşı cinse yaklaşma, bağımsızlık güdüsü vb)de artma gözlenir. Cinsel dürtüler bilinçli veya bilinçsiz olarak davranışlar üzerinde etkilidir. Dürtülerdir ki bu yoğunlaşma önceki gelişim dönemlerindeki çatışmaların yeniden ortaya çıkmasına neden olur. Genital dönem bu çatışmalara yeni çözüm yolları aranmasına neden olur. Çözümler bulunabildiği ölçüde 13-14 yaş gurubu ergeni yetişkin bir insan kimliği kazanmış olur (Akt: Arı, 2003).

Öztürk(1985)'e göre bu dönemde cinsel hayaller kurma, güvensizlik duyguları ve bazı toplumsal sorunlardan kaynaklanan kendi kendine cinsel doyum sağlama eğilimleri görülebilir. Yoğun Oedipal eğilimleri olan genç, bu yaşta artan cinsel dürtülerin etkisi altında kendi duygularından ürkererek ana babasından uzaklaşmak isteyebilir ya da karşı cins ilgilerinden tedirgin olabilir (Akt: Selçuk, 2005).

Sonuç olarak genital dönemdeki genç toplumsal değerleri reddetme ve benimseme arasında çelişkili düşüncelere sahiptir. Bu dönem sağlıklı bir şekilde geçirilmez ise, aşırı bağımlı veya aşırı bağımsız kişilik geliştirmeye eğilim gösterebilir (Selçuk, 2005).

#### **2.5.4. Psikososyal Gelişim**

Diğer bir gelişim dönemi de psikososyal gelişim dönemidir. Bu dönemde salgılanan çeşitli hormonlara bağlı olarak, vücutta önemli değişiklikler olmaktadır. Ergen vücudu yetişkin vücuda dönüşürken, ergen rollerinin de yetişkin rollerine dönüşmesi beklenmektedir. Fakat 13-14 yaş gurubu ergenin kimliğini kazanması o kadar kolay olmamaktadır. Çünkü ergen kimliğinden yetişkin kimliğine geçmek beraberinde bir çok sorumluluğu ve problemi de getirmektedir (Arı, 2003).

Kılıç ( 2009 )'a göre ise 13– 14 yas grubu ergenleri ne çocuk ne de yetişkindir. Bu yaş gurubu kimliğini belirlemeye çalışan bir bireydir; her iki cinsiyetle de olgun ilişkiler kurabilme, eril ya da dişil toplumsal rolü gerçekleştirme, bedensel özelliklerini kabul etme ve bedenini etkili bir şekilde kullanma, ana babadan ve diğer yetişkinlerden duygusal bağımsızlığı gerçekleştirme, davranışlarını yönetebilmek için gerekli değerler ve ahlaki sistem geliştirme, sosyal sorumluluklar isteme ve başarma gibi özellikler göstermektedirler. Ayrıca bu yas grubu ergen duygusal olgunluğa ulaştığı ve duygularını kontrol edebildiği gözlenmekle birlikte günlük yaşamında neşeden çok hafif bir mutsuzluk ya da ilgisizlik yasadığı gözlenmektedir

Erikson'nun psikosoyal gelişim kuramının beşinci evresi 'Kimlik Kazanmaya Karşı Rol Karmaşası'ergenlik dönemini ele almaktadır. Erikson'a göre bu dönemin

en önemli sorunu ergenin kimlik kazanması ya da bunu başaramazsa rol karmaşası yaşamasıdır (Selçuk, 2005).

Erikson'a göre yaşamın her evresinde insanoğlu atlatması gereken çeşitli psikososyal bunalımlar yaşar. Her bunalımın olumlu ve olumsuz olmak üzere iki olası çözümü mevcuttur. Ergenlik dönemindeki psikososyal bunalımsa ergenin kimlik arayışı (Ben kimim? Nasıl bir insanım? Neler yapabilirim?) ile rol karışıklığı arasında olası çözüm yolunu bulmasıdır. Ergen yaşamakta olduğu bu dönemde gelişmiş veya gelişmekte olan beden yapısı, sorumlulukları ve erişkin bir insan olma yolunda ilerlemesi gibi psikolojik ve sosyal içerikli sorunları değerlendirmeye başlamıştır. Bu sorunlar içerisinde de kimlik kargaşası yaşar. Kimlik krizi her ergenin yaşadığı doğal bir süreçtir. Bu süreç sayesinde ergen kendi kimliğini bulur. Yeni değerler geliştirir, yeni bağlantılar kurar ve yeni kararlar alır. Bu sürecin tamamlanamadığı durumlarda ergen rol karışıklığı içine girer. Rol karışıklığı içinde olan ergen psikososyal gelişimin doğal yaşantısı olan çatışmaları, arayışları çözümleyememiştir (Aydın, 2005).

Kimlik krizi ve rol karmaşası sebebiyle Kuzgun (1986)'a göre ergenlerin bir veya birkaçı meslek alanına yönelmekte ve henüz kesin bir karar vermemişlerdir (Akt: Selçuk, 2005 ).

Rubin (1968)'e göre çözümlenmemiş olan kimlik krizi sonucunda ergenlerde olası durumlar şöyledir.

- 1) Ben ile kimlik arasında karmaşa,
- 2) Aşırı gelişmişlik benlik imajı,
- 3) Belirtilerde aşırı kayma ve değişiklik,
- 4) Geçmiş ile şimdi arasında devamlılığın zayıflaması,
- 5) Yüksek düzeyde kaygı,
- 6) Kendi özelliklerinden yeterince emin olmama,
- 7) Kendisine yönelik değişken duygular (Akt: Aydın, 2005).

Bu dönemde yaşanan kimlik krizi ve rol karmaşasının yarattığı bu bütünsel kopmayı ve yabancılaşmayı Arthur Miller ‘‘Satıcının Ölümü’’ adlı oyununda ‘‘ Hiçbir şeyin ucundan tutamıyorum anne, yaşama hiçbir ucundan sarılamıyorum; hiçbir şeye egemen olamıyorum, denetleyemiyorum.’’ sözleriyle ifade etmiştir (Akt: Yavuzer, 2005)

13-14 yaş gurubu ergenlerin psikososyal değişimleri ve gelişimleri pozitif yönde oldukça özellikleri de pozitif yönde olmaktadır. Gürses, ( 2007 )’e göre bu dönem de başkalarının duygularını anlama ve paylaşmanın arttığı görülmektedir. Bu yaş gurubu egenler artık sadece söylenenleri değil, vücut dilini de anlamaya başlamakta, karşısındakinin bakışlarındakini anlamaya daha duyarlı olmakta, yüz ifadesini okumaya daha fazla çaba harcamaktadırlar. Bu dönemde olayları sadece kendi kişisel bakış açısından değil, karşısındaki kişinin bakış açısıyla görmeye çalışma çabasının da var olduğu görülmektedir. Bu dönemde egosantrik yaklaşım yavaş yavaş yerini daha hakça bir bakış açısına bırakmaya başlamaktadır. Haklı olandan taraf olma erdemli bir davranış olarak algılanmaktadır. Bilişsel gelişime paralel olarak bu dönemdeki bireylerin, insan ilişkilerine yönelik daha felsefi bir bakış açısı geliştirebildiği, insan ilişkilerini daha karmaşık gördüğü ve üzerinde düşünmeye değer olarak algılamaya başladığı görülmektedir ( Akt: Kırtıl, 2009 ).

## 2.6. Konu İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Çeçen (2008) Üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada yaşam doyumunun yordanmasında bireysel bütünlük duygusu, aile bütünlük duygusu, benlik saygısı değişkenlerinin ne düzeyde katkıda bulunduğunu araştırmıştır. Araştırma sonucunda yaşam doyumunu yordamaya benlik saygısının anlamlı katkı sağlayan değişken olduğu saptanmıştır. Bireyin benlik saygısının yüksek olması, bireyin kendini daha olumlu algıladığını, karşılaştığı herhangi bir olayla ya da durumla ilgili olarak kendisinin yetkinliğine olan inancının yüksek olması durumunda bireylerin yaşam doyumlarının artacağı sonucuna varılmıştır.

Gün ve Bayraktar (2008) göç etmiş ergenlerle göç etmemiş ergenlerin benlik saygısı ve yaşam doyumlarını karşılaştırmalı olarak incelemiştir. Araştırma sonucunda 12-15 yaş arası İzmir'e göç eden ergenlerin yaşam doyumu ve benlik saygısı düzeylerinin göç etmeyenlere oranla düşük olduğu saptanmıştır.

Doğru ve Peker (2004) lise öğrencilerine özsaygı envanteri uyguladıktan sonra özsaygı düzeyi düşük bir grup öğrenciden deney ve kontrol grubu oluşturularak deney grubuna özsaygı geliştirme programı uygulamışlardır. Program bitiminde deney grubunun ön test ve son test puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Uygulanan benlik saygısı geliştirme programının ergenlerin benlik saygısı gelişimlerini artırdığı görülmüştür.

Mc Carthy ve Hoge ergenlerde benlik saygısı üzerinde yaş etkilerini belirlemek üzere yaklaşık 2000 kişilik bir örnekleme Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Coopersmith Benlik Saygısı ölçeğini uygulamışlardır. Bulgular ergenlerin yaşları ilerledikçe benlik saygılarının da arttığını göstermektedir (Akt: Gür, 1996)

Çevik ve Atıcı (2009) lise 3.sınıf öğrencilerinin benlik saygılarının cinsiyete, ergenlerin arkadaş sayısına ve yakın arkadaş sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermediğini, buna karşılık ergenin karşı cinsten arkadaşının olup olmamasının, romantik arkadaşının olması ve ailenin arkadaşlık ilişkisine müdahale etmesinin benlik saygısını etkilediği saptanmıştır. Ailelerin arkadaşlık ilişkilerine müdahale etmediği öğrencilerin toplam benlik saygısı puanlarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca ergenin karşı cinsten arkadaşının olmasının kendine ilişkin algısını olumlu yönde etkilediği saptanmıştır.

Mullis ve Normandin (1992) ergenlerde cinsiyet ile benlik saygısının gelişimi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını ancak ailenin gelir durumunun, eğitim düzeyinin ve sosyo ekonomik statüsünün önemli bir etken olduğunu vurgulamışlardır.

Güçray (1989) çocuk yuvasında kalan bir grup 9-11 yaş arası çocukla aileleriyle birlikte yaşayan başka bir grubu karşılaştırarak özsaygı gelişimlerini incelemişlerdir. Yuvada kalan çocuklara gösterilen otoriter ve ilgisiz tutumların çocukta değersizlik duygusunu ortaya çıkardığını ve benlik saygısı gelişimini olumsuz yönde etkilediğini saptamışlardır.

Büyükşahin (2001) romantik beraberliği olmayan üniversite öğrencilerinin kendilerini yalnız hissettiklerini ve benlik saygısı düzeyinin romantik beraberliği olanlara kıyasla daha düşük olduğu sonucunu bulmuşlardır.

Brack, Orr ve Ingersoll (1987) yaşları 12 ve 18 arasında değişen 135 ergen ile yaptıkları çalışmada kızların benlik saygılarının erkeklerden daha düşük olduğunu saptamışlardır.

Erdem ve Taşçı (2003) tüberküloz hastalarının benlik saygısı düzeyleri üzerine yaptıkları çalışmada; hastaların benlik saygısı puan ortalamaları ile yaş, cinsiyet, eğitim durumu, sağlık güvencesi olma durumu, medeni durumu, çocuk sayısı, evliliğini nasıl değerlendirdiği ve en uzun süre yaşadığı yerleşim yeri karşılaştırıldığında, gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Hastaların benlik saygısı puan ortalamalarının gelir getiren bir işte çalışma durumlarına göre dağılımları incelendiğinde gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Çalışan kişilerin benlik saygısı puan ortalamaları, çalışmayan kişilere göre daha yüksek bulunmuştur

Gazioğlu ve Köknel (2007) ana baba tutumlarının öz benlik kavramlarına olan etkisini araştırmaları sonucunda demokratik tutumla çocuklarını yetiştiren anne babaların çocuklarında olumlu yönde öz benlik kavramı geliştiği saptanmıştır.

East (2010) Afrika kökenli Amerikan ergenlerin beden imgeleri algılamaları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu ilişkisini incelemiştir. Beden imgesinin olumsuz algılanmasıyla düşük benlik saygısı geliştirdikleri buna bağlı olarak yeme bozuklukları, kilo endişesi, kaygı ve hayattan zevk almama durumu yaşayarak yaşam doyumlarının etkilendiği sonucuna varmıştır.

Pınar (2002) obezlerde depresyon, benlik saygısı ve beden imajının araştırılması üzere yaptığı çalışmada; obezlerde depresyon ve benlik saygısı, depresyon ve beden imajı arasında negatif anlamlı korelasyon; benlik saygısı ve beden imajı arasında pozitif anlamlı korelasyon varlığını saptamıştır.

Türk (2007) spor takımlarına katılan ve katılmayan görme engelli öğrencilerin benlik saygılarının değerlendirildiği araştırmasında spor takımlarında görev almanın, cinsiyet ve ışık algısının, benlik saygısı puan ortalamaları açısından anlamlı bir etkisinin olmadığı belirlemiştir.

Torres, Fernandez ve Maceira, (1995) çocuk ve ergenlerin benlik kavramı ve benlik saygısı ile akademik başarı, akran ilişkilerinin kalitesi, başa çıkma becerilerinin ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.



## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni, veri toplama araçlarının geliştirilmesi, verilerin toplanması ve çözümlenmesine ilişkin bilgilere yer verilmiştir

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, betimsel yöntem kullanılarak yapılmış bir alan çalışması niteliğindedir. Betimsel yöntem olayların, objelerin, varlıkların, kurumların, grupların ve çeşitli alanların “Ne” olduğunu inceleyen, değişkenler arasındaki ilişkileri betimleyen araştırmalarda kullanılır (Kaptan, 1998, s.59). Niceliksel yaklaşım içinde yer alan betimsel araştırmalar, bir konunun hâlihazırdaki durumunu saptamayı sağlar.

