

T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ BİLİM DALI

BAĞLANMA STİLLERİNİN ERGENLİK DÖNEMİ
SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ
ÜZERİNE ETKİSİ

Özkan SONGÜL

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
DR. ÖĞR. ÜYESİ ÖZLEM ALTUNSU SÖNMEZ

Konya-2019




T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



Bilimsel Etik Sayfası

Öğrencinin	Adı Soyadı	Özkan Songül
	Numarası	124211001006
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Aile Danışmanlığı ve Eğitimi
	Programı	Tezli Yüksek Lisans <input checked="" type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/>
	Tezin Adı	Bağlanma Stillerinin Ergenlik Dönemi Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Üzerine Etkisi

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.


Öğrencinin imzası
(İmza)



T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



Yüksek Lisans Tezi Kabul Formu

Öğrencinin	Adı Soyadı	Özkan Songül
	Numarası	124211001006
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Aile Danışmanlığı ve Eğitimi
	Programı	Tezli Yüksek Lisans <input checked="" type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/>
	Tez Danışmanı	Dr. Öğr. Üyesi Özlem ALTUNSU SÖNMEZ
	Tezin Adı	Bağlanma Stillerinin Ergenlik Dönemi Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Üzerine Etkisi

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan "Bağlanma Stillerinin Ergenlik Dönemi Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Üzerine Etkisi" başlıklı bu çalışma 27/ 06 /2019 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
Dr. Öğr. Üyesi Özlem ALTUNSU SÖNMEZ	Danışman	
Dr. Öğr. Üyesi Gamze AKSAN	Üye	
Dr. Öğr. Üyesi Mina FURAT	Üye	

ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR

Doğumdan itibaren anne ile bebek arasında kurulan iletişim bağlanma stili belirler. Bağlanma stili ise kişilerin sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerinde etkilidir. Sosyal duygusal öğrenme becerileri bireylerin hayatı boyunca karşısına çıkacak olan sorunları uygun şekilde aşabilmesi açısından önemli becerilerdir.

Bu araştırma da bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasında ki ilişki incelenmiştir. Araştırma 7. ve 8. sınıf seviyesinde okuyan öğrenciler üzerinde yapılmıştır.

Araştırmam da desteği ile çalışmamın bitmesinde önemli katkısı olan Doktor Öğretim Üyesi Özlem ALTUNSU SÖNMEZ' e teşekkürlerimi ve saygımı sunarım. Araştırmam sırasında büyük fedakarlık gösteren her süreçte motivasyonumu arttıran eşim Huriye SONGÜL' e teşekkür ederim.

EK-10: Türkçe Özet Formu

T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



Öğrencinin	Adı Soyadı	Özkan SONGÜL	Numarası 124211001006
	Ana Bilim /Bilim Dalı	Aile Danışmanlığı ve Eğitimi	
	Danışmanı	DR. ÖĞR. ÜYESİ Özlem ALTUNSU SÖNMEZ	
Tezin Adı		Bağlanma Stillerinin Ergenlik Dönemi Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Üzerine Etkisi	

ÖZET

Bu çalışmada, ortaokul 7. Ve 8. sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemi, Konya ili Selçuklu ilçesindeki beş farklı ortaokulda eğitim görmekte olan ve kümeleme metodu ile seçilmiş 279 ortaokul öğrencisini kapsamaktadır. Araştırmada öncelikle demografik değişkenlerin yüzdeleri ve sıklıkları belirlenmiştir. Araştırmada ergenlerin sosyal duygusal öğrenme becerilerini ölçmek için Kabakçı ve Owen (2010) tarafından geliştirilen Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği kullanılmıştır.(SDÖBÖ) Bağlanma stillerini belirlemek için de İlişki Ölçekleri Anketi uygulanmıştır.

Sonuç olarak, öğrencilerin bağlanma stilleri ve sosyal-duygusal öğrenme becerileri arasında önemli ve olumlu bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Verilerin analizinde SPSS 17.0 paket programı kullanılmış, katılımcıların demografik özellikleri ve ölçeklerden elde edilen veriler ile ilgili analizler için varyans analizi, t-testi, Anova ve korelasyon analizi kullanılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma, bağlanma stilleri, ergenlik, sosyal duygusal öğrenme, sosyal duygusal öğrenme becerisi.

EK-11: İngilizce Özet Formu



T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



Öğrencinin	Adı Soyadı	Özkan SONGÜL	Numarası 124211001006
	Ana Bilim /Bilim Dalı	Aile Danışmanlığı ve Eğitimi	
	Danışmanı	DR. ÖĞR. ÜYESİ Özlem ALTUNSU SÖNMEZ	
Tezin Adı		Effect of Attachment Styles On Adolescents' Social Emotional Learning Skills	

SUMMARY

In this study, it is aimed to research on the relations between attachment styles by 7th-8th grade middle school students and their social emotional learning skills. The sample of the study consisted of 279 middle school students who were educated in five different secondary schools in Konya province selcuklu district. In the study, the percentages and frequencies of the demographic variables were determined. In the study, Social Emotional Learning Skills Scale developed by Kabakçı and Owen (2010) was used to measure social emotional learning skills of adolescents. Relationship Scales Questionnaire was used to determine attachment styles.

As a result, it was determined that there was an important and positive relationship between students' attachment styles and social-emotional learning skills.

SPSS 17.0 program has been used through data processing. Variance Analysis, T-test, Anova correlation analysis has been used for the analysis of demographical characteristics of attendants and data collected through the scales.

Key Words: Attachment, attachment styles, adolescent, social emotional learning, social emotional learning skills.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

Bilimsel Etik Sayfası.....	i
Tez Kabul Formu	ii
Önsöz / Teşekkür	iii
Özet.....	iv
Summary	v
İçindekiler	vi
Kısaltmalar ve Simgeler.....	xi
Tablolar Listesi	xii
Giriş.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM-Kavramsal Çerçeve.....	4
1.1. Bağlanma Kuramı	4
1.2. Bağlanma Kuramı ve Ortaya Çıkışı	5
1.3. Bağlanmanın Kişiler Arası İlişkilere Etkisi	9
1.4. İçsel Çalışan Modeller	10
1.5. Bebeklik ve Çocukluk Döneminde Bağlanma	12
1.5.1. Güvenli Bağlanma	13
1.5.2. Kaygılı ve Kararsız Bağlanma.....	13
1.5.3. Kaçınmacı Bağlanma.....	14
1.6. Ergenlikte Bağlanma.....	15
1.7. Yetişkinlikte Bağlanma.....	16
1.7.1. Güvenli Bağlanan Bireyler	17
1.7.2. Saplantılı (Kaygılı – Kararsız) Bağlanan Bireyler.....	17
1.7.3. Kaçınan (Kayıtsız) Bağlanan Bireyler.....	17
1.7.4. Kaçınan (Korkulu) Bağlanan Bireyler.....	18

1.8. Bağlanma ve Duygu Kontrolü	19
1.9. Bağlanma ve Sosyal Beceriler	20
1.10. Bağlanma Stilleri ile ilgili Yurt Dışı ve Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	20
1.11. Duygusal Zeka	22
1.12. Sosyal Duygusal Öğrenme.....	23
1.13. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri	24
1.13.1. Problem Çözme Becerileri.....	25
1.13.2. İletişim Becerileri	27
1.13.3. Stresle Başa Çıkma Becerileri	28
1.13.4. Kendilik Değerini Artıran Beceriler	29
1.14. Sosyal Duygusal Öğrenmenin Önemi.....	30
1.15. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri ile İlgili Yurt Dışı ve Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar	31
1.16. Ergenlik Dönemi	32
1.17. Ergenlik Kuramları	33
1.17.1. Psiko-Sosyal Gelişim Kuramı	33
1.17.2. Bilişsel Gelişim Kuramı	34
1.17.3. Psikanalitik Kuram	35
1.17.4. Kişiler Arası İlişkiler Kuramı	36
1.17.5. Yaşam Alanı kuramı.....	37
1.17.6. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	38
1.17.7. Özünü Yineleme Kuramı	38
1.18. Ergenlik Dönemi Psiko-Sosyal Gelişim	38
1.19. Aile ve Sosyal İlişkilerin Ergen Üzerinde Oluşturduğu Etkiler.....	39
İKİNCİ BÖLÜM-Yöntem	41
2.1. Araştırmanın Amacı.....	41

2.2. Araştırmanın Önemi.....	41
2.3.Araştırmanın Sınırlılıkları	42
2.4. Araştırma Modeli ve Örneklem	42
2.5. Araştırmanın Problemleri.....	43
2.6. Veri Toplama Araçları	43
2.6.1 Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği.....	44
2.6.2 İlişki Ölçekleri	44
2.6.3 Kişisel Bilgi Formu	45
2.7. Verilerin Analizi	46
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM-Bulgular ve Yorum.....	46
3.1. Katılımcıların Demografik Bilgilerinin Dağılımı	46
Tablo 3.1.1. Cinsiyet Dağılımı Frekans Analizi Sonuçları Tablosu.....	46
Tablo 3.1.2. Katılımcıların Sınıf Düzeyine Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	46
Tablo 3.1.3. Katılımcıların Yaşa Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	47
Tablo 3.1.4. Katılımcıların Kardeş Sayısına Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	47
Tablo 3.1.5. Katılımcıların Anne Eğitim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	48
Tablo 3.1.6. Katılımcıların Baba Eğitim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	48
Tablo 3.1.7. Katılımcıların Ekonomik Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları.....	49
Tablo 3.1.8. Katılımcıların Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	49
Tablo 3.1.9. Katılımcıların Anne-Baba Sağ Ölü Olma Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları	50
Tablo 3.1.10. Katılımcıların Anne Meslek Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	50

Tablo 3.1.11. Katılımcıların Baba Meslek Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	51
Tablo 3.1.12. Katılımcıların Bebeklikte Bakım Veren Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları.....	52
Tablo 3.1.13. Katılımcıların Aile Tipi Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	52
Tablo 3.1.14. Katılımcıların Anne İletişim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	53
Tablo 3.1.15. Katılımcıların Baba İletişim Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları	53
Tablo 3.1.16. Katılımcıların Arkadaş İletişim Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları	54
Tablo 3.1.17. Katılımcıların Akademik Başarı Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları	54
3.2. Demografik Değişkenlerle Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları	55
Tablo 3.2.1. Cinsiyete İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	55
Tablo 3.2.2. Cinsiyete İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları	56
Tablo 3.2.3. Yaşlar Grupları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	57
Tablo 3.2.4. Yaşlar Grupları ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları	58
Tablo 3.2.5. Ekonomik Duruma ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları	59
Tablo 3.2.6. Anne Çalışma Durumuna İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	60
Tablo 3.2.7. Anne İletişim Durumları ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri	

Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	61
Tablo 3.2.8. Baba İletişim Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	63
Tablo 3.2.9. Arkadaş İletişim Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	64
Tablo 3.2.10. Okul Başarı Durumu ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları	65
Tablo 3.2.11. Okul Başarı Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	66
3.3. Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İstatistiksel Analizi.....	68
3.3.1. Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki ilişki	68
3.3.2. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki ilişki	71
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM - Sonuç ve Öneriler	73
4.1.Sonuç ve Tartışma.....	73
4.2.Öneriler	77
KAYNAKÇA	79
EK-1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU	87
EK-2: İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ	88
EK-3: SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ ÖLÇEĞİ.....	89
ÖZGEÇMİŞ.....	90

KISALTMALAR VE SİMGELER

SDÖB : Sosyal- Duygusal Öğrenme Becerileri

SDÖBÖ : Sosyal-Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği

SPSS : Statistical Package for the Social Sciences

MEB: Milli Eğitim Bakanlığı

UNESCO: United Nations Educational Scientific and Cultural Organization

X : Aritmetik Ortalama

Ss : Standart Sapma

N : Kişi Sayısı

p : Anlamlılık düzeyi

r : Pearson Korelasyon Kat Sayısı

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3.1.1. Cinsiyet Dağılımı Frekans Analizi Sonuçları Tablosu.....	46
Tablo 3.1.2. Katılımcıların Sınıf Düzeyine Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	46
Tablo 3.1.3. Katılımcıların Yaşa Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	47
Tablo 3.1.4. Katılımcıların Kardeş Sayısına Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	47
Tablo 3.1.5. Katılımcıların Anne Eğitim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	48
Tablo 3.1.6. Katılımcıların Baba Eğitim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	48
Tablo 3.1.7. Katılımcıların Ekonomik Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları.....	49
Tablo 3.1.8. Katılımcıların Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	49
Tablo 3.1.9. Katılımcıların Anne-Baba Sağ Ölü Olma Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	50
Tablo 3.1.10. Katılımcıların Anne Meslek Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	50
Tablo 3.1.11. Katılımcıların Baba Meslek Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	51
Tablo 3.1.12. Katılımcıların Bebeklikte Bakım Veren Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları.....	52
Tablo 3.1.13. Katılımcıların Aile Tipi Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	52
Tablo 3.1.14. Katılımcıların Anne İletişim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları.....	53
Tablo 3.1.15. Katılımcıların Baba İletişim Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları.....	53
Tablo 3.1.16. Katılımcıların Arkadaş İletişim Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları.....	54
Tablo 3.1.17. Katılımcıların Akademik Başarı Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları.....	54

Tablo 3.2.1. Cinsiyete İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	55
Tablo 3.2.2. Cinsiyete İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	56
Tablo 3.2.3. Yaşlar Grupları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	57
Tablo 3.2.4. Yaşlar Grupları ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	58
Tablo 3.2.5. Ekonomik Duruma ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	59
Tablo 3.2.6. Anne Çalışma Durumuna İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	60
Tablo 3.2.7. Anne İletişim Durumları ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	61
Tablo 3.2.8. Baba İletişim Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	63
Tablo 3.2.9. Arkadaş İletişim Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	64
Tablo 3.2.10. Okul Başarı Durumu ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	65
Tablo 3.2.11. Okul Başarı Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları.....	66
3.3.1. Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İstatistiksel Analizi.....	68
3.3.1. Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İstatistiksel Analizi.....	71

GİRİŞ

Bebek ile anne arasında gebelik süreci ile başlayan ilişki, doğumdan sonra annenin veya bakım verenin bebeğin fizyolojik ihtiyaçlarını karşılama ile daha da kuvvetli bir ilişkiye, duygusal bir bağa dönüşür (Atik, 2013: 1-2). Anne veya bakım veren ile bebek arasında kurulan bu duygusal bağ bireyin gelecekte kuracağı sosyal ilişkilerinin de temelini oluşturur (Kesebir vd., 2011: 326-329). Anne veya bakım veren kişi bebeğin istek ve ihtiyaçlarını doğru bir şekilde anlayıp, yerine getirebilirse bebek için sevgi dolu ve destekleyici bir ilişki ortamı hazırlanmış olur. Anne veya bakım veren ve bebek arasında kurulacak bu ilişki de bebeğin ihtiyaçlarının doğru ve yeterince karşılanması annesine veya bakım verene güven duymasını sağlayacaktır (Deniz, 2006: 90). Bebeğin fizyolojik ihtiyaçlarının giderilmesi, yeterli sevginin verilmesi anne veya bakım veren ve bebek arasında geçirilen ilişkinin kaliteli olması anne veya bakım veren ile bebek arasında kurulacak bağı kuvvetlendirir. Böylece anne veya bakım veren ile bebek arasında "*güvenli bağlanma*" gerçekleşir (Eroğlu Akın, 2011: 2). Bebeğin hayatının ilk yıllarında güven duygusunu geliştirmesi sosyal açıdan yeterli bir birey olması için gereklidir. Bebeğin duyduğu güven hissi bireyin romantik ve sosyal ilişkilerini, iş hayatını, akademik başarısını etkiler. Anne veya bakım veren ile bebek arasında kurulan ilişkinin şekli bireyin algılarını, tutum ve değer yargılarını olumlu ya da olumsuz şekillendirir (Solmuş, 2010: 13-14).

Bağlanma kuramı açısından bakılırsa anne veya bakım veren ve bebek arasında kurulan ilişki ergenlik döneminde kurulacak akran ilişkilerinin temelini oluşturur. Ergenlik aile dışında da sosyal ilişkilerin kurulduğu, ebeveynlerin kontrolü dışında hareket etmeye başladıkları kimlik ve benlik gelişiminin yaşandığı önemli bir dönemdir. Ergenler ergenlik döneminin başında akranları arasından yakın arkadaşları ile ergenlik döneminin sonuna doğru da romantik ilişki kurduğu kişi ile bağlanma yaşar (Eroğlu Akın, 2011: 18-19).

Ergenin karşılaşacağı yeni durumlar ile baş etmesinde güvenli bağlanma önemli role sahiptir (Keskin ve Çam, 2009: 54). Güvenli bağlanma stiline sahip ergenler aile ve arkadaşlık ilişkilerinde daha uyumlu sosyal ilişkilerinde ve zorlu yaşam mücadelesinde daha başarılıdır (Hamarta, 2004: 14). Ergenlik ve genç

erişkinlik dönemleri diğer dönemlere göre riskli davranışların daha fazla görüldüğü sınırların fazlaca zorlandığı ve aşıldığı bir dönemdir. Ergenlerin kimlik arayışı, kendini ifade etmede yaşadığı yetersizlik, problem çözme ve iletişim becerisinin zayıf oluşu, gelecek kaygıları ergeni ruhsal anlamda olumsuz etkilemektedir (Sargın 2008: 25-26). İnsanlar, içinde yaşadıkları toplumun bir parçası olan sosyal varlıklardır. Diğer insanlarla karşılıklı etkileşim ve iletişim içinde yaşarlar. Sosyal bir varlık olunmasına karşın bu etkileşim ve iletişim her birey için kolay olmaz. Okullar akademik becerilerin yanında sosyal ve duygusal becerilerin de kullanıldığı yerlerdir. Öğrenciler öğrenim gördükleri okullarda günün belli bir bölümünde kendi akran gurupları ve öğretmenler ile sürekli iletişim halindedir. Kendini ifade etme, öfke yönetimi, problem çözme, dinleme, stres ve kaygı ile baş edebilme, sosyal etkileşimin olduğu okullarda kullanılması gereken beceriler olmasına rağmen birçok öğrenci bu becerileri kazanmadan okula gelir. Bu becerilerden yoksun öğrenciler kişiler arası çatışma ve anlaşmazlık yaşar. Sosyal ve duygusal öğrenme kavramı kişiliğin gelişiminin, duyguların kontrol edilebilmesinin, sosyal ilişkilerin başarılı bir şekilde kurulmasının eğitsel başarıdan önemli olduğunu hatta eğitsel başarıyı artırdığını ortaya koyar (Türnüklü, 2004: 138).

Sosyal ve duygusal öğrenme becerileri bireyin kendisini tanımaya, duygularını fark edip kontrol etmesine, doğru karar vermesine, etik ve sorumluluk sahibi davranışlar sergilemesine ve olumlu ilişkiler geliştirmesine yardımcı olacak becerilerdir (Öztürk, 2017: 13). Sosyal ve duygusal öğrenme becerileri kişilerin sosyalleşmeye başladığı ilk andan itibaren yaşamı boyunca ihtiyaç duyacağı becerilerdir. Problem çözme, stresle baş etme, etkili iletişim becerileri kişinin olumlu bir kendilik değerine sahip olmasına, toplumla uyum içinde yaşamasına katkıda bulunur. Toplumla uyum içinde olan olumlu kendilik değerine sahip bireylerin yaşam doyumları da yüksek olur (Kuyulu, 2015: 32). Kişilerin sosyal ve duygusal becerilerini annenin veya bakım verenin bebek ile kurduğu duygusal ilişkinin kalitesi olumlu veya olumsuz yönde etkiler. Güvenli bağlanma stili ile bağlanan ergenler duygularını kontrol etme konusunda güvensiz bağlanma stili ile bağlanan ergenlere göre daha başarılıdır. Güvenli bağlanan ergenlerin çatışma çözme becerileri daha yüksektir. Kaygılı- kararsız veya kaçınan bağlanan ergenlerin ise

duygularını ve davranışlarını kontrolde zorlandıkları bulgularına ulaşmıştır (Mubarique, 2016: 13-18). Bu çalışmada bağlanma stillerinin ergenlik döneminde sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerine etkileri araştırılmak istenmiştir.



BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMLAR

1.1. Bağlanma Kuramı

Toplumsal bir varlık olan insan, anne karnından başlayarak ölümüne kadar devam eden süreçte birçok kişi ile iletişim kurar. Kurulan tüm iletişimlerin içinde anne ile bebek arasında kurulan iletişim insan hayatı için önemlidir. Birey için anne kavramı özel ve anlamlı bir yer tutar . Zaman içinde anne ve bebek arasında kurulan bu iletişim kuvvetli bir duygusal bağa dönüşür. Kurulan bu kuvvetli duygusal bağ anne ve bebek arasında bağlanmanın gerçekleşmesini sağlar (Bilgin, 2001).

Bağlanma kuramı; kişinin annesi ya da bakım veren ile bebeklik döneminde kurduğu bağın niteliğinin kişilerin hayatları boyunca psikolojik, zihinsel, sosyal ve duygusal açıdan etkilerini açıklayan bir kuramdır. Bağlanma kuramı insan hayatında; bebek ile anne veya bakım veren arasında kurulan iletişim şeklinin ne kadar önemli olduğunu gösterir (Thompson, 2006: 113-120).