Araştırmada betimsel yöntem modellerinden olan öz aktarım araştırma modeli kullanılmıştır. Öz aktarım araştırmalarının verileri, örnekleme de yer alan bireylerin kendilerinden bilgi alınarak toplanır. Katılımcılardan, anketler aracılığıyla yazılı olarak bilgi toplanmıştır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini Sivas il merkezinde resmi ilköğretim okullarına devam eden 7. ve 8.sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma evrenini üst, orta ve düşük sosyo- ekonomik düzeyi temsil ettiği düşünülen 3 ilköğretim okulu oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme bu okullara devam eden tesadüfi küme örnekleme yöntemine göre seçilen 411 öğrenci oluşturmaktadır.

**Tablo 1:****Araştırma örneğine alınan öğrencilerin cinsiyetlerine göre dağılımı**

Cinsiyet	N(öğrenci sayısı)	%(Yüzde)
Kız	206	50,1
Erkek	205	49,9
Toplam	411	100,0

Araştırmaya katılan N:411 öğrenciden 206 sı kız (%50,1) öğrencilerden,205 i (%49,9) erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

**Tablo 2:****Araştırma örneğine alınan öğrencilerin yaşlarına göre dağılımı**

Yaş	N(Sayı)	%(Yüzde)
13	203	49,4
14	176	42,8
15	32	7,8
Toplam	411	100,0

Araştırmaya katılan N:411 öğrencinin 203 ü (%49,4) 13 yaşında,176'sı (%42,8) 14 yaşında, 32 si (%7.8) 15 yaşındadır.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada ergenlerin kendileri ve aileleri ile ilgili verileri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu hazırlanarak bağımsız değişkenlere yönelik bilgiler toplanmıştır. Araştırmada ergenlerin benlik saygısı puanlarını belirlemek için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği , yaşam doyumları puanlarını belirlemek için Huebner (1994) tarafından geliştirilmiş, Çivitçi (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan “Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır.

#### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan ilköğretim 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin cinsiyet,yaş,kardeş sayısı,doğum sırası,anne baba eğitim durumu,anne baba çalışma durumu ve ailenin gelir durumunu tespit etmek amacıyla kişisel bilgi formu hazırlanmıştır.

#### 3.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Özgün adı Rosenberg Self-Esteem Scale olan RBSÖ, bugün birçok çalışmada benlik saygısı ölçümü için kullanılan güvenilir dört ana ölçekten biri olarak literatürde yer alan ölçek 1965 yılında M. Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. Benlik saygısını ölçen bu ölçek grup halinde ve ergenlere uygulanabilir. Uygulamada zaman sınırlaması yoktur. Toplam 63 maddeden oluşan ölçeğin 12 alttesti vardır. Bunlar:

- 1- Benlik Saygısı,
- 2- Kendilik kavramının sürekliliği,
- 3- İnsanlara güvenme,
- 4- Eleştiriye duyarlılık ,
- 5- Depresif duygulanım ,
- 6- Hayalperestlik,
- 7- Psikomatik belirtiler (Anksiyete göstergesi olarak kabul edilmiştir) ,
- 8- Kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme ,

- 9- Tartışmalara katılabilme derecesi,
- 10- Ana-baba iliksisi,
- 11- Babayla ilişki ,
- 12- Psişik izolasyon.

Bu çalışmada 10 maddeden oluşan Benlik Saygısı alt kategorisi kullanılmıştır. Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonunda benlik saygısı kategorisinin geçerliğini sınamak için psikiyatrik görüşmeler yapılmıştır. Bu görüşmelerle yapılan değerlendirmede öğrencilerin benlik saygıları, kendilerine ilişkin görüşlerine göre, yüksek, orta ve düşük olarak gruplandırılmıştır. Görüşlerden ve benlik saygısı ölçeğinden elde edilen sonuçların arasındaki ilişkiler hesaplanmış ve geçerlik oranı .71 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısının ise .75 olduğu belirtilmiştir (Çeçen, 2008).

### 3.3.2.1. RBSÖ nin Puanlanması

Testi değerlendirmek için:

1, 2, 4, 6, 7. maddelerde:

Çok Doğru = 4, Doğru = 3, Yanlış = 2, Çok Yanlış = 1,

3, 5, 8, 9, 10. maddelerde:

Çok Doğru = 1, Doğru = 2, Yanlış = 3, Çok Yanlış = 4, olarak puanlanmaktadır ve ölçekten elde edilebilecek puanlar 10 ile 40 arasında değişmektedir(Saygın,2008)

### 3.3.2.2. RBS ölçeğinin Geçerlik-Güvenirlik Çalışmaları

1986 yılında Füsun Çuhadaroğlu tarafından Türkçe'ye çevrilen ölçek üç öğretim üyesi tarafından gözden geçirilmiş, Hacettepe Çocuk Hastanesine başvuran 10 ergene uygulanarak maddelerin anlaşılabilirliği incelenmiş ve gerekli değişiklikler yapıldıktan sonra ölçek son halini almıştır.

Ölçeğin güvenirlik çalışmalarında Test- tekrar test Güvenirlik Yöntemi uygulanmıştır. 15-18 yaş arasındaki lise öğrencilerine bir ay ara ile iki kez uygulanması sonucu, her alttest için elde edilen değişmezlik katsayıları .46 ile .89 arasında değişmiştir.

Ölçüt-bağımlı geçerlik; bir lisenin 5 ayrı sınıfından 5'er öğrenci belirlenmiş ve psikiyatrik görüşmeye alınmıştır. Bu görüşmelerin değerlendirilmesinde öğrencilerin benlik saygıları, kendilerine ilişkin görüşlerine göre yüksek, orta ve düşük olarak derecelendirilmiştir. Öğrencilerin benlik saygısı alt testinden alınan puanlara da yüksek, orta ve düşük olarak gruplanmıştır. Görüşme ve ölçek sonuçları arasındaki uygunluk Pearson Momentler Çarpımı ile hesaplanmış ve geçerlilik katsayısı .71 olarak bulunmuştur.

Yapı geçerliliği; nörotik, psikotik ve kontrol gurupları arasındaki farklar t testi ile sınanmıştır. Benlik saygısı derecelerinin ( yüksek,orta ve düşük olarak) guruplara göre dağılımı incelendiğinde psikotiklerde orta ve düşük benlik saygısı oranlarının eşit olduğu; nörotiklerin benlik saygısının orta derecede olduğu; kontrol gurubunun ise yüksek olduğu görülmüştür. Uygulanan ki-kare testi sonucu, benlik saygısı dağılımının hasta ve kontrol gurubu arasında anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir (Öner, 1994).

### **3.3.3. Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyum Ölçeği (Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale)**

Huebner (1994) tarafından geliştirilen Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği'nin (Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale) özgün formu 10'u olumsuz toplam 40 maddeden oluşmaktadır.

### 3.3.3.1. Çöyd ölçeğinin Puanlanması

Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği (ÇÖYDÖ), beş boyuttan (aile, arkadaş, okul, yaşanılan çevre, benlik) elde edilen puanlarla birlikte bir genel yaşam doyumu puanı vermektedir. Olumsuz maddelerin tersten puanlanması ile elde edilen puanların yüksek olması yaşam doyumunun da arttığını göstermektedir. Ölçek maddeleri dört seçenek üzerinden yanıtlanmaktadır:

(1) Hiçbir zaman, (2) Bazen, (3) Sık Sık, (4) Her zaman.

Alt ölçeklere göre maddeler;

Arkadaş alt boyutu maddeleri: 1-4-11-12-15-22-27-34, Okul alt boyutu maddeleri: 3-6-9-13-19-21-23-24, Çevre alt boyutu maddeleri: 25-29-30-32-33-35-36, Aile alt boyutu maddeleri: 7-8-17-18-20-26-28, Benlik alt boyutu maddeleri: 2-5-10-14-16-31 dir. Testi puanlandırırken yukarıdaki maddeler için ; Hiçbir zaman =1 puan, bazen= 2 puan, sık sık= 3 puan , her zaman = 4 puan verilerek , tersten puanlanacak maddeler: 3-4-9-13-22-25-30-32-35 de ise Hiçbir zaman =4 puan, bazen= 3 puan, sık sık= 2 puan , her zaman = 1 puan verilerek puan hesabı yapılmaktadır. Ölçekten elde edilecek puanlar 36 ile 144 arasında değişmektedir.

### 3.3.3.2. Çöyd ölçeğinin Geçerlik Güvenirlik Çalışmaları

Ölçeğin ilk psikometrik çalışmaları, iki aşamada gerçekleştirilmiştir (Huebner 1994). Birinci aşamada, deneme formu 3. -8. sınıflar arasındaki 312 öğrenciye uygulanmış ve her bir maddenin ait olduğu alt ölçekle olan madde-test korelasyonu.30'un üstünde olan 40 madde üzerinde faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi sonucu 40 maddenin faktör yükleri .36 ile .82 arasında değişen beş faktörde toplandığı görülmüştür. Beş faktör birlikte toplam varyansın % 49,5'ni açıklamaktadır. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları toplam puanda .92, Aile alt ölçeğinde .82, Okul alt ölçeğinde .85, Arkadaş alt ölçeğinde .85, Benlik alt ölçeğinde .82 ve Yaşanılan çevre alt ölçeğinde .83 bulunmuştur. Alt ölçekler arasındaki korelasyonlar ise, .12 ile .34 arasında değişmektedir. Çalışmanın ikinci aşamasında, ölçek 3.-5. sınıflar arasındaki 413 öğrenciye uygulanarak yeniden faktör analizi yapılmış ve alt

ölçeklerde elde edilen faktör yükleri ile ilk aşamanın faktör yükleri arasındaki korelasyonların .98'in üstünde olduğu görülmüştür. Zamandaş geçerliği çalışmasında, ÇÖYDÖ'nün alt ölçekleri ile ölçüt olarak alınan ölçekler (Çocuklar için Yalnızlık ve Sosyal Doyumsuzluk Ölçeği, Okul Yaşam Kalitesi Ölçeği, Kendini Tanımlama Ölçeği) arasında anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Bu çalışmanın örnekleminin çoğunlukla 3.-5. sınıf öğrencilerinden oluşması nedeniyle, ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği 6.- 8. sınıflar için (Huebner ve ark. 1998) 291 öğrenci üzerinde yeniden test edilmiştir. Ölçeğin dört hafta arayla uygulanarak elde edilen test-tekrar test güvenilirlik kat sayıları toplam puanda .81, Aile alt ölçeğinde .75,53 Okul alt ölçeğinde .70, Arkadaş alt ölçeğinde .70, Benlik alt ölçeğinde .53 ve Yaşanılan çevre alt ölçeğinde .81 bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğinin her iki uygulamasında da iç tutarlık katsayıları hesaplanmış ve toplam puanda .91 ve .93; Aile alt ölçeğinde .84 ve .81; Okul alt ölçeğinde .85 ve .88; Arkadaş alt ölçeğinde .85 ve 81; Benlik alt ölçeğinde .77 ve .78; Yaşanılan çevre alt ölçeğinde .78 ve .86 değerleri elde edilmiştir (Akt: Çivitçi, 2007).

Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması amacıyla yapılan çalışma (Çivitçi, 2007), 2004-2005 öğretim yılında Malatya il merkezinde, alt, orta ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencileri temsil edeceği düşünülen altı ilköğretim okulunun ikinci kademesinde öğrenim gören toplam 688 öğrenciden elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin 348'i kız ve 340'ı erkektir. Yaş ortalamaları 13.01'dir.

ÇÖYDÖ'nün Türkçe formunun (Çivitçi, 2007) yapı geçerliği, 516 öğrenciden elde edilen verilerle yapılan faktör analizi ile test edilmiştir. Faktör analizi, ölçeğin özgün formundaki beş boyutla sınırlandırılmış ve Varimax dik döndürme tekniği kullanılarak yapılmıştır. Analizdeki döndürme işlemi sonucunda, ölçeğin özgün formundaki 15, 36, 35. ve 24. maddeler analizden çıkarılmıştır. Yapılan döndürme işlemi sonunda ölçek, faktör yükleri .34 ile .81 arasında değişen beş faktörden ve toplam 36 maddeden oluşmuştur. Beş faktörün birlikte açıkladıkları toplam varyans %44.50'dir. ÇÖYDÖ'nin alt ölçek puanlarının birbirleriyle olan korelasyonları .19 ile .40; toplam puanla olan korelasyonları ise .59 ile .72 arasındadır.

ÇÖYDÖ'nin zamandaş (concurrent) geçerliğini test etmek amacıyla Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği puanları ile ilişkisi incelenmiştir. Ölçeğin 516 öğrenciden elde edilen Cronbach alfa katsayıları, yaşanan çevre alt ölçeği için .75, benlik alt ölçeği için .70, arkadaş alt ölçeği için .85, okul alt ölçeği için .76, aile alt ölçeği için .74 ve toplam puanda .87 bulunmuştur. Ölçeğin 78 öğrenciye iki hafta ara ile iki kez uygulanması ile elde edilen test tekrar test güvenirlik katsayıları; yaşanan çevre alt ölçeği için .75, benlik alt ölçeği için .79, arkadaş alt ölçeği için .70, okul alt ölçeği için .81, aile alt ölçeği için .86 ve toplam puanda .83 bulunmuştur. Bu araştırmada elde edilen bulgular, ÇÖYDÖ'nin ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin yaşam doyumunu ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir (Çivitçi, 2007).

Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği'nin bu araştırma örneklemi için Croanbach alpha iç tutarlık güvenirlik katsayıları incelenmiştir. Belirlenen iç tutarlık katsayıları “arkadaş” alt ölçeği için .82, “okul” alt ölçeği için .76, “çevre” alt ölçeği için .78, “aile” alt ölçeği için .82, “benlik” alt ölçeği için .75 ve yaşam doyumu “toplam” puanı için ise .90'dır.

### 3.4. Verilerin Toplanması

Bu araştırmanın verileri Sivas il merkezinde bulunan Kazım Karabekir Paşa İlköğretim Okulu, Fevzi Paşa İlköğretim Okulu,Vali Belir Aksoy İlköğretim Okullarından toplanmıştır.Uygulama için okullara araştırmacı tarafından gidilmiş ,daha önceden tesadüfi olarak seçilmiş 7. ve 8. sınıf öğrencilerine ders çıkışında ölçekler uygulanmıştır. Araştırma ve ölçekler hakkında bilgi verildikten sonra Kişisel Bilgi Formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği birlikte dağıtılmıştır. Uygulama ortalama 25-30 dakika sürmüştür. Uygulamaya katılan öğrencilerden isimlerini yazmaları istenmemiş, verilerin bilimsel bir çalışmada kullanılacağı öğrencilere açıklanmıştır. Uygulama 2009-2010 eğitim öğretim yılında gerçekleştirilmiştir.



### 3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada kişisel bilgi formu ve ölçekler aracılığıyla ilköğretim 7. ve 8.sınıflarda öğrenim gören 425 öğrenciden veri alınmış, çeşitli nedenlerle değerlendirmeye alınamayacak 14 öğrenciden sağlanan veriler çıkarıldıktan sonra 411 öğrenciden elde edilen verilerin analizinde SPSS 12 paket programı kullanılmıştır.

Benlik saygısı puanlarının ortalamalarının cinsiyete, anne baba çalışma durumuna göre farklılaşmasında, ortalamalar arası farkın anlamlı olup olmadığını ortaya çıkarmak için ‘t’ testi kullanılmıştır.

Benlik saygısı puanlarının ortalamalarının yaşa, kardeş sayısına, doğum sırasına, anne baba öğrenim durumuna ve ailenin aylık gelir durumuna göre karşılaştırılmasında ‘Tek Yönlü Varyans Analizi’ kullanılmıştır. Varyans analizi sonucunda elde edilen F değerinin anlamlı bulunduğu durumlarda bu farkın kaynağının belirlenmesi amacıyla ‘Tukey Testi’ kullanılmıştır.

Benlik Saygısı Puanları ile yaşam doyumunu alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon Katsayısı yapılmıştır.

Yaşam doyumunu puanlarının benlik saygısı puanlarında gözlenen toplam varyansın ne kadarını açıkladığını saptamak amacıyla regresyon analizinden yararlanılmıştır. Bu araştırmada hata payı 0.005 olarak alınmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın problemlerine cevap vermek amacıyla toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucu elde edilen bulgulara amaç sırasına göre yer verilmiştir.

#### **Cinsiyete Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Ergenlerin benlik saygısı puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.

Araştırma grubundaki kız ve erkek ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, t testi sonucu Tablo 3 de verilmiştir.

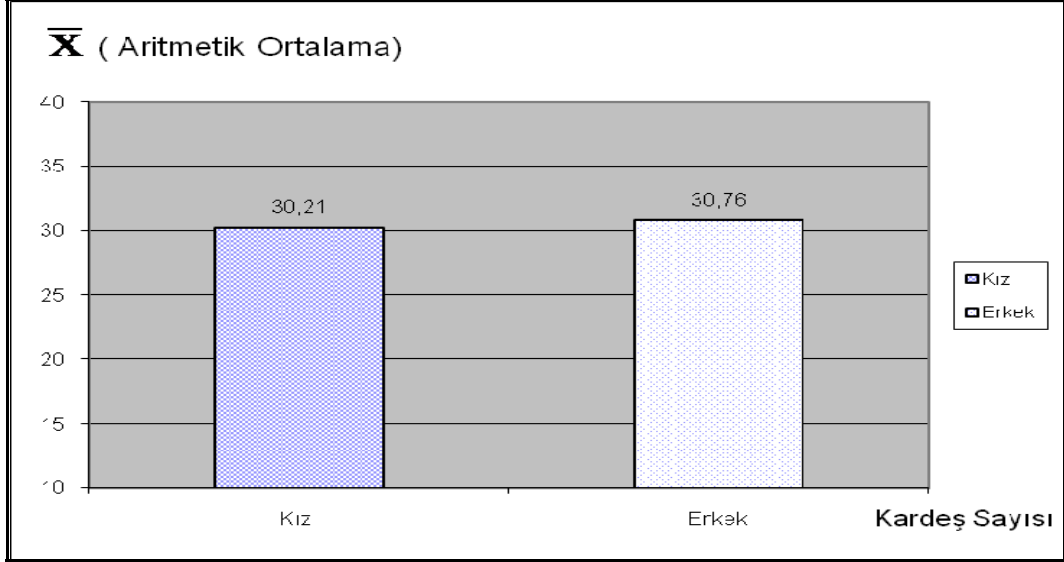
**Tablo 3:**

#### **Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Cinsiyetlerine Göre Farklaşmasına İlişkin T Testi Sonuçları**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	T	P
Kız	206	30,21	5,45	1,086	,278
Erkek	205	30,76	4,74		

Tablo 3 incelendiğinde kız öğrencilerin benlik saygısı puan ortalamalarının 30,21, erkek öğrencilerin benlik saygısı puan ortalaması ise 30,76 olarak hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel işlemler sonucunda benlik saygısı puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır.

Şekil 3:

**Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Benlik Saygısı Puan Ortalamaları****Yaş Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Bu araştırma grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarının yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.

Araştırma grubundaki 13- 14 ve 15 yaşlarındaki ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları Tablo 4 de verilmiştir.

**Tablo 4:**

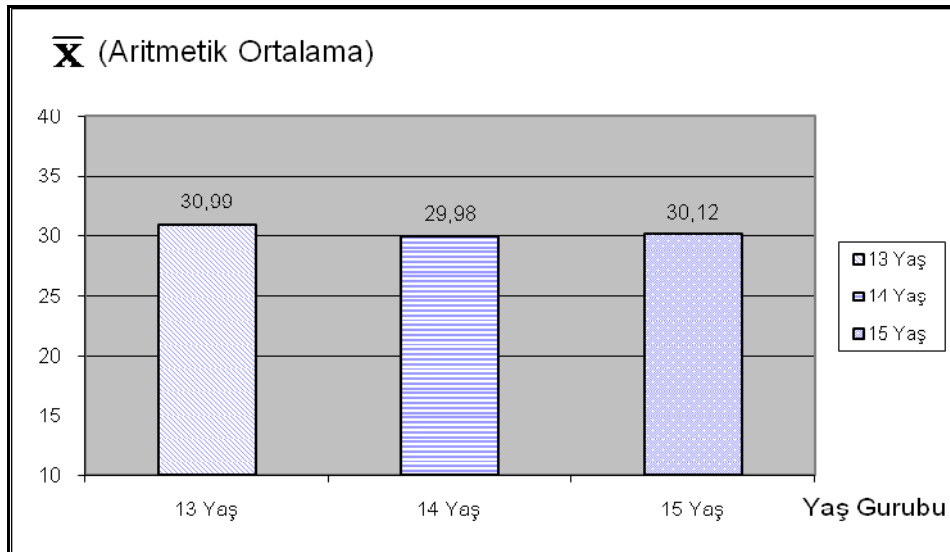
**Öğrencilerin Yaşlarına Göre Benlik Saygısı Puanı Aritmetik Ortalama Değerleri**

Yaş	N	$\bar{X}$	Std. Sapma
13	203	30,99	5,22
14	176	29,98	5,06
15	32	30,12	4,46
Toplam	411	30,49	5,11

Tablo 4 incelendiğinde 13 yaşındaki 203 öğrencinin benlik saygısı puan ortalaması 30,99 , 14 yaşındaki 176 öğrencinin benlik saygısı puan ortalaması 29,98 ,15 yaşındaki 32 öğrencinin benlik saygısı puan ortalaması 30,49 olarak hesaplanmıştır.

**Şekil 4:**

**Öğrencilerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Yaşlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama Değerleri**



Öğrencilerin benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi uygulanmıştır ve sonuçları Tablo 5 de verilmiştir.

**Tablo 5:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Yaşlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları**

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Gruplararası	100,291	2	50,146	1,929	,147
Grupiçi	10606,429	408	25,996		
Toplam	10706,720	410			

Tablo 5 incelendiğinde benlik saygısı ölçeğinden elde edilen puanların yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin F değeri 1,92 , p değeri 0,147 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değer grupların benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki farkın 0.05 anlamlılık düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir. Benlik saygısı puanlarının yaşa göre farklılaşmadığı anlaşılmaktadır.

**Kardeş sayısına Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Bu araştırma grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarının kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.

Araştırma grubundaki kardeşi olmayan, tek kardeşi olan, 2-3 kardeşi olan ve 4 ve üzeri kardeşi olan ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları Tablo 6 da verilmiştir.

**Tablo 6:**

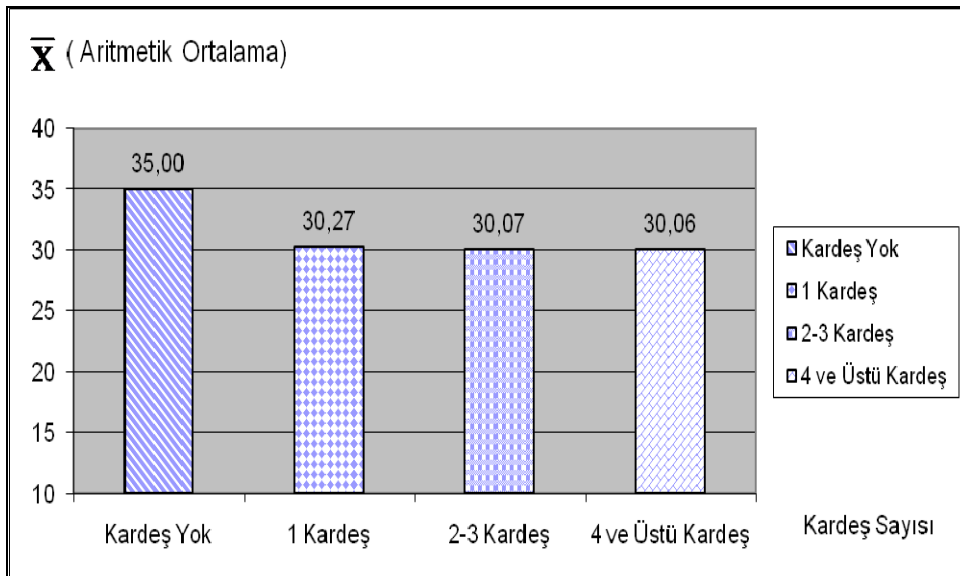
**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Kardeş Sayılarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri**

Kardeş Sayısı	N	$\bar{X}$	Std. Sapma
Kardeş Yok	31	35,00	5,00
1 Kardeş	98	30,27	5,19
2-3 Kardeş	192	30,07	4,88
4 ve Üstü	90	30,06	4,85
Toplam	411	30,49	5,11

Tablo 6 incelendiğinde kardeşi olmayan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 35,00 ,tek kardeşi olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30,27 ,iki veya üç kardeşi olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30,07 , dört ve üzeri kardeşi olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30,06 olarak hesaplanmıştır.

**Şekil 5:**

**Öğrencilerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Kardeş Sayılarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama Değerleri**



Öğrencilerin benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 7 de verilmiştir.

**Tablo 7:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Kardeş Sayılarına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları**

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Gruplararası	684,580	3	228,193	9,267	,001 P<0,05
Grupiçi	10022,140	407	24,624		
Toplam	10706,720	410			

Tablo 7 incelendiğinde benlik saygısı ölçeğinden elde edilen puanların kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin F değeri 9,26, P değeri 0.001 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değer grupların benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki farkın 0.05 anlamlılık düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir (P<0.005). Benlik saygısı puanlarının kardeş sayısına göre farklılaştığı anlaşılmaktadır.

Bu sonuca göre farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey Testi yapılmıştır ve Tablo 8 de verilmiştir.

**Tablo 8:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Kardeş Sayılarına Göre Farklılaşmasına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları**

(I) Kardeş Sayısı	(J) Kardeş Sayısı	(I-J)Ortalamalar Arası Fark	P
Kardeş Yok	1 Kardeş	4,72449*	,000
	2-3 Kardeş	4,92708*	,000
	4 ve üstü	4,93333*	,000
1 Kardeş	2-3 Kardeş	,20259	,988
	4 ve üstü	,20884	,992
2-3 Kardeş	4 veya daha fazla	,00625	1,000

Kardeş sayısına göre kardeşi olmayan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 35,00 olarak bulunmuştur. Tablo 8 incelendiğinde kardeşi olmayan ergenlerin, bir kardeşi olan, iki veya üç kardeşi olan ve dört ve üzeri kardeşi olan ergenlere göre benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki fark 0.05 ( $P < 0.005$ ) düzeyinde anlamlı bulunmuş, kardeşi olmayan ergenlerin puan ortalamasının kardeşleri olan ergenlerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Yapılan diğer karşılaştırmalarda 0.05 düzeyinde bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

**Doğum Sırasına Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Bu araştırma grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarının doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.



Araştırma grubundaki ilk çocuk olan, ortanca/ortancalardan biri olan ve son çocuk olan ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları Tablo 9 da verilmiştir.

**Tablo 9:**

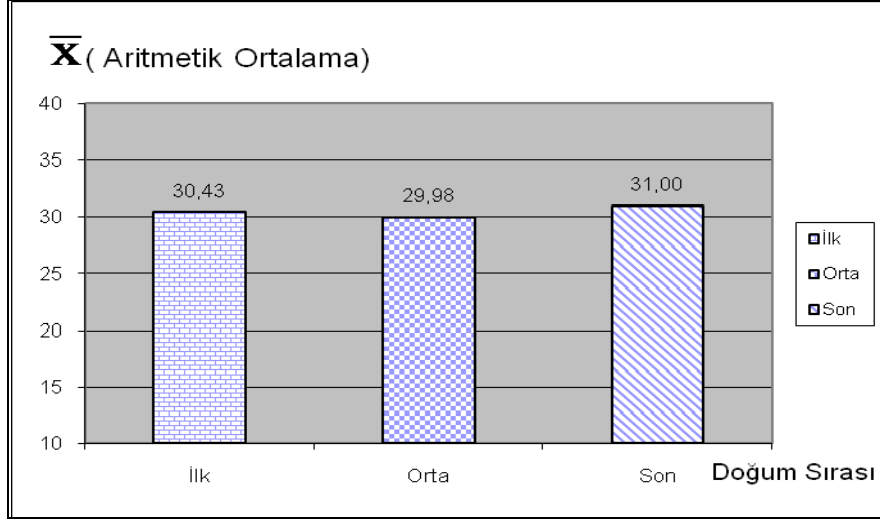
**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Doğum Sırasına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri**

Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Std. Sapma
İlk	139	30,43	5,38
Orta	128	29,98	5,18
Son	144	31,00	4,73
Toplam	411	30,49	5,11

Tablo 9 incelendiğinde doğum sırasına göre ilk çocuk olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30,43 , ortanca veya ortancalardan biri olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 29,98 ,son çocuk olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 31,00 olarak hesaplanmıştır.