Bağlanma kuramına göre bağlanmanın niteliği kişinin çevresi ve kendisi ile ilgili tutum ve davranışlarının temelini oluşturur. Bebek, anne veya bakım veren arasında kurulan ilişkide yetersizlik ve sorunların olması bağlanmayı olumsuz etkilediği gibi, kurulan ilişkinin yeterli ve sorunsuz olması bağlanmayı olumlu etkiler. Bağlanmanın sorunlu gerçekleşmesi çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik döneminde ortaya çıkan psikopatolojik durumların kaynağıdır. Bağlanma yaşamın ilk yıllarında oluşmasına rağmen sonraki yıllarda da sosyal ilişkileri olumlu veya olumsuz yönde etkilemeye devam etmektedir (Turan Akdağ, 2011: 2-3).

Bağlanma gebelik ile başlayan doğum ile birlikte bebek ve anne veya bakım veren arasında 2 yıl boyunca süt çocukluğu döneminde devam eden ve bireylerin tüm hayatı boyunca etkili olan bir süreçtir. Bebek ve anne veya bakım veren arasında kurulan ilişkide, bebeğin annesini veya bakım vereni güvenli bir yer olarak görmesi, bebeğin yaşadığı her çatışmada annesine veya bakım verene sığınmak istemesi ve

rahatlayıp huzur bulması anne veya bakım veren ve bebek arasında güvenli bir ilişkinin kurulduğunu gösterir (Ainsworth vd., 1978).

Bebek dünyaya ilk geldiği andan itibaren anlamlandıramadığı birçok durum ile karşı karşıya gelir. Bebeğin karşılaştığı kaygı verici durumlarda anne veya bakım verenin bebeği sakinleştirmesi, ihtiyaçlarına duyarlı davranması, bebeğe güvende olduğunu hissettirmesi anne veya bakım veren ile bebek arasında güvenli bağlanmanın gelişmesini sağlayacaktır. Kaygı verici durumlara karşı anne veya bakım verenin bebeği reddetmesi, duygusal ve fizyolojik ihtiyaçlarına cevap vermemesi, zamanında cevap vermemesi, eksik cevap vermesi gibi davranışlar bebeğin olumsuz duygular yaşamasına neden olur. Bu durum anne veya bakım veren ve bebek arasında gerçekleşen ilişkiyi olumsuz etkiler. Bunun sonucunda bebek kendisini güvensiz hisseder ve böylece bebek ve anne veya bakım veren arasında kaygılı- kararsız veya kaçınan bağlanma yaşanır (Turan Akdağ, 2011: 6).

1.2. Bağlanma Kuramı ve Ortaya Çıkışı

John Bowlby (1951) yayınladığı 'Kırk dört çocuk hırsız: Kişilikleri ve yaşamları' isimli makalesinde çocuk ve ergen hırsızlar üzerine araştırmalar yaparken araştırmaya katılanların. erken çocukluk dönemi anne figürü eksikliğini yaşayan bireyler olduğunu fark etti. Bowlby bu çalışma ile anne yoksunluğu ve duygusal ilgisizlik ile suçluluk oranı arasında bir ilişki kurdu. Bowlby'nin yapmış olduğu bu çalışmalar dünya sağlık örgütü raporuna da yansdı. Bowlby ayrıca çalışmasında anne yoksunluğunu yaşayan bebeklerde, fiziksel ve ruhsal hastalık risklerinin arttığından da bahsetmiştir (Aktaran: Hazan ve Shaver 1994: 1-49).

Bowlby bağlanma kuramını açıklarken temel olarak psikanalitik kuram, nesne ilişkileri kuramı ve etiyolojiden yararlanır. Ainsworth ise bağlanma kuramını deneysel çalışmalar ile araştırmış ve geliştirilmesine yardımcı olmuştur (Bretherton, 1992: 759-775).

Horlow (1958) tarafından maymunlar, Lorenz (1935) tarafından kazlar üzerine yapılan araştırmalar Bowlby'nin bağlanma kuramının çıkış noktasını oluşturur.

Lorenz kaz yavruları üzerinde gözlem ve çalışmalar yapmıştır. gözlem sonucunda kaz yavruları yumurtadan ilk çıktığında, Lorenz' in hareketini görmüş ve onu izlemiştir. Daha sonra kaz yavrusu annesini görmesine rağmen, Lorenz'i izlemeyi bırakmamıştır. "*kritik dönem*" diye adlandırılan zaman dilimi içerisinde kaz yavrusunun yumurtadan çıkar çıkmaz Lorenz'i görmesi Lorenz ve kaz yavruları arasında bir bağ kurulmasını sağlamıştır. Bu yüzden kaz yavruları Lorenz'i izlemeyi bırakmamıştır (Aktaran: Cüceloğlu, 1998: 156-163). Horlow ve öğrencileri tarafından yapılan deneyde, maymunlar ile anne arasındaki bağı anlamak için kurulan düzenekte, üzerinde biberon olan demirden kukla bir anne figürü ile kumaştan yapılmış bir anne figürü, maymunlara sunulmuştur. Maymunların hızlı bir Şekilde, karınlarını doyurduktan sonra rahatlamak için kumaş kaplı anne figürünü Őetikleri grlmştir. Horlow, anneden ayrılmış sosyal olarak izole edilerek büyümüş maymunları incelediğinde sosyal iletişimlerin yetersiz olduğunu, çiftleşmek istemediklerini, zorla iftleştirilenlerinde anne rolünü üstlenmediğini fark etmiştir. Horlow, anne ile kurulan bağın ne kadar önemli olduğunu sosyal ilişkileri nasıl etkilediğini yaptığı deneyler ile ortaya koymuştur (ztrk, 2002: 566–570).

Ainsworth, 12-18 aylık 26 tane bebeğin anne, evre ve yabancılar ile olan ilişkilerini incelenmiştir.

Deney 8 aşamadan oluşur, her aşamada  dakikalık bir zaman geçer.

- 1- Anne, bebek ve gözlemci odaya girerler. Gözlemci, anneye bebeği nereye koyacağını ve kendisi nerede duracağını söyler.
- 2- Anne, bebeği oyuncakların yanına koyup sandalyesine oturur.
- 3- Anne ile bebeğin bulunduğu odaya yabancı bir kişi girer. Bir dakika boyunca sessiz bir Şekilde oturur ve bekler. Sonraki bir dakika boyunca anne ile konuşarak bebeğe doğru yaklaşır ve bebeğin oyuncaklarından bir tanesini

bebeğe gösterir. Anne sesiz bir şekilde oturmaya devam eder üç dakika süren sürecin sonunda anne, bebek görmeden odadan çıkar.

- 4- Bebek mutlu bir şekilde oyuna devam ediyor ise, oda içinde bulunan yabancı kişi oyununa katılmaz. Eğer bebeğin hareketleri azaldı ve oyun oynamayı bıraktı ise yabancı, bebeğin tekrar oynaması için ilgisini oyuncaklara yönlendirmeye çalışır. yabancı kişi bebeğin kaygılandığını anlarsa bebeği sakinleştirmeye çalışır. odada bulunan yabancı, bebeği rahatlatamıyor ise kısa bir süre içinde anne bebeğinin bulunduğu odaya girebilir.
- 5- Anne odaya girdiğinde kapıda bebeğin göstereceği doğal tepkiyi bekler. Anne, çocuğun yaşamış olduğu kaygı ve stresin azalmasını sağlayarak yeniden oyuncaklar ile oynamaya teşvik eder. Bu esnada odada bulunan yabancı, bebek görmeden odadan çıkar.
- 6- Anne odadan tekrar çıkar fakat bebeğe mutlu bir şekilde 'hoşça kal' der. Bebek üç dakikalığına yalnız bırakılır. Eğer bebek çok rahatsız olursa bu aşama kısa kesilir.
- 7- Yabancı, içeri girer. Bebek oyunla meşgulse oyununa karışmaz. Eğer bebek huzursuzsa, bebeği rahatlatmaya çalışır. Yabancı, bebeği rahatlatıp rahatlatmadığı; bebeğin, yabancıyla oynayıp oynamadığı gözlemlenir. Bebek çok fazla kaygı yaşarsa bu süreç kısa tutulur.
- 8- Tekrar anne odaya girer ve yabancı odadan ayrılır. Bebeğin, annesine verdiği tepkiler ölçülür. Araştırma sonucunda, üç farklı bağlanma türü olduğu kanısına varılmıştır. Bunlar: "*güvenli (attachment security), kaçınmacı (avoidant) ve kaygılı kararsız bağlanma (anxious-ambivalent)*" olarak adlandırılmıştır (Ainsworth vd., 1978).

Annesiyle güvenli bağ kuran bebekler, annelerinin yokluğunda az kaygı hisseder ve odadaki yabancıyla rahat bir iletişim kurarlar. Anneleri odaya geri

döndüğünde ise hemen sakinleşir, çevreyi keşfe devam edip, oyunlarına geri dönerler.

Kaçınmacı bağlanan bebekler, annelerinin odadan çıkmasını çok fazla sorun etmezler. Duygularını belli etmeden iştahsız bir şekilde oyuncakları ile oynamaya devam ederler. Anneleri odaya döndüğünde ise anneleriyle temastan kaçınırlar ve daha çok çevreleriyle ilgilenirler.

Kaygılı kararsız bağlanma stili ile bağlanan bebekler, annelerinin odadan ayrılmasını yoğun bir kızgınlık ve kaygı ile yaşarlar. Anneleri odaya döndüğünde, bebeklerin bu ruh halleri devamlılık gösterir ve sakinleşmekte güçlük çekerler. Başka şeylerle ilgilenme konusunda ilgisizlik gösterirler (Bowbly: 2012: 433-439).

Bebek Anne ilişkisi Winnicott ve M. Klein' nin kuramlarında da yer almıştır. Winnicott anne, bebek ilişkisinde annenin bebeği kabullenmesini, kucaklamasını, bebeğin kendini ve çevresini algılamasını sağlayan önemli bir etken olarak görür. Bebek, anne sayesinde kendini tanıır, kendini tanıyan, fark eden bebek çevresi ile sağlıklı iletişim kurabilir. Winnicott “*yeterince iyi anne*” kavramını kullanmıştır. Annelerin çocukların sağlıklı gelişimi için tüm ihtiyaçlarını karşılamalarının doğru olmadığını, ihtiyaçlarını karşılamalarının yeterli olacağını savunur. Çocukların tüm isteklerinin karşılanıyor olması çocuğun ihtiyaçları için mücadele etmesini engeller. Çocuğa destek olunmalı ama sınırsız destek çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir. Belli bir düzeyde çocuklara yaşatılacak olan yoksunluk bilişsel, duygusal ve sosyal yönden çocuğun becerilerini geliştirir. İhtiyaçlarının karşılanmasını bekleyen çocuk sabretmeyi, duygularını kontrol etmeyi öğrenir (Tüzün ve Sayar, 2006: 25-30).