**Şekil 6:**

**Ergenlerin Doğum Sırasına Göre Benlik Saygısı Puanlarının Aritmetik Ortalama Değerleri**



Öğrencilerin benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 10 da verilmiştir.

**Tablo 10:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Doğum Sırasına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları**

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P
Gruplararası	70,651	2	35,325	1,355	,259
Grupiçi	10636,069	408	26,069		
Toplam	10706,720	410			

Tablo 10 incelendiğinde benlik saygısı ölçeğinden elde edilen puanların doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin F değeri 1,35 olarak bulunmuştur.

Hesaplanan bu değer grupların benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki fark 0.05 ( $P>0.005$ ) anlamlılık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre ergenlerin benlik saygısı puanlarının doğum sırasına göre farklılaşmadığı anlaşılmaktadır.

### **Anne Eğitim Düzeyine Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Bu araştırma grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarının anne eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.

Araştırma grubundaki annesi okur yazar olmayan, ilkokul mezunu olan, ortaokul/lise mezunu olan ve üniversite mezunu olan ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları Tablo 11 de verilmiştir.

**Tablo 11:**

#### **Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri**

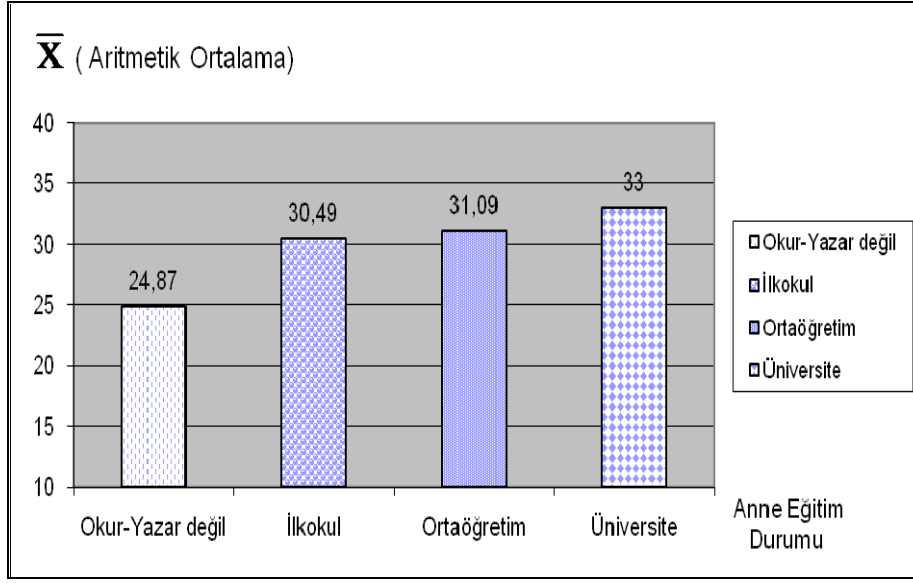
Anne Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	Std. Sapma
Okur-yazar Değil	31	24,87	6,27
İlkokul	202	30,49	4,64
Ortaöğretim	143	31,09	4,65
Üniversite	35	33,00	5,01
Toplam	411	30,49	5,11

Tablo 11 incelendiğinde anne eğitim durumuna göre annesi okur yazar olmayan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 24,87 ,annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30,49 ,annesi ortaokul veya lise mezunu olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 31,09, annesi yükseköğretim mezunu olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 33,00 olarak görülmüştür.

mezunu olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları 33,00 olarak hesaplanmıştır.

**Şekil 7:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama Değerleri**



Öğrencilerin benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların anne eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 12 de verilmiştir.

**Tablo 12:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları**

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P
Gruplararası	1250,923	3	416,974	17,948	,001 P<0,05
Grupiçi	9455,797	407	23,233		
Toplam	10706,720	410			

Tablo 12 incelendiğinde benlik saygısı ölçeğinden elde edilen puanların anne eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin F değeri 17,94 ,p değeri 0,001 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değer grupların benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki farkın 0.05 ( $P>0.005$ ) anlamlılık düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir.

Bu sonuca göre farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey Testi yapılmıştır ve Tablo 13 te verilmiştir.

**Tablo 13:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Anne Eğitim Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları**

(I)Anne eğitim	(J) Anne Eğitim	(I-J)Ortalamalar Arası Fark	P
Okuryazar Değil	İlkokul	-5,62408*	,000
	Ortaöğretim	-6,21994*	,000
	Üniversite	-8,12903*	,000
İlkokul	Ortaöğretim	-,59586	,670
	Üniversite	-2,50495*	,024
Ortaöğretim	Üniversite	-1,90909	,155

Anne eğitim durumuna göre annesi okuma yazma bilmeyenlerin benlik saygısı puan ortalaması 24,87 olarak bulunmuştur. Tablo 13 incelendiğinde annesi okuma yazma bilmeyen ergenlerle, annesi ilkokul, ortaokul-lise ve üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki fark 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30,49 olarak bulunmuştur. Tablo incelendiğinde annesi ilkokul mezunu olan ergenlerle annesi üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki fark 0,05 ( $P<0.005$ )

düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Yapılan diğer karşılaştırmalarda 0.05 anlamlılık düzeyinde bir farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

### **Anne Çalışma Durumuna Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Bu araştırma grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarının anne çalışma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.

Araştırma grubundaki annesi çalışan veya çalışmayan ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, t testi sonucu Tablo 14 de verilmiştir.

**Tablo 14:**

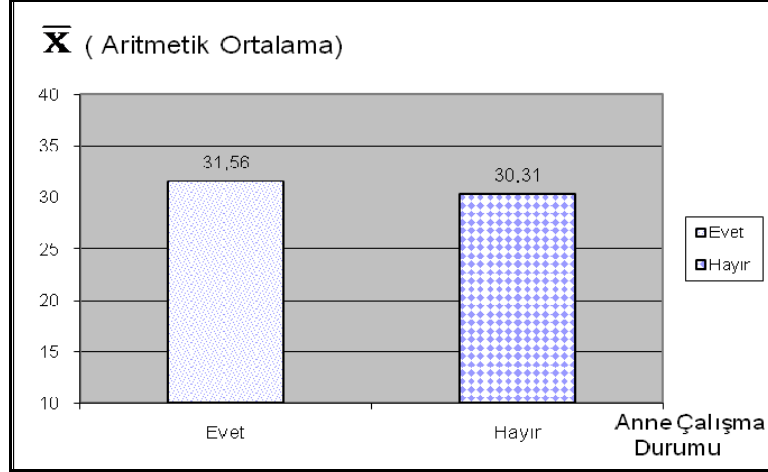
#### **Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Annelerinin Çalışma Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin T Testi Sonuçları**

Anne Çalışma Durumu	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	T	P
Evet	57	31,56	5,25	1.707	.089
Hayır	354	30,31	5,07		

Tablo 14 incelendiğinde annesi çalışan ergenlerin benlik saygısı puan ortalamalarının 31,56 ,annesi çalışmayan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması ise 30,31 olarak hesaplanmıştır .Yapılan istatistiksel işlemler sonucunda benlik saygısı puan ortalamalarının anne çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır.

Şekil 8:

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Annelerinin Çalışma Durumlarına Göre Dağılımı**



**Baba Eğitim Düzeyine Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Bu araştırma grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarının baba eğitim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.

Araştırma grubundaki babası okur yazar olmayan, ilkokul mezunu olan, ortaokul/lise mezunu olan ve üniversite mezunu olan ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları Tablo 15 de verilmiştir.

**Tablo 15:**

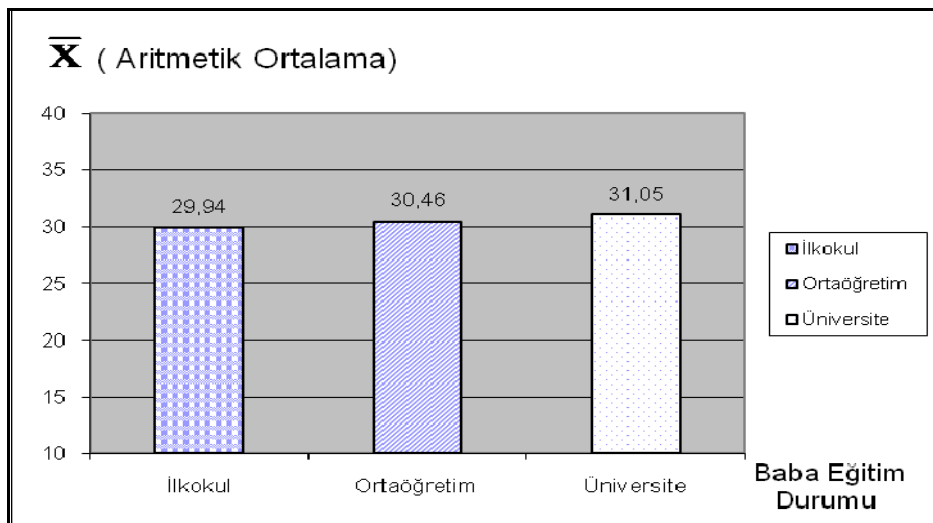
**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Baba Eğitim Durumlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri**

Baba Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	Std. Sapma
İlkokul	103	29,94	4,79
Ortaöğretim	199	30,46	4,51
Üniversite	109	31,05	6,28
Toplam	411	30,49	5,11

Tablo 15 incelendiğinde baba eğitim durumuna göre babası okur-yazar olmayan ergen olmamıştır. Babası ilkokul mezunu olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 29,94 , babası ortaokul veya lise mezunu olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30 46, babası yüksekokul mezunu olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları 30,49 olarak hesaplanmıştır.

**Şekil 9:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Baba Eğitim Durumlarına Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama Değerleri**





Öğrencilerin benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların baba eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 16 de verilmiştir:

**Tablo 16:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Baba Eğitim Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları**

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P
Gruplararası	65,862	2	32,931	1,263	,284
Grupiçi	10640,858	408	26,081		
Toplam	10706,720	410			

Tablo 16 incelendiğinde benlik saygısı ölçeğinden elde edilen puanların baba eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin F değeri 1,26 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değer grupların benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki fark 0.05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre ergenlerin benlik saygısı puanlarının baba eğitim durumuna göre farklılaşmadığı anlaşılmaktadır.

**Baba Çalışma Durumuna Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Bu araştırma grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarının baba çalışma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.

Araştırma grubundaki babası çalışan veya çalışmayan ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, t testi sonucu Tablo 17 de verilmiştir

**Tablo 17:**

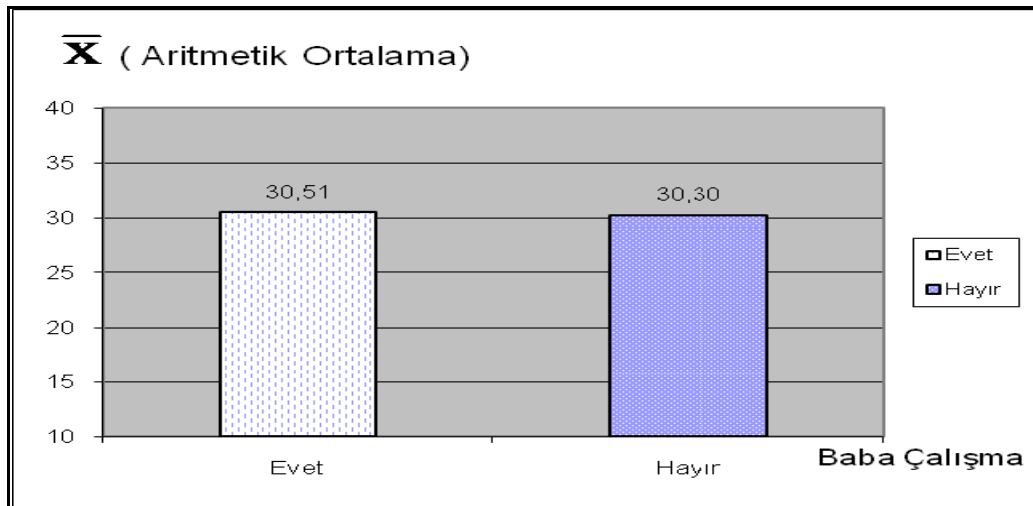
**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Babalarının Çalışma Durumlarına Göre Farklılaşmasına İlişkin T Testi Sonuçları**

Baba Çalışma Durumu	N	$\bar{X}$	Std. Sapma	T	P
Evet	356	30,51	5,23	,284	,776
Hayır	55	30,30	4,27		

Tablo 17 incelendiğinde babası çalışan ergenlerin benlik saygısı puan ortalamalarının 30,51 ,babası çalışmayan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması ise 30,30 olarak hesaplanmıştır .Yapılan istatistiksel işlemler sonucunda benlik saygısı puan ortalamalarının baba çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır.

**Şekil 10:**

**Ergenlerin baba çalışma durumuna göre benlik saygısı puan ortalamaları**



### **Aile Aylık Gelir Durumuna Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular**

Bu araştırma grubundaki ergenlerin benlik saygısı puanlarının aile aylık gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular sunulacaktır.