Melanie Klein çocuk psikanalizi üzerine çalışmalar yapmıştır. Bebek gelişimini, çocukların oyun oynarken ortaya koyduğu davranışları gözlemlemiştir. Klein'e göre; bebek doğum ile birlikte “*ölüm içgüdü*sü” ile başa çıkmaya çalışır. Saldırganlık, cinsellik gibi kendini kötü hissetmesine neden olan duyguları azaltmak için “iyi nesne” yi içe alır. Bu bir savunma mekanizmasıdır. Bebek tarafından

nesnelere “iyi ve kötü nesne” olarak algılanır ve bu şekilde içe atılır. Bebek tarafından bilinen ilk nesne anne memesidir. Bebeğin ihtiyacını doğru bir şekilde karşılayan anne memesi iyi nesne, bebeğe karşı saklanan ve ihtiyacını karşılayamayan anne memesi ise kötü nesnedir. Bu yüzden anne tutum ve davranışları kişiler üzerinde çok önemli etkiye sahiptir. Bebeğin ihtiyacını karşılamayan, onu reddeden anne kötü benlik gelişimine, ihtiyaçları karşılayan, kabul edici, ulaşılabilir anne de iyi benlik gelişimine etki eder (Aktaran: Cebeci, 2004: 244-247).

Klein bebeklik döneminin ilk üç ayını “*paranoid-şizoid*” üç altı ay arasında “*depresif*” dönem olarak tanımlar. “*Paranoid-şizoid*” dönemde bebek içinde oluşan saldırganlık ve öfkeyi dışarıda ki nesneye yani anneye yansıtır. “*Depresif*” dönemde bebek içinde iyi ve kötü nesnelere bütünleşir, saldırgan anne ile iyi anne aslında aynı kişidir. Ben artık nesnelere daha gerçekçi algılar. Bütünleşme sürecinde depresif bir süreç yaşanır (Turan Akdağ, 2011: 9).

1.3. Bağlanmanın Kişiler Arası İlişkilere Etkisi

Bağlanma stilinin nasıl gerçekleştiği, kişiler arası ilişkilerin nasıl kurulacağına da belirleyici bir rol oynar. Bebeklik ile başlayan anneye bağlanma süreci bebeğin büyümesi ile babaya, arkadaşlara ve eşe bağlanma ile yaşamın ilerleyen dönemlerinde de devam eder (Kesebir vd., 2011: 321-342).

Bebeklik yıllarında başlayan bebek, anne veya bakım veren arasında kurulan ilişki ile kazanılan deneyimler, zamanla içselleşir ve bilişsel kalıplara dönüşür. Bowlby’ye (1999) göre de yaşamın ilk yıllarında oluşan bilişsel kalıplar büyük oranda değişime uğramadan devam eder. Çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemleri gibi kişi hayatının her dönemine etkide bulunur. Bu bilişsel kalıplar, davranışlar ve düşünceler üzerinde de etkilidir. Kişiler sosyal ve duygusal becerilerini, duygu ve düşüncelerini sağlıklı bir şekilde kullanarak geliştirebilirler. Bu yüzden bebek ve anne veya bakım veren arasında geçen deneyimler bağlanma stillerini belirler, bağlanma stillerinin de sosyal duygusal becerilerin gelişimi ve

doğru kullanılmasında önemli bir etkisi vardır (Aktaran: Crowell ve Treboux, 1995: 294-327).

Yapılan araştırmalarda; güvenli bağlanan çocukların, kaygılı- kararsız veya kaçınan bağlanan çocuklara oranla özgüvenlerinin yüksek olduğu, duygularını daha iyi kontrol edebildikleri, daha iyi empati kurabildikleri, sosyal ilişkilerini daha doğru kurabildikleri fark edilmiştir. Bağlanma figürü ile olumlu etkileşim kurabilen çocukların ilerleyen dönemlerde daha fazla merak ettikleri, araştırmayı ve keşfetmeyi sevdiğikleri, problem çözme becerilerini daha iyi kullandıkları fark edilirken güvensiz: Kaygılı- kararsız veya kaçınan bağlanan çocuklarda ise bu davranışlar daha az görülmüştür (Atik, 2013: 30-31).

Ainsworth ve Witting 25 kız, 25 erkek toplam 12 aylık 50 bebek üzerinde yaptığı yabancı durum deneyinde, bebekleri bağlanma stillerine göre güvenli, kaçınan ve kararsız şeklinde sınıflandırmış, ve deneyi aynı bebeklere 6 ay sonra tekrar yapmışlardır. Bebeklerin bağlanma stillerinde yüzde onluk bir değişim gözlemlenmiş. Bebeklik ve çocukluk dönemi bağlanması Ainsworth ve Bowlby'nin üzerinde en çok durduğu bağlanma dönemidir (Bowlby, 2012: 432-437).

1.4. İçsel Çalışan Modeller

Bebek ile bağlanma figürü arasında kurulan iletişim deneyimleri zaman içerisinde içselleşir. Deneyimler sonucunda çocuk kendisini tanımaya, dış dünyayı ise anlamlandırmaya çalışır. İçselleşen bu iletişim kalıpları ilerleyen dönemlerde kurulacak tüm sosyal ve romantik ilişkilerde belirleyici rol oynar (Soygüt, 2004: 63-77).

Bağlanmanın kalitesi, bebeğin anneye veya bakım verene fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarında ulaşabilmesi, bebeğin ihtiyaçlarına cevap verilebilmesi gibi durumlara göre değişim göstermektedir. Bebeğe karşı ilgili, sorumlu veya ilgisiz, sorumsuz anne tutum ve davranışları 'içsel çalışan modeller' in olumlu ya da olumsuz olmasını etkiler. Eğer anne veya bakım veren ve bebek arasında olumlu bir iletişim var ise

bebek bağlanma figürünü destekleyici ve güvenilir, olumsuz bir iletişim varsa reddedi, kendisini de sevmeye değmez birisi olarak görür (Pietromonaco ve Barrett, 2000: 155-175).

Bowbly' nin içsel çalışma modeli olarak adlandırdığı bu durum; bireylerin, karşılaştığı zorlu durumlar karşısında, bebeklikte kurmuş olduğu bağlanma şekillerinin, problem çözme becerileri, kişilerarası ilişkilerin kurulması ve sürdürülmesi gibi davranışların nasıl oluşacağını ortaya koyan modeldir (Dozier ve Kobak, 1992: 1473-1480).

Bebeğin yaşadığı korku, kaygı gibi olumsuz duygular karşısında, bağlanma figürü duyarlı davranır, uygun tepkiler verir ve bebeğin sakinleşmesini sağlar ve bu böyle devam eder ise bebek bu durumu içselleştirir. Çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik gibi ilerleyen dönemlerde duygularını uygun bir şekilde yönetme kabiliyetine sahip olur. Aksi durumda yani bebeğin korku ve kaygı yaşadığı durumlarda bağlanma figürü, bebeğin ihtiyaçlarına uygun tepkiler vermez, bebeği sakinleştirmez ise; bebek yoğun olumsuz duygular yaşayacaktır. Bu durum devam ettiği de bebek bunu içselleştirecek çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik gibi ilerleyen dönemlerde duygularını ifade etme, iletişim kurma, problem çözme gibi sosyal beceriler de problem yaşayacaktır. İçsel çalışan modeli, benlik ve başkaları modeli olarak iki ayrı bileşenden oluşur. Benlik modeli; kişinin kendisi hakkında değerli ve yeterli bir birey olduğuna dair inancını oluşturur. Başkaları modeli ise; kişinin diğer insanları bağlanılabilir, güvenilir, ulaşılabilir olarak görmesine dair inancıdır (Erözkan, 2011: 61-63). İçsel çalışan modeller çocuğun deneyimleri arttıkça bebeklikten ergenliğe doğru giden süreç içerisinde değişim göstermeye kapalı hale gelir. Aile içinde geliştirilen bu deneyimler bireylerin arkadaşlık ve romantik ilişkileri içinde model oluşturacaktır (Turan Akdağ, 2011: 6-7).

1.5. Bebeklik ve Çocukluk Döneminde Bağlanma

Gebelik ile başlayan anne, çocuk ilişkisi doğumdan sonra başka bir boyut kazanarak devam eder. Bebek ile ten teması kurmak bağlanma davranışı üzerinde olumlu etkiye sahip bir olgudur (Troy, 1995: 59-72).

Doğum sonrası, bebek anne arasındaki ten temasının 30-45 dakikalık kısa bir süre içinde sağlanması bebeğe ve anneye kendilerini iyi hissettirerek bebeğin anne karnından sonra dış dünyada kendini güvende hissedeceği ilk an olacaktır. Sonrasında anne, bebek arasında memeyi aramak, emmek gibi sürekli bir etkileşim ve iletişim devam edecektir. Bu etkileşim ve iletişimin sağlıklı bir şekilde devam etmesi bebeğin ihtiyaçlarının zamanında ve tam olarak karşılanması bebeğe kendini güvende hissettirecektir (Sosyal ve Bodur, 2005: 88-99). Bebek, annesini ağlayarak çağırır, anne dışında bebeği sakinleştirmeye çalışanları reddeder. Bu duruma protesto denir. Anne uzun süre bebeğin kendini çağırmasına karşılık vermez ise bebek bu duruma üzülür, tepkisiz davranır buna çaresizlik denir. Anne geri döndüğünde bebek sakinleşir ama, anneye ilgisiz davranır, anneden kaçınır. Bu tepkinin adı kopmadır (Bowlby, 2012: 295-297).

Bebek ve anne arasında kurulan ilişki şekli, bebeğin annesi ve kendisi ile ilgili zihinsel şemalar oluşmasına yol açar. Anne tarafından gösterilen olumlu ve olumsuz tepkiler bebeğin anneye, çevreye ve kendisine karşı tutum ve düşüncelerini etkiler, davranışlarını şekillendirir (Uluyol, 2014: 3).

Bağlanma kuramını deneysel olarak inceleyen Ainsworth ve arkadaşları (1978), 12 ve 18 aylık bebekler üzerinde yapılan yabancı durum adlı deneyde bebeklerin annelerinden ayrı kaldığı süreçlerde verdiği tepkilerden yola çıkarak bağlanma stillerinin nasıl gerçekleştiğini araştırmışlar. Güvenli, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stilleri olarak üç çeşit bağlanma stili olduğunu ortaya koymuşlardır (Aktaran: Bowlby, 2012: 434-435).

1.5.1. Güvenli Bağlanma

Bebek bağlanma figüründen ayrıldığında huzursuzluk gösterir. Bağlanma figürü geri geldiğinde sakinleşir, neşelenir, güvenli bağlanan bebekler bağlanma figürü ortamdaki ayrılma bile geri döneceklerini bilirler. Kaygı ve korku yaşadıklarında bağlanma figürlerinden teselli ararlar. Bağlanma figürü bebeğin ihtiyaçlarına daha çabuk cevap veren, bebeği ile daha fazla oyun oynayan bireylerdir. Güvenli bağlanan çocuklar yetişkinlikte sosyal ve romantik ilişkilerde daha başarılı, duygularını ve düşüncelerini daha rahat ifade edebilen bireylerdir (Atik, 2013: 11-12).