Araştırma grubundaki dört farklı aile gelir düzeyine sahip ergenlerin benlik saygısı düzeylerine ilişkin puanlarının aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, t testi sonucu Tablo 18 de verilmiştir

**Tablo 18:**

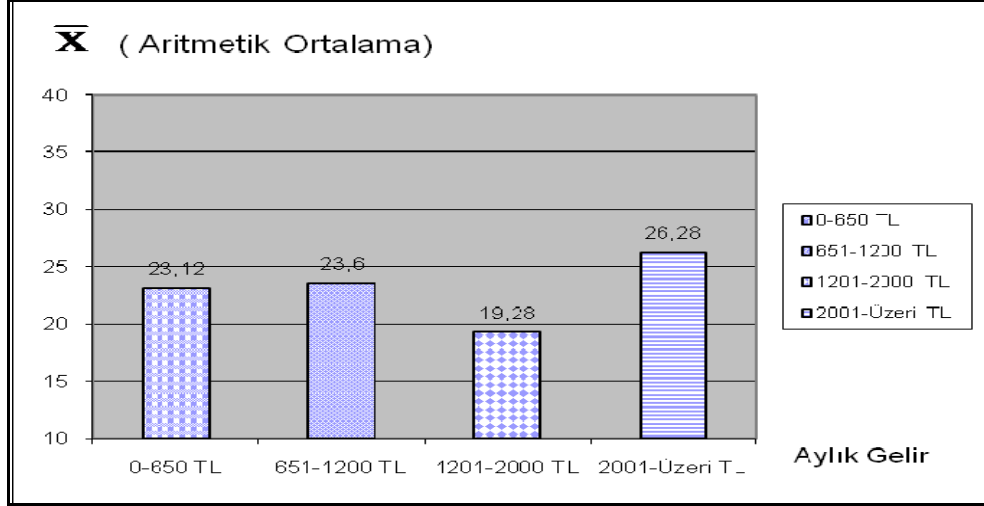
**Ergenlerin Benlik saygısı puan ortalamalarının aylık gelirlerine göre dağılımına ilişkin Aritmetik ortalama ve Standart sapma değerleri**

Aylık Gelir	N	$\bar{X}$	Std. Sapma
0-650 TL	99	29,95	4,74
651-1200 TL	122	29,80	5,15
1201-2000 TL	121	30,68	5,17
2001- Üzeri	69	32,13	5,13
Toplam	411	30,49	5,11

Tablo 18 incelendiğinde aylık geliri 650 TL ye kadar ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 29,95 , aylık geliri 651 TL ile 1200 TL arası olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 29,80 , aylık geliri 1201 TL ile 2000 TL arası olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30,68 , aylık geliri 2001 TL ve üzeri olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 32,13 olarak hesaplanmıştır.

**Şekil 11:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Göre Dağılımına İlişkin Aritmetik Ortalama Değerleri**



Ergenlerin benlik saygısı ölçeğinden aldıkları puanların aylık gelirlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla varyans analizi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 19 da verilmiştir.

**Tablo 19:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin F Testi (ANOVA) Sonuçları**

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P
Gruplararası	275,711	3	91,904	3,586	,014
Grupiçi	10431,009	407	25,629		
Toplam	10706,720	410			

Tablo 19 incelendiğinde benlik saygısı ölçeğinden elde edilen puanların aile gelir durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin F değeri 3,586 , p değeri

0,014 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değer grupların benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki farkın 0.05 anlamlılık düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir.

Bu sonuca göre farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey Testi yapılmıştır ve Tablo 20 de verilmiştir

**Tablo 20:**

**Ergenlerin Benlik Saygısı Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Farklılaşmasına İlişkin TUKEY Testi Sonuçları**

(I) Aylık Gelir	(J) Aylık Gelir	(I-J)Ortalamalar Arası Fark	P
0–650 TL	651–1200 TL	,15632	,996
	1201–2000 TL	-,72635	,715
	2001- Üzeri	-2,17084*	,033
651–1200 TL	1201–2000 TL	-,88267	,526
	2001- Üzeri	-2,32716*	,013
1201–2000 TL	2001- Üzeri	-1,44448	,233

Tablo 20 incelendiğinde ergenlerin aile aylık gelirin e göre 650 TL ye kadar aile aylık geliri olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalamalarının 29,95 olduğu görülmektedir. Aile aylık geliri 2001 TL ve üzeri olan ergenlerin puan ortalamaları, 650 TL ye kadar aile aylık geliri olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki fark 0.05 düzeyinde anlamlı bulunmuş, aile aylık geliri 2001 TL ve üzeri olan ergenlerin puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Aile aylık geliri 651 TL ile 1200 TL arası olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları 29,80 olduğu görülmektedir. Aile aylık geliri 651 TL ile 1200 TL arası olan ergenlerin puan ortalamaları aile aylık geliri 2001 TL ve üzeri olan ergenlerin puan ortalamaları

arasındaki fark 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuş,aile geliri 651 TL ile 1200 TL arası olan ergenlerin puan ortalamalarının 2001 TL ve üzeri aile aylık geliri olan ergenlere göre anlamlı düzeyde düşük olduğu belirlenmiştir.

### **Yaşam Doyumu Alt Boyut Puanları İle Benlik Saygısı Puanları Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular**

Ergenlerin benlik saygısı puanları ile yaşam doyumu alt boyut puanları arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 21 de verilmiştir.

**Tablo 21:**

#### **Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyutlarına Ait Aritmetik Ortalama, Standart Sapma Ve Boyutların Aralarındaki Korelasyon Değerleri**

Araştırmaya katılan ergenlerin Benlik saygısı ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeğinin alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkileri belirlemek için bu puanlara uygulanan Pearson korelasyon tekniği sonuçları Tablo 21’de sunulmuştur.

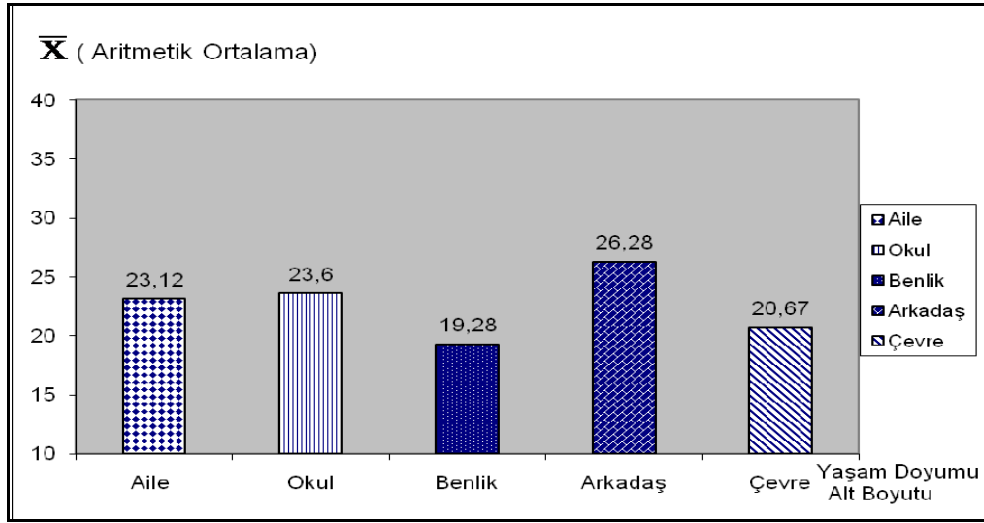
	$\bar{X}$	Std. Sapma	1	2	3	4	5	6
1. Benlik Saygısı	30,49	5,11	-					
2. Aile Y. D.	23,12	4,42	,356**	-				
3. Okul Y. D.	23,60	5,13	,268**	,373**	-			
4. Benlik Y. D.	19,28	3,49	,566**	,449**	,338**	-		
5. Arkadaş Y. D.	26,28	5,08	,453**	,405**	,308**	,597**	-	
6. Çevre Y.D.	20,67	5,03	,255**	,400**	,371**	,252**	,292**	-

Tablo 21 incelendiğinde Benlik saygısı ölçeğinden alınan puanlar ile Yaşam Doyumu ölçeğinin aile, okul, benlik, arkadaş ve çevre alt ölçeklerine ilişkin puanlar arasında pozitif (doğrusal) yönlü anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Bu bulgular yaşam doyumu ölçeğinin alt boyutlarının her birinden alınan puanlar yükseldikçe

benlik saygısı ölçeğinden alınan puanların da karşılıklı olarak yükseldiğini ortaya koymaktadır.

**Şekil 12:**

**Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Ölçeği Alt Boyutlarına Ait Aritmetik Ortalama Değerleri**



Yaşam Doyumu Ölçeğinin, aile, okul, benlik, arkadaş ve çevre alt boyutlarından alınan puanların Benlik Saygısı Ölçeğinden alınan puanları yordama gücünü belirlemek amacıyla yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 22’de verilmiştir.

**Yaşam Doyumunun Benlik Saygısı Puanlarını Açıklama Ve Yordama Gücüne İlişkin Bulgular**

Ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin benlik saygısı puanlarını açıklama gücü Tablo 22 de,yaşam doyumu alt boyutlarının benlik saygısı puanlarını açıklama ve yordama gücü Tablo 23 de verilmiştir.

**Tablo 22:**  
**Ergenlerin Yaşam doyumlarının Benlik Saygısı Puanlarını Açıklama Gücü**

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
<b>Bağımsız Değişkenler: Yaşam doyumu,</b> <b>Aile</b> <b>Okul</b> <b>Benlik</b> <b>Arkadaş</b> <b>Çevre</b> <b>Bağımlı Değişken; Benlik Saygısı</b>	0,595	0,354	44,377	0,001

Tablo 22 incelendiğinde, bağımsız değişkenler (yordayıcı değişkenler) olarak analize giren Yaşam Doyumu Ölçeğinin, aile, okul, benlik, arkadaş ve çevre alt boyutlarından alınan puanların benlik saygısı ölçeğinden alınan puanları anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. (Çoklu  $R=0,595$ ,  $R^2=0,354$ ,  $F=44,377$ ,  $p<,01$ ). Bu bulgu yaşam doyumu ölçeğinin tüm alt boyutlarının birlikte benlik saygısı ölçeğinden alınan puanlara ilişkin varyansın %35,4'ünü açıkladığını göstermektedir. Bağımsız değişkenlere ilişkin t testi sonuçları Tablo 23'te verilmiştir.



**Tablo 23:****Yaşam Doyumu boyutlarının Benlik saygısı üzerindeki etkisi**

Alt Ölçekler	B	Std.Hata	B	T	P
1. Aile	,081	,056	,070	1,436	,152
2. Okul	,029	,045	,029	,641	,522
3. Benlik	,618	,077	,422	8,060*	<b>,000</b>
4. Arkadaş	,144	,052	,144	2,804*	<b>,005</b>
5. Çevre	,069	,046	,068	1,497	,135

Bağımsız değişkenlere ilişkin t testi sonuçlarına göre beş bağımsız değişkenden benlik alt boyutu ( $\beta=,422$ ) benlik saygısının en önemli yordayıcısı olarak görülmektedir. Benlik saygısının diğer bir yordayıcısı da arkadaş ( $\beta=,144$ ) alt boyutudur. Yaşam doyumu ölçeğinin Aile ( $\beta=,070$ ), Okul ( $\beta=,029$ ) ve Çevre ( $\beta=,068$ ) alt boyutlarının kendi başlarına benlik saygısını yordama oranlarının anlamlılık düzeyine ( $p>.05$ ) ulaşmadığı Tablo 23’de görülmektedir.

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulguların tartışma ve yorumuna yer verilecektir.

#### **5.1. Ergenlerin Cinsiyet Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Araştırma sonucuna göre kız ergenlerin benlik saygısı puan ortalamalarının 30,21,erkek öğrencilerin benlik saygısı puan ortalaması ise 30,76 olarak hesaplanmıştır.Yapılan istatistiksel işlemler sonucunda benlik saygısı puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmış, kız ve erkek ergenlerin benlik saygıları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Benlik saygısının oluşumunda pek çok değişken rol oynamaktadır. Benliğin oluşumunda cinsiyet rolleri önemli bir yere sahiptir. Cinsiyet rolü kadının ya da erkeğin nasıl düşüneceğini, hissedeceğini ve davranacağını belirleyen ve kısmen çevre tarafından verilen roldür (Kulaksızoğlu, 2000).

Benlik saygısının gelişiminde çevredeki diğer bireylerin kişiye yönelik tutum ve değerlendirmelerinin önemli olduğu düşünüldüğünde geleneksel toplumlarda erkek ve kız ergenlere verilen değer ve olanakların farklılığı erkek ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin kız ergenlerden daha fazla olacağını düşündürmektedir. Fakat ülkemizde ergenlik döneminin ilk yıllarına gelen ilköğretim II.kademe yıllarının zorunlu eğitim kapsamına alınması ve ergenlerin aynı dönemde benzer problemlerle karşılaşmaları , cinsiyet ayrımı olmaksızın onların benlik saygılarına benzer etkilerde bulunduğu düşünülebilir.

Çuhadaroğlu,1986; Güngör, 1989; İnanç, 1997; Eşer, 2005; Yenidünya, 2005; Bal, 2006 tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre de benlik saygısı ile cinsiyet arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Özsaygının cinsiyete göre değişmediğini gösteren çalışmaların aksine Bilgin' in (2001) tarafından, 690 kız ve 741 erkek toplam 1431 ilköğretim okulu öğrencisinin kaygı düzeyleri ile özsaygı düzeylerinin yaşa, cinsiyete ve sınıfa göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenen çalışmada erkek öğrencilerin özsaygı puanlarının kız öğrencilerden anlamlı derecede daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Hamarta, (2004); Dinç (1992); Hatipoğlu (1996); Gürel (2007) tarafından yapılan araştırmalarda da erkeklerin benlik saygısı düzeylerinin kızlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Başkara (2002), lise öğrencilerinin özsaygı düzeylerini etkileyen etmenleri incelediği çalışmada (276 kız ve 279 erkek) kız öğrencilerin toplam özsaygı puan ortalamalarının erkek öğrencilerin toplam özsaygı puan ortalamasından anlamlı derecede daha yüksek olduğunu bulmuştur. Yücalan (2007) tarafından yapılan araştırma da kızların benlik saygısı düzeyleri erkeklere oranla daha yüksek bulunmuştur.

Yapılan çalışmalardaki tespit edilen bu farklı sonuçlar cinsiyetin benlik saygısı üzerinde etkili olup olmadığı konusunda kesin bir yargıya ulaşılamadığını düşündürmektedir.

## **5.2. Ergenlerin Yaş Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Araştırma sonucunda benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki farkın 0.05 anlamlılık düzeyinde anlamlı olmadığı, benlik saygısı puanlarının yaşa göre farklılaşmadığı bulunmuştur.

Ergenlik dönemi üzerinde boyamsal olarak yapılan çalışmalar incelendiğinde yaş ile benlik saygısının bağlantılı olduğu, yaşın ilerledikçe benlik saygısının ilerlediği ortaya konulmaktadır. Baldwin, Hoffman (2001), ergenlik döneminden, yetişkinliğe kadar olan benlik saygısı ve kişilik değişimlerini incelemiştir.