1.5.2. Kaygılı ve Kararsız Bağlanma

Kaygılı bağlanma stili ile bağlanan bebekler, bağlanma figüründen ayrılınca korku ve stres durumlarını yaşarlar. Bebeklerin Bağlandığı figür ile tekrar bir araya gelmesi bebeklerin yaşamış olduğu olumsuz duyguları azaltmaz, bebeği sakinleştirmek güçtür. Bu bağlanma stili ile bağlanan bebekler tanımadığı kişilere karşı şüphe duyar. Bebeklerin kaygılı ve kararsız bağlanma stili ile bağlanmasına neden olan şey bağlanma figürünün, bebeğin ihtiyaçlarını karşılamada tutarsız davranmasıdır. Bebek bağlanma figürüne bazen ulaşır bazen de ulaşamazsa kaygılı bağlanma gerçekleşir. Kaygılı ve Kararsız bağlanma stili ile bağlanma figürüne bağlanan bebekler ilerleyen yaş dönemlerinde, sosyal ilişkilerinde bağımlı ve kendi kararlarını kendisi alamayan başkalarının etkisi altına kolayca girebilen bir kişilik yapısında olurlar. Kaygılı ve kararsız bağlanma stili ile bağlanan çocuklar, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde sosyal ve romantik ilişki kurmaktan ve duygularını ifade etmekten endişe duyar (Uzun, 2017: 8).

1.5.3. Kaçınmacı Bağlanma

Kaçınmacı bağlanma stili ile bağlanmış bebekler, bağlanma figürü ile sıcak ve samimi bir ilişki ihtiyacı duymaz. Bireyler ilerleyen dönemlerde reddedileceği korkusu ile sosyal ve romantik ilişkilerinde yakın ilişkiler kurmaz. Bakım veren

kişiler tarafından duygusal ve fiziksel yönden istismar edilmiş kişilerin kaçınmacı bağlanma stiline sahip oldukları söylenebilir. Ayrıca bu kişilerin ihtiyaçları ihmal edilmiştir. İhmal edilen ihtiyaçlar sadece maddi ihtiyaçlar değildir. Ruhsal ihtiyaçlar da ihmal edilmiştir. Bu ihtiyaçlar; samimiyete dayanan kişinin kendisini güvende ve huzurlu hissetmesini sağlayacak sosyal ve duygusal ihtiyaçlardır . Çocuk, ilerleyen dönemlerde de bağlanma figüründen yardım ve destek görmek istemez. Kaçınmacı bağlanma stili ile bağlanan çocuklar, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerin de yakın ilişkiler kurmak istemezler. Kurmuş olduğu ilişkilerinde duygularını göstermezler ve duygusal yönden bağlanmamaya çalışırlar. bireylerin yakın ilişkileri sonlandığında ayrılıkta yaşanan üzüntü, mutsuzluk, suçluluk gibi duyguları yaşamazlar. Yakın çevresinin yaşamış olduğu zor durumlar karşısında da onları sosyal ve duygusal yönden desteklemekte zorlanırlar (Sümer ve Güngör, 1999: 73-75).

Bebeklik döneminde anne ile bebek arasında kurulan yoğun ilişki, çocukluk döneminin başlaması ile baba ve çocuk arasında oyun kaynaklı duygusal bir ilişkiye dönüşür. Kurulan bu yeni ilişki çocuğun güven duygusunu geliştirir. Anne ve baba çocuğun ihtiyaçlarını kaliteli bir şekilde karşılamaya devam ederse, çocuğun kendine, çevresine, kurduğu yakın ilişkilerine karşı tutum ve düşünceleri olumlu yönde etkilenir (Grossman vd., 2008: 857-879).

Çocukluk dönemi bağlanma stilleri, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde kurulan sosyal ilişkiler ve romantik ilişkiler üzerinde yakınlık kurma, beklenti içine girme, savunma biçimleri gibi durumlar üzerinde etkilidir (Atak ve Taştan, 2012: 520).

1.6. Ergenlikte Bağlanma

Ergenlik, gelişim dönemleri içinde birçok değişimin yaşandığı kritik bir dönemdir. Ergen birey için sosyal ilişkiler büyük önem taşır. Fiziksel, cinsel, psiko-sosyal gelişimlerin ve olgunlaşmanın yaşandığı, çocukluk döneminden yetişkinlik dönemine geçişin başladığı bu döneme “adolesan dönem” denir.

Ergenlik dönemi, aileden uzaklaşıp, arkadaş çevresi ile yoğun duygusal ilişkilerin yaşandığı, bu sebeple duygusal düzenlemeye en çok ihtiyaç duyulan dönemdir (Allen ve Lord, 2007: 319-355).

Bağlanma, bebeklik ve çocukluk döneminde devam ederek ergenlik dönemine kadar pekiştirilir. Ergenin gençlik dönemine ulaşması ile ebeveynler ile kurduğu bağlanma ilişkisi zayıflar, sosyal ve romantik ilişkiler ergen için daha önemli bir hal alır. Ergenlik döneminin başlarında, ebeveyn ile kurulan bağlanma stilinin etkisi yoğun olarak görülmeye devam etmesine karşın, ergenlik döneminin sonlarına doğru ergenin bağımsızlığını kazanması ile bu etki azalır. Ergen için romantik ilişki yaşadığı kişi ile kurduğu bağlanma ilişkisi daha önemlidir. Her ne kadar ebeveyn, ergen bağlanma ilişkisi azalsa da yine de bu ilişki ergen için önemini korur. Kaygılı-kararsız veya kaçınan bağlanan bireyler, ergenlik döneminde sosyal ve romantik ilişkileri başlatmada başarılı değildirler (Hazan ve Shaver, 1987: 511-524). Ebeveynleri ile güvenli bağlanan ergenlerin sosyal ve duygusal ilişkilerde başarılı, benlik saygısının ve yaşam doyumunun yüksek olduğu görülmüştür (Rice, 1990: 511-538). Güvenli bağlanan ergenlerin, sosyal aktivitelere akranlarına oranla daha fazla vakit ayırdıkları, bu aktivitelere katılmada istekli oldukları, duygularını daha iyi kontrol edebildikleri, arkadaş seçiminde başarılı oldukları görülmüştür. Kaygılı-kararsız veya kaçınan bağlanan ergenlerin ise bu dönemde anne ve babaları ile yaşadıkları sorunlar, duygularını kontrol etme becerilerinin yetersiz olması, yanlış arkadaş seçimleri gibi nedenlerden dolayı suç işlemeye daha eğilimlidir, anti sosyal davranışlar daha fazla görülmektedir (Cooper vd., 1998: 1380-1397).

Ergenlerin depresif davranışları altında kendisine yönelik olumsuz düşünceleri, başkalarına güvenilemeyeceği varsayımları yatar. Yaşamın ilk yıllarında, bağlanma figürü ile bebek arasında kurulan duygusal ilişki, bebeklik dönemi bağlanma stilini oluşturur. Bebeklik döneminde oluşan bağlanma stillerinin, kişilerin ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde kurmuş olduğu sosyal ve romantik ilişkileri üzerinde önemli etkisi vardır. Bağlanma stili kişilerin sosyal ve duygusal ilişkisine yüklenen anlamları, iletişim becerilerini ve olaylar karşısında gösterdiği davranış şeklini etkilemektedir. Kişilerin erken çocukluk dönemi bağlanma stiline oluşumu anne

veya bakım veren bebek arasında kurulan ilişkiden öğrenilenler ile oluşur. Bu öğrenmeler kişilerarası ilişkilerin nasıl kurulacağı üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir (Gündoğan, 2015: 5-10).

1.7. Yetişkinlikte Bağlanma

Bebeklik döneminde anne ve bebek arasında kurulan bağlanma ilişkisi bebeğin büyümesi ile artar ve çeşitlenir. Bebeğin çocukluk, ergenlik dönemlerinden sonra yetişkinlik dönemine geçmesi ile birlikte bağlanma ilişkisi romantik ilişki çerçevesinde devam etmektedir. Bebeklik ve Çocukluk dönemlerinde anne ve aile birey için önemli iken ergenlik döneminde arkadaş ilişkileri, yetişkinlik döneminde ise kişinin romantik ilişkileri birey için önemlidir. Partner, kişi için bazen bağlanma figürü olur (Crowell, vd., 2009: 599-630).

Main ve arkadaşları Yetişkin bağlanma biçimleri üzerine değerlendirmede bulunan ilk kişilerdir. Yetişkin bağlanma biçimlerini, çocukluk bağlanma biçimleri ile ilişkilendirmişlerdir (Çalışır, 2009: 240-255). Hazan ve Shaver (1987) yetişkinlik dönemi içinde karşı cins ile kurulan duygusal ilişkiyi, bağlanma süreci olarak görmüşlerdir. Bowlby tarafından ortaya konulan içsel çalışan modeli, bireyin benlik algısını ve başkaları ile olan algısını etkilemektedir. Bowlby' nin içsel çalışan modeline dayanarak Bartholomew ve Horowitz (1991), yetişkin bağlanma tarzlarını yeniden sınıflandırmışlardır. Bu sınıflandırma dörtlü bağlanma modeli kavramını ortaya çıkarmıştır. Dörtlü bağlanma modelinde olumlu ve olumsuz olmak üzere iki boyutlu benlik ve başkaları modeli vardır (Aktaranlar: Sümer ve Güngör, 1999: 76-77).

1.7.1. Güvenli Bağlanan Bireyler

Kendilik değeri yüksektir. Başkalarına karşı güven duyarlar, sosyal çevreleri ile iyi iletişim kurabilirler. Yeni sosyal ilişki başlatma ve ilişkiyi devam ettirme konularında başarılıdırlar. Yakın ilişki kurma konusunda endişe duymazlar. Güvenli bağlanma stili ile bağlanan yetişkinler kendilerini değerli hissetmek için başkaları tarafından onaylanma ihtiyacı duymaz. İlişki kurmanın ve devam ettirmenin yanında ilişkiyi sonlandırmanın yaşatacağı stres ve kaygı güvensiz bağlanan bireylere göre

daha az yaşanır. Kendisine değer verir, kendisi için zaman ayırır, eşlerine güvenirlere yakın ilişki kurmaktan çekinmezler. Eşlerine bağlı olmaktan dolayı mutludurlar. Terk edilme, yalnız kalma korku ve kaygıları yoktur (Bowbly, 2012: 405-406).

1.7.2. Saplantılı (Kaygılı – Kararsız) Bağlanan Bireyler

Kendilik algısı düşüktür, kendisi ile ilgili olumsuz düşüncelere sahiptir, saplantılı bağlanan bireylerin kendileri dışında başkalarına karşı düşünce ve tutumları olumludur. Çevresinde bulunan insanları değerli görürler. Sosyal ilişkilerde saplantılı bir tavır sergilerler. Saplantılı bağlanma stili ile bağlanan bireylerin kendilerine karşı duyduğu değersizlik hissi, bireyin kendine güven duygusunu önemli ölçüde azaltır. bireyler romantik ve sosyal ilişki kurarken reddedilme korkusu yaşar. Kurduğu ilişkileri devam ettirirken de terk edileceği korkusu ile yoğun stres ve kaygı yaşar (Atik, 2013: 15-16).