Çalışmanın sonucunda; ergenlikte benlik saygısının değişken olduğu ve yaşı benlik saygısı üzerinde etkili olduğu görülmüştür(Akt; Dilek,2007) Ergenlerde benlik saygısının, küçük yaşlarda olanlardan daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Rosenberg (1967) benlik saygısının 12-13 yaşları civarında çok az olduğunu ve 14 yaşından sonra, yetişkinliğin ilk dönemine doğru geliştiğini belirtmektedir (Akt: Dilek, 2007).

Güngör (1989), lise 1. ve lise 3. sınıf toplam 1076 öğrencinin özsaygı puanlarını ele aldığı çalışmada, öğrencilerin özsaygı puanlarının sınıf düzeyi bakımından farklılaşmadığını bulmuştur. Özsaygı düzeyinin yaş farklılıklarına göre değişmediğini gösteren benzer çalışmalar gibi Balat ve Akman (2004) da lise 1, lise 2 ve lise 3, öğrencilerinin özsaygı düzeylerini araştırdıkları çalışmada sınıf düzeyi değişkeni yönünden öğrencilerin özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farkın olmadığı ortaya koymuşlardır.

Literatürde özsaygı ve sınıf düzeyi ve yaş ile ilgili yapılan kesitsel çalışmalara Cerit-Aksoy (1992) , Yüksekaya (1995) bakıldığında genelde yaş değişkeni açısından özsaygı düzeyleri üzerinde farklılığın olmadığını göstermektedir. Bunun sebebini araştırmalarda yakın yaşların araştırılarak, belirli bir döneme genelleme yapılmasından kaynaklandığını düşünebiliriz. Alanda yapılacak deneysel ve boylamsal çalışmalarla farklı sonuçlara ulaşılabileceğini düşünebiliriz.

### **5.3. Ergenlerin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Araştırma bulgularına göre benlik saygısı ölçeğinden elde edilen puanların kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin F değeri 9,26 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değer grupların benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki farkın 0.05 anlamlılık düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Benlik saygısı puanlarının kardeş sayısına göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre kardeşi olmayan ergenlerin , bir kardeşi olan , iki veya üç kardeşi olan, dört ve üzeri kardeşi olan ergenlere göre benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki

fark 0.05 düzeyinde anlamlı bulunmuş,kardeşi olmayan ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin kardeşi olanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.Sonucu destekleyen bulgular Gür (1996) ergenlerin ,Yüksekkaya (1995) üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının kardeş sayısı değişkenine göre farklılaştığını işaret etmektedir.

Rosenberg'in 5046 lise öğrencisi ile yaptığı incelemede ortaya çıkan benzer sonuç kardeşleri olan çocuklara göre tek çocukların daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarıdır (Akt: Maşrabacı, 1994).

Palabıyıkoglu(1989) ve ark yaptığı araştırmada, çocuk sayısı fazla olan ailelerin evlilik çatışması yaşadıkları, bunun da adölesanın kendini kabul düzeyini olumsuz yönde etkilediği saptanmıştır (Akt: Kahriman ve Polat, 2003). Kendini kabul düzeyi düşük olan öğrencilerin benlik saygılarının da düşük olacağını söyleyebiliriz.

Araştırmamızla aynı sonuca Baybek ve Yavuz araştırmalarında varmışlardır. Araştırmada kardeş sayısı arttıkça benlik saygısı değerinin düştüğü, kardeş sayılarına göre benlik saygısı değerleri arasında önemli bir farklılığın olduğunu belirtmişlerdir. Tek çocuklardaki benlik saygısının daha yüksek olduğunu kardeş sayısı arttıkça benlik saygısının düştüğünü belirtmişlerdir. Bu sonuç tek çocukların kardeşleri olan çocuklara oranla gerek ekonomik açıdan gerekse ilgi ve sevgi görme, değer verilmesi ve sorumluluk verilmesi gibi benlik saygısı değerinde etkili olan kritik etkenler açısından daha fazla olanaklara sahip olmaları ile açıklanabilir.

Araştırma sonucunu destekleyen çalışmalar olduğu gibi literatürde konu ile ilgili yapılan çalışmalar da farklı sonuçlar elde edildiğine rastlanmıştır.

Zincirkıran (2008) yaptığı çalışmada kardeşi olup olmaması durumuna göre çocukların benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmiştir.

Kahriman ve Polat (2003) kardeş sayısı olarak üç kardeş olan öğrencilerin daha az sayıda kardeşi olanlara göre benlik saygısı puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğunu saptamışlardır.

Kılıç-Duran (2007) araştırmasında ailedeki birey sayısı ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirtmiştir.

Benlik saygısında farklılaşmaya sebep olan kardeş sayısı değişkeninin etkinliğinde kardeş/kardeşlerle olan ilişki ve anne babanın tutum ve davranışlarının etkili olduğunu düşünebiliriz. Jersild (1979) a göre büyüyen ergenin kendisi hakkındaki görüşünü kişinin genetik yapısından, içinde yaşadığı toplumun, ailenin özelliklerine kadar her şeyin biçimlendirdiğini söyleyebiliriz. Çocuğun kendini değerlendirirken ‘önemli kişilerin ‘ özellikle ailesinin derin etkisinde kaldığını öne süren benlik gelişim kuramları mevcuttur. Ailenin benlik gelişiminde etkili olduğunu kabul etmemiz ile kardeş sayısının ve kardeş ilişkilerinin benlik gelişiminin, kişinin kendine değer vermesinin ve benlik saygısının üzerinde etkili olabileceğini söyleyebiliriz.

#### **5.4. Ergenlerin Doğum Sırası Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Kardeşlerde doğum sırası, gözlenen ve araştırılan bir konu olmuştur. Ailede ilk, ortanca ve sonuncu çocuk olma ve durumu belirleyici özelliklerin olup olmadığı ilgi çeken bir konudur.

Araştırmada doğum sırasına göre ilk çocuk olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 30,43, ortanca veya ortancalardan biri olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 29,98 ,son çocuk olan ergenlerin benlik saygısı puan ortalaması 31,00 olarak hesaplanmıştır. Araştırma bulgularına göre ergenlerin benlik saygısı puanlarının doğum sırasına göre farklılaşmadığı anlaşılmaktadır.

Doğum sırasına göre ilk çocuğunun tacını kaybeden devrik kral, son çocuğun sevgiye boğulan şımartılmış küçük, ortancaların kendini gösterme çabasında olan kardeş olarak anılmasına, araştırmada son çocukların benlik saygısı puan ortalamalarının daha yüksek bulunmasına rağmen bu yükseklik istatistiki olarak anlamlı bir farklılığı ifade etmemektedir.

Aştı ve Bilgin'nin (1997) hemşirelik bölümü öğrencileri ile diğer bölümlerde okuyan üniversiteli kız öğrencilerin benlik saygılarını karşılaştırdığı araştırmasında çalışma sonuçlarına paralel olarak gençlerin ailenin kaçınıcı çocuğu oldukları ile öğrencilerin Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalamaları arasında istatistiksel yönden önemli bir sonuç bulunamamıştır. Dinçer (2008)'in bulguları da araştırma sonucunu destekler niteliktedir.

Şüphesiz ergenin özellikleri sadece doğum sırası konumuyla belirlenmeyecek kadar karmaşık bir durumdur. Doğum sırasından ziyade ailenin nüfusu, çocuğa gösterilecek sağlıklı ve dengeli ilişkiye orantılı bir durumdur. Ayrıca ailenin sosyo-kültürel ve sosyo-ekonomik özellikleri ile birlikte ana- baba tutumları, ana babaların hayattan ve çocuklarından beklentileri gibi konuların hepsi, ergenin benlik saygısını etkilemektedir (Aydın, 2005).

### **5.5. Ergenlerin Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Annesi okuma yazma bilmeyen ergenlerle, annesi ilkokul, ortaokul-lise ve üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki fark 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Annesi ilkokul mezunu olan ergenlerle annesi üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki fark 0,05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

Benlik saygısı toplam puan ortalamalarına bakıldığında anne eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerin benlik saygısı toplam puan ortalamalarının da yükseldiği görülmektedir. Annelerin eğitim düzeyi yükseldikçe çocuklarıyla daha iyi iletişim

kurabildiklerini, ergenlerin gelişim dönemi özellikleri konusunda daha çok bilgi sahibi olduklarını söyleyebiliriz. Ergenlerin kimlik karmaşası yaşadıkları bu dönemde çocuklarını koşulsuz seven, başarılarını takdir eden, ergenin gelişimini destekleyen eğitilmiş annelerin benlik saygısının temelini oluşturan olumlu geribildirimleri daha çok yansıtılabildikleri düşünülebilir. Gülerce (1996) 'nin anne eğitiminin Türk sosyal bilim araştırmalarında önemli olduğu yönündeki görüşü ve araştırma bulguları bu araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Çuhadaroğlu'nun (1989) ergenlerde benlik saygısını etkileyen faktörlerin araştırıldığı çalışmasında annenin eğitim düzeyi arttıkça, çocuğun benlik düzeyinin de arttığı belirtilmiştir. Aydoğan (2010) yaptığı çalışmada bulguyu desteklemektedir. Aydoğan, anne eğitim düzeyinin artmasıyla ilköğretim II. kademe öğrencilerinin umut ve benlik saygısı düzeylerinin de arttığını saptamıştır.

### **5.6 Ergenlerin Anne Çalışma Durumu Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Araştırma sonucunda benlik saygısı puan ortalamalarının anne çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır.

Benzer bir çalışmayı Kılıc-Duran (2007) Zihinsel gelişim ve benlik saygısına ailenin sosyo ekonomik düzeyinin etkisini belirlemek için yürütmüş ve annenin çalışmama durumuna göre pozitif veya negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmamış, annenin çalışma durumu çocuğun benlik saygısını etkilememektedir sonucuna varılmıştır. Ünüvar (2003)'ün ve Aydoğan (2010)'ün yaptıkları çalışmalar da sonucu desteklemektedir.

Ergenlik döneminde bireyin ben merkezci olması, düşüncelerin odağında kendinin olması ve benlik saygısının kendi sahip olduğu özelliklerden kaynaklandığını düşünürsek, anne çalışma durumunun ergenin benlik saygısı düzeyinde önemli bir etken olmadığını söyleyebiliriz.



### **5.7. Ergenlerin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Baba eğitim durumuna göre benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki fark 0.05 anlamlılık düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre ergenlerin benlik saygısı puanlarının baba eğitim durumuna göre farklılaşmadığı anlaşılmaktadır.

Toplumumuzda aile yapısı düşünüldüğünde, çocuğun yetiştirilmesinden büyük ölçüde annenin sorumlu olduğu, babaninsa ailede bir otorite temsili olduğunu görebiliriz. Otoriter tutumla çocuk yetiştiren babaların çocuklarıyla sağlıklı iletişim kurabildiklerini söyleyemeyiz. Babanın sağlıklı iletişim kuramadığı ve çocuk yetiştirilmesinden sorumlu görülmediği toplumumuzda baba eğitim durumunun ergenlerin benlik saygıları üzerinde etkisi olmadığını düşünebiliriz. Ünüvar (2003)'ın lise öğrencileri üzerine yaptığı çalışma da sonucu destekler niteliktedir.

Araştırmanın aksine Gökçakan ve arkadaşlarının (2001) 500 lise öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada ergenlerin öz imajını anne eğitim düzeyinden çok baba eğitim düzeyinin yordadığını ve baba eğitim düzeyi yükseldikçe ergenlerin öz imajının olumlu yönde farklılaştığı bulunmuştur. Benzer bir sonuçla Aydoğan (2010) baba eğitim düzeyi yükseldikçe ergenlerin benlik düzeylerinin yükseldiğini saptamıştır. Benzer bir sonuçta Zincirkıran (2008) in çalışmasında özsayı puanlarında babası ilk ve ortaokul mezunu olan grup ile üniversite mezunu grup arasında fark olduğu; farklılığın babaları üniversite mezunu olan çocukların lehine olduğunu saptanmıştır.

Özgan (1999) lise öğrencilerinin benlik saygısı ve akademik başarılarının bazı değişkenlere göre incelediği çalışmasında babanın eğitim düzeyinin başarıya etkisinin olmadığını ancak benlik saygısını olumlu yönde etkilediğini gözlemlemiştir.

Yapılan çalışmalardaki bu farklı tespitler araştırmaların yapıldığı kentlerin özelliklerinin ( büyükşehir,yer aldığı coğrafi bölge, vb.. ) sonucu değiştirebileceğini düşündürmektedir.

### **5.8. Ergenlerin Baba Çalışma Durumu Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Araştırma bulgularına göre benlik saygısı puan ortalamalarının baba çalışma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır. Kılıc-Duran (2007) yaptığı araştırmada babanın çalışma durumunun çocuğun benlik saygısını etkilemediği sonucuyla araştırma bulgumuzu destekler niteliktedir.

Araştırmada baba çalışma durumunun benlik saygısı üzerinde etkisi olmadığı sonucunu tespit etmemize rağmen Yavuzer (1998)'e göre aile içerisinde ekonomik gereklerin yerine getirilmesi yükümlülüğü babanın üzerindedir. Babanın çalışmadığı durumlarda gelir durumuna paralel olarak ailenin sosyo ekonomik durumu düşük olması nedeniyle çocuğun kendini güven içinde hissetmemesi gibi olumsuz bir sonuç verebilir. Kendini güvende hissetmeyen çocukta kendine saygının düşebileceğini düşünebiliriz.

### **5.9. Ergenlerin Aile Aylık Geliri Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Araştırma sonucuna göre ailenin aylık geliri artıkça ergenlerin benlik saygısı puan ortalamalarında artma olmuş, ailenin geliri yükseldikçe benlik saygısı da artmıştır. Araştırma sonucunu destekler bir çalışmayı aynı yaş grubundaki öğrencilerle Aydoğan (2010) yapmıştır. Araştırmaya katılan ilköğretim II. kademeye devam eden öğrencilerin benlik saygısı ve umut düzeylerinin sahip oldukları ailenin aylık gelir düzeyi değişkenine göre, mutluluk, kaygı, popülerite alt boyutları ile benlik saygısı toplam puanları ve umut düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşmanın olduğu, ailenin aylık geliri artıkça öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin arttığını ortaya koymuştur.