1.7.3. Kaçman (Kayıtsız) Bağlanan Bireyler

Bu bireylerin kendilik algıları yüksektir. çevresine karşı olumsuz düşüncelere sahiptir. kendisi dışındaki kişileri değersiz görürler ve güvenmezler. Kaçman bağlanan bireyler için sosyal ilişkilerin bir önemi yoktur. Bağlanma süreci içinde bağlanma figürünün yokluğu ve reddedişinin olumsuz etkilerinden benliğini koruyabilmek için bağlanma figürüne karşı takınmış olduğu tavrı devam ettirerek sosyal ilişkiler ve romantik ilişkilerinde yakın ilişki kurmaz ve duygularını yansıtmazlar. Bu nedenle kaçman bağlanan bireyler sosyal ilişki kurmaktan kaçınır. kendi bağımsızlıklarına düşkündürler (Howard ve Medway, 2004: 395-403).

1.7.4. Kaçman (Korkulu) Bağlanan Bireyler

Bu bireylerin kendilik algısı düşüktür. Sosyal çevrelerine karşı olumsuz düşüncelere sahiptir. Başkalarına güvenmezler ve kendilerinin reddedebileceklerini düşünürler, kendilerine güven duyguları düşüktür, ilişki kurmaya yanaşmazlar, reddedilmekten korkarlar. Sosyal olarak yakınlık, sıcak ve samimi ilişki arayışı vardır. Başkalarına karşı duydukları güvensizlik ve reddedilecekleri korkusu kaygı ve stres yaşamalarına neden olur. Sosyal çevresi tarafından onaylanmak kaçman

bağlanan bireyler için çok önemlidir ve bu konuda oldukça hassastırlar. İlişkilerde yaşamış oldukları reddedilme, onaylanmama korkusu nedeni ile ayrılık ihtimali yaşayabileceği romantik ilişkiler ve yakın ilişkilerden uzak dururlar, böylece kendi benliklerini korumak isterler (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 226-244).

BARTHOLOMEW VE HOROWITZ'E GÖRE DÖRTLÜ BAĞLANMA MODELİ



Sekil.1 Dörtlü Bağlanma Modeli (Bartholomew ve Horowitz 1991)

1.8. Bağlanma ve Duygu Kontrolü

Bağlanma figürü ile kurulan ilişki şekli, çocukların yaşadıkları, ilerde yaşayabilecekleri kaygı ve stres oluşturan durumlarda başa çıkma stratejilerini belirler. Bağlanma figürünün varlığı ve desteği, kaygı ve stres anında çocuğun sakinleşmesine, uyum göstermesine yardımcı olur. Bebeklik ve çocukluk dönemlerinde bağlanma figürü tarafından uygun destek verilen bireyler, ilerleyen dönemlerde kurmuş oldukları sosyal ilişkilerde, karşılıklarına çıkabilecek zorlu yaşam

olaylarında, riskli durumlarında başa çıkma stratejilerini daha etkin bir şekilde kullanacaklardır (Zimmermann ve Becker, 2002: 107-124).

Bireylerin duygularını kontrol edebilme becerilerini kazanmış olmaları, sosyal ilişkilerindeki başarılarını artıracaktır. Duygularını kontrol edemeyen bireyler ise sosyal ve romantik ilişkilerinde kaygı ve stres oluşturacak durumlar ile karşı karşıya kaldıklarında uygun baş etme stratejilerini kullanamazlar. Çocukluk, ergenlik ve yetişkinlikte karşılaşılan problemlerin temelinde duyguların kontrol edilememesinin önemli etkileri vardır (Atik, 2013: 32-35).

Bebeklerin duygularını düzenleyebilmelerinde bağlanma figürü önemli yere sahiptir. Bebeğin ihtiyaçlarının doğru karşılanıyor olması, zamanında yerine getiriliyor olması, bebeğin bağlanma figürü ile arasında olumlu bir ilişki kurulmasını sağlayacaktır. Bebek ile ten temasının kurulması, bebeğin emzirilmesi, bebeğin kendini güvende hissetmesini sağlaması bakımından çok önemlidir. Bebek bağlanma figürünün desteği ile sakinleşir, rahatlar, mutlu olur. Bu durum bebeğin duygularını daha kolay düzenlemesine yardımcı olur ve bebeğin dil ve bilişsel gelişimine de olumlu yansır (Kesebir vd., 2011: 330).

Bebek ve bağlanma figürü arasında kurulan ilişki zamanla içselleştirilir, bu ilişki olumsuz yönde ise, kaygılı-kararsız veya kaçınan bir bağlanma gerçekleşir. Kaygılı- kararsız veya kaçınan bağlanan bireyler de stres ile başa çıkamama, olumsuz duyguları yoğun yaşama, karşılaştığı sorunlar karşısında düşük benlik saygısı görülmüştür (Mubarique, 2016:8-12).

1.9. Bağlanma ve Sosyal Beceriler

Bağlanma stilleri, duygular üzerinde etkili olduğu kadar sosyal davranışlar üzerinde de önemli etkilere sahiptir. Kaygılı-kararsız veya kaçınan bağlanan çocukların ve ergenlerin başkalarının yaşadığı sorunlar karşısında, empati kurma becerilerinin yetersiz olduğu görülmüştür (Collins ve Feeney, 2001: 972–994).Yine karşılaşılan güç durumlarda, kaygılı-kararsız veya kaçınan bağlanan bireyler

başkalarına yardım etmekten, onları desteklemekten ziyade kendi sorunları üzerine yoğunlaşırlar, yardım etme becerileri düşüktür. Kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan bireyler yakın ilişkiler kurma ve sürdürme konusunda başarısızdırlar (Collins ve Read, 1994: 53-92). Bunların aksine güvenli bağlanan bireylerin başkalarına yardım etme ve onları destekleme konusunda başarılı oldukları fark edilmiştir. Bireylerin bakım veren ile yaşamış oldukları deneyimden hissettikleri güven duygusu, başkalarına yardım etme konusunda olumlu etkilere sahiptir (Bowbly, 2012: 452). Bebeklik ve çocukluk döneminde Anne ve babaların çocuklarının ihtiyaçlarına doğru cevap verebilme yeteneği, ergenlik döneminde bireylerin olumlu sosyal davranışlarını artırmıştır. Anne, baba ve çocuk arasında kurulan sıcak, samimi ilişki bireylerin sosyal davranışlarını olumlu yönde etkilemektedir (Keskin, 2007: 6-7).

1.10. Bağlanma Stilleri ile ilgili Yurt Dışı ve Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Simpson (1990) romantik ilişkilerde bağlanma stilleri ve olumsuz duygular ile başa çıkma arasında ki ilişkiyi incelemiştir. Güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlanan bireylere göre olumlu duygularının daha fazla olduğu görülmüştür.

Miller ve Hoicowitz (2004) çalışmasında bağlanma stilleri ile arkadaşlık ve romantik ilişkiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 118 kişi üzerine yapılan araştırmada bağlanma stilleri ile ilişki süreleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Güvenli bağlanan kişilerin ilişki süreleri kaygılı kaçınan bağlanma stili ile bağlanan kişilere göre daha uzundur.

Hamilton (2000) araştırmasında bebeklik dönemi bağlanma stili ile ergenlik dönemi bağlanma stili arasında fark olup olmadığını araştırmıştır. 30 kişi üzerinde yaptığı boylamsal çalışma ile bağlanma stillerinde değişikliklerin çok az olduğunu değişikliklere bebeklik sonrası yaşanan olumsuz deneyimlerin neden olduğunu belirtmiştir.

Koç (2019) 16 - 18 yaş arası ergenlerin katılımı ile yapmış olduğu çalışmada ergenlerin annelerine güvenli bağlanmaları ve babalarına güvenli

bağlanmalarının mental iyi oluş düzeyleriyle, benlik saygılarıyla ve akran ilişkileriyle ilişkisini incelemiştir. Anne ve babaya bağlanma düzeyleri ile mental iyi oluş ve benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. anne ile bağlanma düzeyleri yüksek olan ergenlerin akranları ile çatışma boyutlarını daha düşük bulmuştur. Akranları ile ilişkisini ölçen yardım, birliktelik, koruma ve yakınlık alanlarında anlamlı ilişki bulamamıştır.

Atik (2013) Çalışmasında liseli ergenlerde psikolojik sağlamlık ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkide öz-yansıtma ve iç görünün etkisini incelemiştir. Psikolojik sağlamlık ile bağlanma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulurken psikolojik sağlamlık ve bağlanma ile öz-yansıtma ve iç görünün arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır.

Morsünbül (2005) Ergenlikte kimlik statülerinin bağlanma stilleri, cinsiyet ve eğitim düzeyi açısından incelenmesi için bir çalışma yapmıştır. 401 tane 9. ve 10. sınıf öğrencisi çalışmaya katılmıştır. Askıya alınmış kimlik statüsü boyutunda da saplantılı bağlanma stiline sahip kişilerin, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerden askıya alınmış kimlik statüsü boyutunda daha yüksek puan aldığı; kayıtsız bağlanma stiline sahip kişilerinde yine askıya alınmış kimlik statüsü boyutunda yüksek puan aldığını bulmuştur.

Turan Akdağ (2011) çalışmasında ergen ve ebeveyn bağlanma stilleri arasında ki ilişkiyi incelemiştir. Ergenlerin ve annelerinin bağlanma stillerinin ilişkili olduğuna dair bulgular elde etmiştir. Güvenli bağlanan annelerin çocuklarının da güvenli bağlandığını bulmuştur. Annenin ergenlik döneminde de bağlanma stili üzerinde etkili olduğunu saptamıştır. Baba bağlanma stili ergen bağlanma stili arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır.

Mubarique (2008) çalışmasında ergenlerin anne ve babalarına güvenli bağlanmaları ile olumlu sosyal davranışları arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve empatinin aracılık rolünü incelemiştir. Anne ve babasına güvenli bağlanan ergenlerin duygu düzenleme ve empati kurabilme becerileri arasında pozitif bir ilişki bulmuştur.

bu da olumlu sosyal davranışları etkiler. Empati kurabilme ve duygu düzenleme becerisine sahip bireyler olumlu sosyal davranışlar gösterir. Güvensiz bağlanan bireylerin de empati kurabilme becerileri düşüktür .

1.11. Duygusal Zeka

Duygusal zeka kavramı, Torndike (1920) 'ın ortaya çıkardığı "*sosyal zeka*" kavramı ile benzerlik göstermektedir. Torndike duygusal zeka kavramının çıkış noktasını oluşturmuştur. Sosyal zeka kişilerin kurduğu sosyal ilişkilerde başarılı olmasını konu alan bir yaklaşımdır. Kişi sosyal ilişkilerde başarı olabilmek için kendini iyi ifade edebilmeli, karşı tarafın duygularını anlayabilmeli, ilişkileri çözümleyebilmeli, analiz edebilmeli, yönetebilmeli, kriz durumları ile baş edebilmeli, topluma uyum sağlayabilmeli, başkalarını ikna edebilmeli, duygu ve düşüncelerinin farkında olabilmelidir (Yıldırım, 2018: 7-9; Altıntaş, 2009: 16-18).

John D. Mayer ve Peter Salovey (1990) duygusal zeka kavramını kişinin kendisinin ve başkalarının duygularını fark edebilmesi, tanıyabilmesi, çözümleyebilmesi ve böylece davranışlarını ve düşüncelerini doğru bir şekilde yönetebilmesidir şeklinde tanımlamışlardır. Duygusal zeka üzerine kitap yazan Goleman (1995) kavramı daha dikkat çekici hale getirmiştir. John D. Mayer ve Peter Salovey (1990) kavramı üç boyutta ele alırken, Goleman beş boyutta ele almıştır. Bunlar:

1. Duygusunu fark etmesi.
2. Duygularını tanımlayabilmesi.
3. Duygularını kontrol edebilmesi.
4. Kendini güdülüye bilmek.
5. Kişiler arası ilişkiler ile başa çıkmak (Aktaran: Kabakçı,2006: 22).

Duygusal zeka kişinin duygusunu tanıması, fark etmesi ve ifade edebilmesi ile gelişebilir. Duygusal zeka genetik faktörlerin etkisinde değildir ve gelişime açıktır.

Duygusal zekayı geliştirmek, bireylerin duygularını kontrol edebilmelerini sağlayacaktır. Kendini anlayan ve kontrol edebilen bir birey kurduğu sosyal ilişkilerde başarılı olur. Sosyal duygusal öğrenme ile duygusal zeka kavramı yakından ilişkilidir (Kuyulu, 2015: 26-27).

Goleman (2006) sosyal zekanın bilişsel ve duygusal olmak üzere iki boyutundan söz eder. Bunlar; "*Sosyal farkındalık*" ve "*sosyal beceri*" boyutlarıdır. Duygularını ifade etme, başkalarının duygularını anlayabilme, sosyal farkındalık boyutunu oluştururken, sosyal beceri boyutunu ise kişinin sahip olduğu bilgi ve becerileri kullanabilmesi olarak tanımlar (Goleman, 2006: 16-18).

1.12. Sosyal Duygusal Öğrenme

Kişilerin hayatlarında var olan sosyal ve duygusal alanları fark edebilmeleri, anlamaları, kavramaları ve analiz edebilmeleri sosyal duygusal öğrenmedir. İnsan sosyal ve duygusal bir varlıktır. Hayatı boyunca birçok sosyal ve duygusal süreçten geçer, sürekli çevresi ile iletişim halindedir. Bu süreçlerde farklı duygu durumları yaşar. Kişilerin sosyal ve duygusal süreçleri doğru yönetebilmeleri, sağlıklı bir yaşam sürmek için önemli bir etkidir. Duygularını yönetebilen, sosyal ilişkilerde başarılı bireyler hem aile içinde hem de arkadaş grupları arasında daha az sorun yaşar ve yaşadığı sorunları daha kolay çözümler. İş ve okul hayatında da daha başarılı bireyler olurlar (Türnüklü, 2004: 141-142).

SDÖ duyguların kontrol edilebildiği sosyal becerilerin etkili kullanıldığı bir beceri kazandırma yaklaşımıdır. SDÖ stres faktörleri ile başa çıkabilme, kendini daha iyi ifade edebilme, duygularını fark etme, kendini tanıma, sağlıklı iletişim ve empati kurabilme gibi becerilerin etkili bir şekilde kullanılmasını sağlar. SDÖ sosyal ilişkilerde başarıyı arttırdığı gibi akademik ve iş hayatında da kişilerin daha başarılı olmasını sağlar. Ayrıca gençlerin alkol, madde kullanımı ve saldırganlık gibi riskli davranışlarını önler (Kuyulu, 2015: 18-19).

1.13. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri

Sosyal duygusal öğrenme becerileri; problem çözme becerileri, iletişim becerileri, kendilik değerini artıran beceriler ve stresle başa çıkma becerileri olup, karşılaşılan güç ve zorlu durumlar karşısında, insan hayatını kolaylaştıran, doğru kararlar alıp uygun çözüm yolları bulmasını sağlayan becerilerdir (Lopes vd., 2003: 641-658).

Bireylerin yaşam verimliliğinin artmasını sağlamak için sosyal duygusal öğrenme becerilerinin gelişmesi ve sosyal duygusal ihtiyaçlarının doğru bir şekilde karşılanması gerekmektedir. “Elias ve meslektaşları SDÖ”yü; problem çözme becerileri, iletişim becerileri, stresle başa çıkma becerileri ve kendilik değerini artıran beceriler gibi beceri türlerinin doğru bir şekilde kullanılması ile kişinin yaşam doyumunu arttıran, kendisi ve çevresi ile sosyal ve duygusal açıdan başarılı ilişkiler kuran ve duygusal becerilerini doğru bir şekilde yönetme becerisi olarak tanımlamıştır (Elias vd., 2004: 89-103).

Sosyal duygusal öğrenme becerilerinin doğru kullanımı bireylerin sağlıklı iletişim kurma, olumlu amaç belirleme, empati kurabilme, sorumluluk alma, doğru ve ahlaki karar verme gibi davranışlar sergilemesini sağlar (Mccombs, 2001: 22-25 ; Zins vd., 2007: 191-203).

Sosyal duygusal öğrenme becerileri, kişinin sosyal hayatta duygusal süreçleri doğru bir şekilde yöneterek kurduğu ilişkilerden haz almasını sağlar ve bu durum kişinin yaşam kalitesini artırır (Merter, 2013: 1)

Elias da (2003) SDÖ’ yü bireylerin başkaları ile iyi iletişim kurabilme, başkalarının ihtiyaçlarına hoşgörülü olma, sosyal ilişkilerinde başarılı olma, öğrenme, hayatta karşısına çıkacak sorunlarla başa çıkma ve sorumluluklarını yerine getirebilmek için gerekli olan becerilerin kazanıldığı bir kavram olarak ele almıştır (Aktaranlar: Arnold vd., 2003: 25-28).

Sosyal duygusal öğrenme becerileri bireylerin hayatları boyunca kullanabileceği ve yaşamlarını kolaylaştıracak olan iletişim becerileri, problem çözme becerileri, stresle başa çıkma becerileri ve kendilik değerini artıran becerilerinin alt boyutlarını oluşturduğu becerilerin tamamıdır (Kabakçı, 2006: 32).

1.13.1. Problem Çözme Becerileri

Problem çözme becerisi, bireylerin güçlükler karşısında geliştirdikleri çözüm yollarının daha etkili doğru ve akılcı olmasını sağlayan yaklaşımdır. Problem çözme becerileri, kişiler arası çatışmaların çözümünü şiddete başvurmadan daha barışçıl bir yolla çözmek amacıyla bireylerin belli davranışları kullanmasıdır. Problem çözme becerisi karar verme ve çatışma çözme becerilerinin kullanıldığı bir beceridir (Kabakçı, 2006: 36).

İnsanlar, hayatları boyunca birçok problemi çözmek zorundadır. Zaman zaman üstesinden gelmeleri gereken zorluklar karşısında uygun başa çıkma yollarını seçerken bazen de doğru başa çıkma yollarını seçemez. Bu durum kişileri mutsuz eder. Kişilerin yaşamlarının büyük bir bölümü karşılaşmış oldukları güçlükleri çözmek ve bu güçlüklerin etkisi ile geçer. Bu yüzden problem çözme ve doğru kararlar verme bireyler için çok önemlidir. Problem çözme becerileri, birdenbire karşımıza çıkan, duygusal olarak bizi zorlayan durumlar karşısında çözüm yolları aramak ve doğru olanı seçmektir.

İnsanlar sosyal varlıklardır ve birbirleriyle sürekli iletişim halindedir. Çocuk olsun yetişkin olsun her yaş grubunun karşılaştığı güçlüklerle baş etme yöntemleri vardır. Bireyler bu uygun baş etme yöntemlerini kullanmadıkları zaman sosyal çevreleri ile sorunlar yaşayabilmektedirler (Korkut, 2011 : 67-75).

Problem çözme becerilerinin belirli basamakları vardır:

1- Problemin tanımlanması: Problemin ne olduğunu fark etme, problemin ne olduğunun sözel olarak ifade edilmesi.

- 2- Duyguların fark edilmesi: Problem karşısında yaşanan duygunun farkına varmak.
- 3- Amacın belirlenmesi: Çözümlere yönelik hedef koyma.
- 4-Olabilecek çözüm yolları bulma: Amaç doğrultusunda problemin çözümüne yönelik yollar üretme.
- 5- Olabilecek çözüm yollarını inceleme: Üretilen çözüm yollarının sonuçlarının kişiyi nasıl etkileyeceğinin incelenmesi.
- 6- En iyi çözümü seçme: Sonuçları incelenen çözüm yollarından kişiyi iyi hissettirecek olanı uygulamak için seçmek.
- 7-Plan yapma: Uygulamaya yönelik plan yapmak, yapılan planları kontrol etmek.
- 8- Çözümün uygulanması ve değerlendirilmesi: Çözümün incelenmesi, bir sonraki problem çözüme sürecinde kullanılmasıdır.

Problem çözme becerisi, çatışma çözümede kullanılan sorun çözme becerisidir. Yıkıcı çözüm yöntemleri yerine, bireyler arasında yaşanan anlaşmazlıkların barışçıl yollar ile çözülmesini sağlar. Karşılıklı iki tarafta da zarar görmez. Bireyler öfkelerini kontrol etme, iş birliği yapma, uzlaşma, otoriteden yardım alma, kaçınma gibi davranışları kullanırlar. Problem çözme gelişimsel bir beceri olup erken yaşlarda öğrenilmesi önemlidir (Sandy ve Boardman, 2000: 339-357).

1.13.2. İletişim Becerileri

İnsan toplumsal bir varlıktır, dolayısı ile çevresiyle sürekli bir etkileşim halindedir. Bu etkileşim bazen yazı ile bazen sözel, bazen de sözel olmayan yollar ile karşı tarafa iletilir. İnsan; duygu, düşünce, hayal ve umutlarını üç şekilde karşı tarafa aktarırken, karşı tarafın da gelen bu mesajları alması beklenir. Mesajlar bazen

okunarak bazen de dinleme ya da gözlem yolu ile alınır. İşte bu karşılıklı paylaşım iletişimidir (Çetinkaya, 2011: 567-576).