Rosenberg ergenlerle yürüttüğü çalışmada Sosyo-ekonomik durum ile benlik saygısı ilişkisinde üst sosyo-ekonomik düzeyden gelen gençlerin %51'nin, alt sosyo-

ekonomik düzeyden gelenlerin ise %38'inin yüksek benlik saygısına sahip olduklarını bulmuştur (Akt: Kızılgın, 2008).

Araştırma bulgularına benzer bir sonuç Kılıçcı (1981) tarafından ; üniversite öğrencilerinin kendini kabul düzeyleri ile ailelerinin sosyo-ekonomik durumları arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğunu vurgulamıştır. (Akt;Avşaroğlu). Güngör'ün (1989) Ankara'da 1000 lise öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmada ailelerin gelir düzeyleri yükseldikçe ,ergenlerin özsaygı düzeylerinin de yükseldiği bulunmuştur (Akt: Kulaksızoğlu, 2001).

Ülkemiz şartları düşünüldüğünde temel ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanan, düşük aylık gelire sahip,düzenli aylık geliri olmayan bir çok aile olduğu bilinmektedir.İnsanın en temel gereksinimleri olan beslenme ,barınma gibi ihtiyaçları yerine getirmede zorlanan düşük gelirli ailelerde farklı problemler yaşanabilmektedir,aile içinde bireylerin ilişkileri olumsuz olarak maddi yetersizliklerden etkilenmektedir.Ebeveynlerin geçim sıkıntısı içinde olması çocuklarını ihmal etmelerine,uygun gelişim imkanını sağlayamamalarına dolayısıyla çocukların kendilerini olumsuz değerlendirmelerine ve benlik saygılarının düşük olmasına sebep olduğu düşünülebilir.

Araştırma sonucundan farklı olarak Kılıç-Duran (2007) ,Uyanık Balat ve Akman (2004) yaptıkları araştırmalarda sosyo ekonomik düzey açısından alt,orta ve üst sosyo ekonomik düzeye sahip öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varmışlardır.

### **5.10 Benlik Saygısı ile Yaşam Doyumu Puanları Arasındaki ilişkiye Ait Bulguların Tartışma ve Yorumu**

Araştırma sonucuna göre yaşam Doyumunun, aile, okul, benlik, arkadaş ve çevre alt boyutlarından alınan puanların benlik saygısı ölçeğinden alınan puanları anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Bulgulara göre yaşam doyumunun alt boyutlarından benlik alt boyutu, benlik saygısının en önemli yordayıcısı olmuştur.

Abe (2004) benlik saygısı ve yaşam doyumu üzerine yaptığı kültürler arası çalışmada benlik saygısının yaşam doyumunun en önemli belirleyicisi olduğunu ifade etmektedir.

## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmada elde edilen bulgulara dayalı olarak ulaşılan sonuçlar verilmiş ve bu sonuçlar çerçevesinde benlik saygısı düzeyinin yükseltilmesinde etkili olabileceği düşünülen bazı önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmada varılan sonuçlar şunlardır:

1. Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur.

2. Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinde yaşa göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur.

3. Ergenlerin kardeş sayısına göre benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur.

4. Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinde doğum sırasına göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur.

5. Ergenlerin anne eğitim durumuna göre benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur.

6. Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinde anne çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur.

7. Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinde baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur.

8. Ergenlerin benlik saygısı düzeylerinde baba çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur.

9. Ergenlerin aile aylık gelir durumuna göre benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olduğu bulunmuştur.

10. Ergenlerin yaşam doyumu puanlarının benlik saygısı düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

11. Ergenlerin yaşam doyumu alt boyutları puanları ile benlik saygısı puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Araştırmanın sonuçları doğrultusunda şu öneriler geliştirilebilir:

1. Bu araştırmanın temel sınırlılığı, örneklem grubunun sadece 13-14 yaş grubu ergenlerini kapsamak amacıyla 7. ve 8. sınıflardan seçilen ergenlerden oluşmasıdır. Sonuçların tüm ergenlik dönemine genellenebilmesi için daha geniş yaş grubu yelpazesinde yeni araştırmalar yapılması uygun olacaktır.

2. Ergen öğrencilerin benlik saygılarını olumlu veya olumsuz yönde etkileyen durumları inceleyen geniş örneklem gruplu deneysel araştırmaların yapılması önerilebilir.

3. Benlik Saygısını yordamaya katkıda bulunması muhtemel başka bağımsız değişkenlerin örneğin kişilik özelliklerinin (içe-dışa dönük olma vb.) , ana baba tutumlarının , atılganlık düzeyinin, vb.. benlik saygısını yordamaya katkılarının ne düzeyde olacağı değerlendirilebilir.

4. Benlik saygısı düzeylerinin olumlu destek ve yapıcı yaklaşımla gelişebileceği göz önünde bulundurulduğunda, benlik saygısı düşük öğrenciler üzerinde grupla danışma ve rehberlik etkinlik ve oturumlarının düzenlenmesi önerilebilir.

5. İlköğretim 2. kademe 7. ve 8. sınıflarda görev yapan branş öğretmenlerinin, öğrencilerin olumlu yönlerini takdir etme, gibi yöntemleri kullanarak onların benlik saygısı düzeylerinin geliştirilmesine katkıda bulunmaları tavsiye edilebilir.

## KAYNAKÇA

- Abe, J. A. A. (2004). Self-Esteem, Perception Of Relationships And Emotional Distress: ACross-Cultural Study. Personal Relationships. Vol. 11, Pp. 231-247.
- Adams, J.F. (1995). Ergenliği Anlamak. Çev: Bekir Onur ve Diğerleri İstanbul: İmge Kitabevi Yayınları.
- Arı, R. (2003). Gelişim ve Öğrenme . Atlas Kitabevi. Konya.
- Arıcak, O. T. (1999). Grupla Psikolojik Danışma Yoluyla Benlik ve Mesleki Benlik Saygısının Geliştirilmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi . İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Aştı, N, Bilgin (1997) H. Hemşirelik Yüksekokulu ile Diğer Üniversiteli Kız Öğrencilerde Benlik Saygısının Karşılaştırılması. IV. Hemşirelik Eğitimi Sempozyumu. Kıbrıs-KKTC, 250-258.
- Aydın, B. (2005). Çocuk ve Ergen Psikolojisi. Ankara: Atlas Yayınları.
- Aydoğan, S. (2010). İlköğretim 2.Kademe Öğrencilerinin Umut Ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi,Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ataman, A. ( 2004 ) Gelişim ve Öğrenme. Gündüz Eğitim ve Yayıncılık. Ankara.
- Avşaroğlu, S. (2007) Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başa çıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Bacanlı, H. (2004). Sosyal İlişkilerde Benlik (Kendini Ayarlama Psikolojisi). İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Bacanlı, H. (2004). Gelişim ve Öğrenme. Nobel Yayınları: Ankara.
- Bacanlı, H. (1997). Kendini Ayarlamamanın Psikolojisi, Ankara: M.E.B. Yayınları.
- Bal, E. (2006). İlköğretim Öğrencilerinin Benlik Algıları İle Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Baldwin , S. A. And Hoffmann , J. P. (2001) The Dynamics Of Self-Esteem : A Growth – Curve Analysis. Journal Of Youth Adolescence , Vol. 31, 101-113.
- Başkara, Sibel Vezir. (2002) Özsaygının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara.
- Baybek, H. Yavuz, S. (2005) Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi. Muğla Üniversitesi SBE Dergisi Bahar 2005 Sayı 14.
- Baymur, F. (1994) Genel Psikoloji, 14. Baskı İnkılap Yayınları, Ankara.
- Bradley, R. H. & Corwyn, R. F. (2004). Life Satisfaction Among European American, African American, Chinese American, Mexican American, And Dominican American Adolescents. International Journal Of Behavioral Development, 28(5), 385-400.
- Brack, C.J. Orr, D. P. Ve Ingersoll,G.(1988). Pubertal Maturation And Adolescent Self Esteem, Journal Of Adolescent Health Care , C.9, Ss. 280- 285.



Branden, N. (1987). How To Raise Your Self-Esteem. New York, N.Y: Bantam.

Büyükşahin, Ayda. (2001). Yakın İlişki Kuran ve Kurmayan Üniversite Öğrencilerinin Çeşitli Sosyal Psikolojik Etkenler Yönünden Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Büyüköztürk, Ş. (2002). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı (İkinci Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Büyükşahin Çevik, G. Atıcı, M. (2009). Lise 3.Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi [Bağlantıda]. 6:2. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>.

California State Parks. (2005). The Health And Social Benefits Of Recreation, An Element Of The California Outdoor Recreation Planning Program, Sacramento, California, March 2005, [Www.Parks.Ca.Gov](http://www.Parks.Ca.Gov), Er. Tar: 04.04.2008.

Can, Gürhan (1991). “Lise Öğrencilerinin Benlik Kavramlarını Etkileyen Ailesel Değişkenler”, Eskişehir Anadolu Üniv. Edebiyat Fak. Dergisi, C. IV, Sy. 1-2, Eskişehir, Ss. 4-19.

Coopersmith, S. (1967). The Antecedents Of Self-Esteem. Sanfrancisco:Freeman.

Cüceloğlu, D. (1991). İnsan ve Davranışı , İstanbul: Remzi Kitapevi, 2.Basım.

Cüceloğlu, D. (1992). İnsan ve Davranışı Psikolojinin Temel Kavramları. İstanbul: Remzi Kitapevi.

- Çeçen, A. R. Koçak, E. (2007). Deneysel Bir Çalışma: İlköğretim II. Kademe Öğrencilerine Uygulanan Benlik Saygısı Programını Öğrencilerin Benlik Saygısı Üzerindeki Etkisi. *Eurasian Journal of Educational Reserarch*, 27, pp 59-68.
- Çeçen, R. A. (2008)Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu ve Benlik Saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 2008, 4(1): 19-3 <http://eku.comu.edu.tr/index/4/1/arcecen.pdf>.
- Çevik-Büyükşahin, G. Atıcı, M. (2009). Lise 3.Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. Cilt:6 Sayı:1 Yıl:2009.
- Çivitçi. A. (2007), “Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe’ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları”, *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 26. 51-60.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda Benlik Saygısı*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Demirbaş, E. (2009) *Lise Öğrencilerinin Utangaçlık Ve Benlik Saygılarının Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dew, T. & Huebner, E. S. (1994). Adolescents’ Perceived Quality Of Life: An Exploratory Investigation. *Journal Of School Psychology*, 32, 185–199.
- Diener, E. Emmons, R. A. Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal Of Personality Assessment*, 49, 71–75.

- Dilek, H. (2007). Farklı Eğitim Programlarına Devam Eden Lise 2. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı ile Anne Babalarının Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Dilmaç, B. Eksi, H. (2008). Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Benlik Saygılarının İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi , 20, 279-287.
- Dinç, F. (1992). Cinsiyetleri Farklı Lise Öğrencilerinin Benlik Algı Düzeylerinin Özsaygı Düzeylerine Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Doğru, N. Peker, R. (2004). Özsaygı Geliştirme Programının Lise Dokuzuncu Sınıf Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerine Etkisi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2004,17(2):315-328.
- Erikson, E. H. (1984). İnsanın Sekiz Çağı (1. Basım), (Çev. T. Bedirhan Üstün ve Vedat. P.). Ankara: Sevinç Matbaası.
- Erim, B. (2001). Yetiştirme Yurtlarında ve Aileleri Yanında Yaşayan Ergenlerin Benlik Saygısı, Depresyon ve Yalnızlık Düzeyleri İle Sosyal Destek Sistemleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eşer, H. (2005). Üniversite Öğrencilerinde Dini İnanç ve Benlik Saygısı İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gander, Mary; Gardner, Hary W. (2001) Çocuk Ve Ergen Gelişimi, Yay. Haz. Bekir Onur, İmge Yayınları, İstanbul.

- Gazioğlu, G. Köknel,  . (2007).  ocuk Yetiştirmede Duygusal Zekanın  nemi: Ana Baba Tutumlarının ve Duygusal Zekalarının  ocukların Başarsına ve  z Benlik Kavramlarına Olan Etkisi, IX. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi  zet Kitabı, İzmir.
- Geçtan, E. (1999). Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar. 14.Bs, Remzi Kitabevi.
- Guindon, M. H. (2002). Toward Accountability In The Use Of The Selfesteem Construct. Journal Of Counseling And Development, 80(2), 204-213.
- G  ray, S. (1989).  ocuk Yuvasında ve Ailesi Yanında Kalan 9, 10, 11 Yaş çocuklarının  zsaygı Gelişimini Etkileyen Bazı Faktörler, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Güler şahin, R. (2006). Bireylerin Proaktif Kişilik Yapısı İle Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güloğlu, B. Ve Aydın, G. (2001). Coopersmith  zsaygı Envanteri'nin Faktör Yapısı Eğitim ve Bilim, 26 (122), 66-71.
- Gün, Z. Bayraktar, F. (2008). Türkiye'de İ  G  n Ergenlerin Uyumundaki Rolü Türk Psikiyatri Dergisi 19,2, 167-176.
- Güngör, A. (1989). Lise  ğrencilerinin  zsaygı Düzeylerini Etkileyen Etmenler. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gürel,  . (2007). Görme Engelli Ergenlerle Gören Ergenlerin Benlik Saygısı Gelişimlerin Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Hamarta, E. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenlerin (Benlik Saygısı, Depresyon ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hilooğlu, S. (2009). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Zorbaca Davranışlarını Yordamada Sosyal Beceri Ve Yaşam Doyumunun Rolü. Yüksek Lisans Tezi.Çukurova Ün. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- İnanç, N. (1997). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- James, William (1890), The Principles Of Psychology, Harvard University Press, Cambridge, MA.
- Jersild, Arthur T. (1978) Gençlik Psikolojisi, Çev. İbrahim N. Özgür, 3. Bs., Takıloğlu Matbaası, İstanbul.
- Jersild, Arthur T. (1979). Çocuk Psikolojisi. Çev. Gülseren Günce, 3.Bs, Ankara Ün. Basımevi, Ankara.
- Kahriman, İ. Polat, S. (2003). “Adolesanlarda Aileden ve Arkadaşlardan Algılanan Sosyal Destek ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki”. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi. Cilt, 6. Sayı, 2.
- Kasatura, İ. (1998). Kişilik Ve Özgüven. Psikoloji Dizisi 4, Evrim Yayınları, İstanbul.
- Kaya, A. Saçkes, M. (2005). “Deneysel Olarak Sınanmış Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları”. (Edit: Erkan, S., Kaya, A.). Ankara: Pegem Yayıncılık.

- Kılıç Duran, S. (2007). 9, 10, 11 Yasındaki Çocukların Zihinsel Gelişim ve Benlik Saygısına Ailenin Sosyo-Ekonomik Düzeyinin Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kırtıl, S. (2009). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri İle Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi. Dokuz Eylül Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Kızgın, M. E. (2008). Benlik-Benlik Saygısı ve Ana Baba Tutumları, Psikoloji Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Makaleleri Erişim: [Http: //www. tavsiye ediyorum. com/ makale\\_1348.htm](http://www.tavsiye.ediyorum.com/makale_1348.htm).
- Korkut, F. (2004). Okul Temelli Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma, Anı Yay.Ankara, 2004.
- Köknel, Ö. (1995). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik. Altın Kitabevi. İstanbul.
- Köknel, Ö. (1997). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik (14. Baskı). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kula, N. (2001). Kimlik ve Din. Ayışığı Yayınları. İstanbul.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). Ergenlik Psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kuzgun, Y. (1972). Ana-Baba Tutumlarının Kendini Gerçekleştirme Düzeyine Etkisi Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara. Hacettepe Üniversitesi. Eğitim Enstitüsü.
- Lawrence, D. (2000). Building Self- Esteem With Adults Learnes. Chapman Publishhing Ltd.

- Leory, M. R. (1996). "Self-Presentation, Impression, Management And Interpersonal Behavior", New York: Harper Collins Publishers.
- Leung, J. P. & Leung, K. (1992). Life Satisfaction, Self-Concept, And Relationship With Parents In Adolescence. *Journal Of Youth And Adolescence*, 21, 653–65.
- Lizvançe, Ş. (2005). Türkiye ve Makedonya'daki Türk Asıllı Lise Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Gazi Üniv. Sosyal Bilimler Ens.*
- Masrabacı, T.S. (1994). "Hacettepe Üniversitesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi". (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Mboya, M. M. (1986). Black Adolescents: A Descriptive Study Of Their Self-Concepts And Academic Achievement. *Adolescence*, 21, 689-696.
- Mcknight, C. Huebner, E. S. & Suldo, S. M. (2002). Relationships Among Stressful Life Events, Temperament, Problem Behavior, And Global Life Satisfaction In Adolescents. *Psychol. Sch*, 39, 677–687.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, Self And Society*. Chicago: University Of Chicago Press.
- Mullis, A.K. Mullis, R. L. Ve Normandin, D. (1992). Cross-Sectional And Longitudinal Comparisons Of Adolescent Self Esteem, *Adolescence*, C.27, S.105, Ss.51-60.
- Myers, D. G. Diener, E. (1995). Who Is Happy?, *Psychological Science*.6, 10-19.
- Onur, B. (1987). *Ergenlik Psikolojisi*. Hacettepe Taş Kitapçılık Ltd. Şti.

- Öner, N. (1994). Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler: Bir Başvuru Kaynağı, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Özgan, H. (1999). “Lise Öğrencilerinin Empatik Sınıf Atmosferi Algılamaları, Başarıları ve Benlik Saygılarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi ve Aralarındaki İlişkinin Belirlenmesi”. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Pişkin, M. (2002). Özsaygı Geliştirme Programı. Kuzgun Y. (Edi.). İlk Öğretimde Rehberlik (3. Baskı). 95- 123. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Rosenberg, M. (1965). Society And The Adolescent Self\_Mage, NJ: Princeton University Pres, Princeton.
- Siyez, D. M. Kaya, A. (2008). Farklı Sosyometrik Statülerdeki İlköğretim Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi. Eurasian Journal Of Educational Research S.32.
- Saygın, Y. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek, Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Selçuk, Z. (2005). Gelişim Ve Öğrenme. Nobel Yayınevi, Ankara.
- Sullivan, H. S. (1953). The İnterpersonal Theory Of Psychiatry. New York: W. W. Norton & Company.
- Tan, Hasan. (1970). “Akademik Psikolojide Ego Ve Benlik “Self” Kavramı”, H.Ü Sosyal Bilimler Ve Beşeri Bilimler Dergisi, C. II, Sy. 1, Ankara, Ss. 3-16.



- Taysi, Ebru. (2000). Benlik Saygısı: Arkadaşlardan ve Aileden Sağlanan Sosyal Destek: Üniversite Öğrencileri İle Yapılan Bir Çalışma, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara.
- Torres, R. Fernandez, F. & Maceira, D. (1995). Self-Esteem And Value Of Health As Correlates Of Adolescent Health Behavior. *Adolescence*. 30, 118, 403-412.
- Turan, T. Ceylan, S. S. (2003). 11-14 Yaş Gurubu İlköğretim Öğrencilerinin Menstruasyona Yönelik Bilgileri ve Uygulamaları Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi 2(6) Ulusal Ana Çocuk Sağlığı Kongresi S.S.; 41-54.
- Uyanık Balat, G, B.Akman. (2004). “Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi”, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt:24, Sayı:2, 175-184 Elazığ.
- Ünüvar, A. (2003). Çok Yönlü Algılanan Sosyal Desteğin 15–18 Yaş Arası Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerisine ve Benlik Saygısına Etkisi.(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Vara, S. (1999). Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu Ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yaman, M. Arslan, S. (2009). Çocuk Ve Gençlik Suçlarının Önlenmesinde Rekreatif Sporlar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi [Bağlantıda]*. 6: 1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>.
- Yanbastı, G. (1996). Kişilik Kuramları. İzmir: Ege Üniversitesi, Basımevi.

- Yavuz, Ş. (2007). Son Çocukluk Dönemi Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yavuzer, H. (2002). Çocuk Psikolojisi. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Yavuzer, H. (2000). Eğitim ve Gelişim Özellikleriyle Okul Çağı Çocuğu. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Yavuzer, H. (2005). Gençleri Anlamak. Remzi Kitabevi. İstanbul.
- Yenidünya, A. (2005). Lise Öğrencilerinde Rekabetçi Tutum, Benlik Saygısı ve Akademik Başarı İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yoltas, A.R. (2007). Öğretmen Adaylarının Yaşam Doyumu ve Depresyon Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yörükoğlu, A. (1998). Çocuk Ruh Sağlığı ( 22. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yörükoğlu, A. (2004). Gençlik Çağı Ruh Sağlığı Ve Ruhsal Sorunlar. Özgür Yayınları.İstanbul.
- Yücalan, Ö. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerinin Bazı Değişkenler ve Baskın Ben Durumları Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yüksekkaya, S. (1995). Üniversite Öğrencilerinde Benlik Saygısının çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Ege Üniversitesi.

Zincirkıran, Z. (2008). Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden Altı Yaş Grubu Çocuklarının Benlik Kavramının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi.Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

**EKLER****KİŞİSEL BİLGİ FORMU****1)Cinsiyetiniz**

- A)kız B)erkek

**2)Yaşınız**

- A)12 (1998 doğumlu) B)13 (1997 doğumlu)  
C) 14(1996 doğumlu) D)15(1995 doğumlu)

**3)Kaç kardeşiniz var?**

- A)Kardeşim yok  
B)1 kardeşim var  
C)2 veya 3 kardeş  
D)4 veya daha fazla

**4)Doğum sırasına göre kaçınıcı çocuksunuz?**

- A)ilk  
B)ortanca, ortancalardan biri  
C)son

**5)Annenizin öğrenim durumu nedir?**

- A)Okuma yazma bilmiyor  
B)ilkokul mezunu  
C)ortaokul veya lise  
D)Yüksekokul mezunu(üniversite)

**6)Annen çalışıyor mu?**

- A)Evet B)Hayır

**7) Babanızın öğrenim durumu nedir?**

- A)Okuma yazma bilmiyor  
B)ilkokul mezunu  
C)ortaokul veya lise  
D)Yüksekokul mezunu(üniversite)

**8) Baban çalışıyor mu?**

- A) Evet B)Hayır

**9)Ailenizin ortalama aylık geliri?(.....TL dir)**

- A)650 TLye kadar  
B)651 TL-1200 TL  
C)1201 TL -2000 TL  
D)2001 -3000TL  
E)3001 TL den fazla

### RBS ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki maddeler,kendiniz hakkında ne düşünüp,genel olarak nasıl hissettiğinize ilişkin olarak hazırlanmıştır.Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyun ve kendiniz hakkında nasıl hissettiğinizi karşılardaki bölmelerden uygun olanını işaretleyerek belirtiniz.

A)Hiç katılmıyorum B)Katılmıyorum C)Katılıyorum D)Tamamen katılıyorum

1.Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.	A	B	C	D
2.Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.	A	B	C	D
3.Genelde,kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.	A	B	C	D
4.Ben de diğer insanların bir çoğunun yapabileceği kadar bir şeyler yapabilirim.	A	B	C	D
5.Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.	A	B	C	D
6.Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.	A	B	C	D
7.Genel olarak kendimden memnunum.	A	B	C	D
8.Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.	A	B	C	D
9.Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum	A	B	C	D
10.Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.	A	B	C	D

## ÇOK BOYUTLU ÖĞRENCİ YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

**Açıklama:** Aşağıda, geçen birkaç hafta süresince yaşamınızla ilgili neler düşündüğünüzü yansıtan bazı ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen, günlerinizi nasıl geçirdiğinizi düşünerek her bir ifadeyle ilgili sizi en iyi yansıtan seçeneğe (X) işareti koymanızdır. Bu bir sınav değildir. Bu nedenle maddelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Lütfen her madde için sadece bir işaret koyunuz ve cevapsız madde bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederiz.

	Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Her zaman
1. Arkadaşlarım bana karşı sevecen ve cana yakındırlar.	( )	( )	( )	( )
2. İnsanlar benimle bir arada olmaktan hoşlanırlar.	( )	( )	( )	( )
3. Okulda kendimi kötü hissediyorum.	( )	( )	( )	( )
4. Arkadaşlarımla kötü zaman geçiririm.	( )	( )	( )	( )
5. İyi yapabildiğim bir çok şey var.	( )	( )	( )	( )
6. Okulda bir çok şey öğreniyorum.	( )	( )	( )	( )
7. Anne-babamla zaman geçirmeyi severim.	( )	( )	( )	( )
8. Ailem bir çok aileden daha iyidir.	( )	( )	( )	( )
9. Okulla ilgili sevmediğim bir çok şey var.	( )	( )	( )	( )
10. Güzel / yakışıklı olduğumu düşünüyorum.	( )	( )	( )	( )
11. Arkadaşlarım harikadır.	( )	( )	( )	( )
12. Eğer ihtiyaç duyarsam arkadaşlarım bana yardımcı ederler.	( )	( )	( )	( )
13. Keşke okula gitmek zorunda olmasaydım.	( )	( )	( )	( )
14. Kendimi seviyorum.	( )	( )	( )	( )
15. Arkadaşlarım bana iyi davranırlar.	( )	( )	( )	( )
16. Çoğu insan beni sever.	( )	( )	( )	( )
17. Ailemle birlikte evde olmaktan hoşlanırım.	( )	( )	( )	( )
18. Ailemdeki kişiler birbirleriyle iyi geçinirler.	( )	( )	( )	( )
19. Okula gitmeyi dört gözle beklerim.	( )	( )	( )	( )
20. Anne-babam bana adil davranır.	( )	( )	( )	( )

21. Okulda olmaktan hoşlanırım.	( )	( )	( )	( )
22. Arkadaşlarım bana karşı kaba ve kırıcı davranır.	( )	( )	( )	( )
23. Okul ilgi çekici bir yer.	( )	( )	( )	( )
24. Okul etkinliklerinden hoşlanırım.	( )	( )	( )	( )
25. Keşke başka bir evde yaşasaydım.	( )	( )	( )	( )
26. Aile fertlerimiz birbirleriyle güzel bir dille konuşurlar.	( )	( )	( )	( )
27. Arkadaşlarımla beraber çok eğleniriz.	( )	( )	( )	( )
28. Anne-babam ve ben birlikte eğlenceli şeyler yaparız.	( )	( )	( )	( )
29. Mahallemizi / semtimizi severim.	( )	( )	( )	( )
30. Keşke başka bir yerde yaşasaydım.	( )	( )	( )	( )
31. Ben iyi biriyim.	( )	( )	( )	( )
32. Bu kent / kasaba kötü insanlarla dolu.	( )	( )	( )	( )
33. Komşularımızı severim.	( )	( )	( )	( )
34. Yeterince arkadaşım var.	( )	( )	( )	( )
35. Keşke mahallemizde / semtimizde başka insanlar olsaydı.	( )	( )	( )	( )
36. Yaşadığım yeri seviyorum.	( )	( )	( )	( )



T.C.  
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



### Özgeçmiş

Adı Soyadı:	Hatice Köse Yiğit			
Doğum Yeri:	Darende			
Doğum Tarihi:	20.07.1984			
Medeni Durumu:	Evli			
Öğrenim Durumu				
Derece	Okulun Adı	Program	Yer	Yıl
İlköğretim	Yavuz Selim İlköğretim Okulu		Sivas	1995
Ortaöğretim	Selçuk Anadolu Lisesi	İngilizce	Sivas	1999
Lise	Selçuk Anadolu Lisesi	İngilizce Eşit Ağırlık	Sivas	2002
Lisans	Selçuk Üniversitesi	Rehberlik Psikolojik Danışmanlık	Konya	2006
Yüksek Lisans	Selçuk Üniversitesi	Eğitimde Psikolojik Hizmetler	Konya	2010
Becerileri:				
İlgi Alanları:				
İş Deneyimi:	Özel Eğitim Kurumu Rehber Öğretmenliği İlköğretim Kurumu Rehber Öğretmenliği Ortaöğretim Kurumu Rehber Öğretmenliği			
Aldığı Ödüller:	Okul Basketbol Takımı Yıldızlar İl Birinciliği			
Hakkımda bilgi almak için önerebileceğim şahıslar:	Nevzat TEKİN Yrd.Doç.Dr. Abdullah SÜRÜCÜ			
Tel:				
E-Posta:	hatice_pdr@hotmail.com			
Adres	Yenişehir Mah. Safa Cad. Gül Sitesi A Blok No:20 58070 SİVAS			