İletişim becerisi de, sözel ve sözel olmayan iletişim de karşılıklı tarafların birbirlerini doğru anlamaları ve doğru tepkiler vermesidir. Doğru ve etkili iletişim becerisi, beden dili, göz kontağı, dilin kullanımı, konuşmayı başlatma, konuşmayı sürdürme, eleştiriye açık olma, ses tonunu ayarlama, doğru ve açık iletişim kurma, duygularını ifade etme, etkili dinleme, dinlediği kişinin ifadelerini yansıtma, anlamadığı sorunun netleştirilmesini isteme, özetleme yapma, aktif dinleme, karşılıklı paylaşım dayalı işbirliği yapma, karşılıklı empati kurabilme, yeri geldiğinde olumsuz cevap verebilme ve sosyal destek aramayı içeren süreçleri kapsar (Kabakçı, 2006: 38).

Etkili iletişimin alt boyutları:

1. Beden duruşu: Vücut duruşu ile “Sıkıldım” ya da “Gerçekten ilgileniyorum” mesajı verilebilir. Jest ve mimiklere dikkat edilmeli, dik durulmalı, kendine güvenen ama kibirli görünüp karşı tarafı rahatsız edecek derecede bir tavır takılmamalıdır.
2. Göz teması: Kişilerin karşı tarafla göz teması kurması iletişimin etkisini arttırması bakımından önemlidir. Göz teması karşı tarafta dinlenildiği, söylediklerine önem verildiği mesajını verir ve karşı taraf ile kaliteli bir iletişimin kurulmasını sağlar. Göz teması kurulurken ölçüsü iyi ayarlanmalı karşı tarafın rahatsızlığı anlaşılırsa aralıklı bir şekilde göz teması kurulmaya devam edilmelidir. Göz teması jest ve mimikler ile desteklenmelidir.
3. Konunun açık ve anlaşılır olması: Kişinin kendini ifade ederken, karşı tarafın anlayacağı şekilde, açık, sade, net, anlaşılır olmaya özen göstermelidir.
4. Ses tonu: Karşı tarafı ne rahatsız ve tedirgin edecek kadar yüksek ne de duymakta zorlanacağı kadar düşük ses tonu ile konuşulmamalı, dengeli ve sakin ses tonu ile iletişim sağlanmalıdır.

5. Etkili dinleme: Karşı tarafın anlaşıldığını hissetmesi, sözel veya sözel olmayan şekilde karşı tarafa dinlenildiğini veya anlaşıldığını hissettiren dönütler vermelidir (Payton vd., 2000: 179-185).

1.13.3. Stresle Başa Çıkma Becerileri

Cüceloğlu (1993)' nun tanımı ile stres; bireyin dışında gelişen fiziksel ve sosyal etkenlerin oluşturduğu rahatsızlık nedeni ile beden ve ruhun sınırlarının ötesinde harcadığı çaba ve enerjidir.

Lazarus ve Folkman (1988)' e göre başa çıkma aktif bir süreçtir. Kişi çevresi ile arasında geçen stresli, kaygılı etkileşim durumlarında, başa çıkma becerilerini kullanır. Başa çıkma becerisi ilk önce bilişsel boyutta gerçekleşir. Kişi stres ve kaygı yaşadığı ruhsal durumlar ile ilgili bilişsel bir mücadele verir. Bu mücadelenin sonunda başa çıkmak için birey bir davranış sergiler (Aktaran: Türküm, 1999: 2-3).

Schermerhom stresi "*Bireyin karşısına çıkan ve beklenenin dışında bireyin sınırlarını zorlayan beklentiler, tehlikeler ve fırsatlar sonucunda ortaya çıkan bir gerilim durumu*" olarak tanımlamıştır (Aktaran: Ercan, 2002: 27).

Birey stres veren bir durum veya ortamda kaldığında, yaşadığı stresin üstesinden gelebilmek için çabalar ve başa çıkma eğiliminde olur. Bireylerin stres ile başa çıkma becerileri farklı şekillerdedir. Bireyler bu durumların üstesinden gelmek için Stres oluşturan durum hakkında bilgi almak isteyebilir, kabullenebilir , tepki vermeyebilir, görmezden gelebilir, durumla yüzleşmek istemediği için kaçabilir veya stres oluşturan durumun üzerine gider mücadele eder. Başa çıkma davranışı, fiziksel ve bilişsel gerekliliklerin sonucudur. kişinin yaşamış olduğu yoğun stres ve kaygı durumları karşısında kişi hayatını devam ettirmek durumundadır bu yüzden yaşamış olduğu çatışmayı sona erdirmelidir. Doğru başa çıkma yöntemini uygulamak için bireyler duyguları kontrol edip mantıklı davranışlar sergilemelidir (Öztürk, 2017: 21-22).

Pearlin ve Schooler başa çıkma becerisini; bireylerin sosyal ilişkilerde sorun yaşadığında, sorunları duygusal açıdan güçlü kalarak baş edebilecek davranışları kazanmak şeklinde tanımlar.

Baş çıkma aşamaları;

- a) Stres oluşturan durumları ortadan kaldırmak.
- b) Stres oluşturan durumun kişide oluşturduğu düşünce ve duyguyu kontrol etmek.
- c) Duygusal sonuçları korumak şeklinde açıklanabilmektedir (Aktaran: Grey, 2000: 167).

Amirkhan (1990) tarafından yapılan üç aşamalı faktör analizi çalışması; stresle başa çıkmada kullanılan çok sayıda tepkinin altında yatan genel stratejileri ortaya koyar. Heterojen örneklem grupları ile yapılan araştırmalarda, üç temel başa çıkma yolu ön plana çıkar; problem çözme, sosyal destek arama ve kaçınma. Problem çözme; stresi fark edip onu kontrol altına alma ve yönetme stratejisi, kaçınma; stres oluşturan durumlardan uzak kalma stratejisi, sosyal destek arama ise; stres oluşturan durumlar karşısında sosyal ilişkiler kurarak yapılan bir başa çıkma stratejisidir (Aktaran: Korkut, 2011: 94).

1.13.4. Kendilik Değerini Artıran Beceriler

Kendilik değeri, bireyin kendisi ile ilgi değerlendirmeleri, yargılamalarıdır. Kişinin kendisine saygısı, kendini kabulü, kendisi ile ilgili duygu ve düşünceleridir. Kişilerin kendilerine ilişkin inançları, kendilerine biçtiği değer ile erken çocukluk döneminde anne, baba, çocuk arasında kurulan ilişki kuvvetli bir bağa sahiptir (Korkut, 2011: 198).

Kendilik değeri, düşünceler, söylemler, tutum ve davranışları etkileyen bir durumdur. Yaşadığımız hayatı, sosyal ve romantik ilişkilerimizi, hedeflerimizi, davranışlarımızı, amaçlarımızı, hayat felsefemizi, kendimize ve çevremize karşı saygımızı, seçimlerimizi, bizim için önemli olan her şeyi etkiler. Kendilik Değeri becerileri gelişmiş bireyler, olumlu ve olumsuz yönlerini bilir, güçlü ve zayıf

yönlerinin farkına varır, sosyal destek alabileceği kişileri bilir ve yardım alır. Kendilik değeri yüksek çocukların, kendilerini daha mutlu ve iyi hissettikleri görüşünden yola çıkarak, bireylerin sosyal ve duygusal becerilerinin yüksek olması için bu becerilerden kendilik değeri becerisinin geliştirilmesini ihtiyaç haline getirmiştir (Güloğlu, 1999: 19-20).

1.14. Sosyal Duygusal Öğrenmenin Önemi

1960'lı yıllardan günümüze kadar geçen süreçte akıl ve duygu kavramlarının birbirini etkilediği ve sosyal, duygusal ve bilişsel gelişim süreçleri üzerinde önemli etkiye sahip oldukları görüşü hâkim olmaya başladı (Mahler, 1975: 609-625).

Beyin üzerine yapılan araştırmalarda dikkat, öğrenme, hafıza ve birçok zihinsel faaliyet üzerinde duyguların etkili olduğu saptanmıştır (Mccombs, 2001: 26-39). Duygusal zekanın akademik becerilerden daha etkili ve önemli olduğu, duygusal zekası yüksek bireylerin daha başarılı oldukları fark edilmiştir. Sosyal duygusal öğrenmenin yeri günümüzde daha önemli bir hale gelmektedir. Artan sosyal sorunların gençler üzerinde olumsuz etkisinin oluşturduğu davranış bozuklukları, bireylerin sosyal yaşantılarını olumsuz etkilemektedir (Lickona,1992: 37-89). SDÖ becerilerini bireylerin sosyal çevrelerinde etkili bir şekilde kullanması, kişiler arası kurulan ilişkilerin daha sağlıklı olmasını, sorumluluk üstlenen bireylerin yetişmesini, iş ve okul hayatında daha başarılı olunmasını sağlar. Sosyal duygusal öğrenme becerilerini doğru ve etkili kullanan bireyler alkol ve madde kullanımı, şiddet, hırsızlık, yalan söyleme, intihar gibi riskli davranışlara yönelmeyecekleri, aksine sağlıklı sosyal ilişki kurmanın birey üstünde oluşturduğu olumlu etki ile , güven duygusu yüksek, karşılaştığı sorunların üstesinde gelebilen , mutlu, huzurlu, yüksek yaşam doyumuna ulaşmış bireyler olmasını sağlayacaktır (Körler, 2011:8).

Bireylerin sosyal becerilerinin gelişmiş olması, sorun çözme becerilerini etkili kullanması; çevresi ile sağlıklı ilişkiler kurmasını, benlik saygısının yüksek olmasını, alkol ve uyuşturucu madde kullanımının ve saldırganlık eğiliminin azalmasını, aile içi iletişimde daha başarılı olmasını sağlar. Ayrıca SDÖ becerileri gelişmiş bireyler,

olumlu kendilik algısına sahiptir. Başkaları ile sağlıklı iletişim kurarlar. Bu beceriler öğrencilerin akademik becerilerinin yüksek olmasına, yetişkin bireylerin de hayatlarından doyum almalarına yardımcı olur (Zins vd., 2007: 204-210).

1.15. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri ile İlgili Yurt Dışı ve Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Romanz, Kantor ve Elias (2004) yaptıkları çalışma ile sosyal duygusal öğrenme'ye dayalı müfredatları uyguladıkları on ilköğretim okulunda akademik başarının arttığını, karakter gelişimlerinin olumlu yönde geliştiğini fark etmişlerdir. (Aktaran: Totan, 2011: 89-90)

Fox ve Shifter (2005), çalışmasında anne babaların okul öncesi dönemde bulunan çocuklarına karşı verdikleri tepkilere neden olan duyguları ifade etmeleri, bunları neden verdiklerini açıklamaları, duygular ile bilgiler vermeleri, ilerleyen dönemlerde çocukların başkalarının duygularını daha iyi anlayabildiklerini, kendi duygularını daha iyi kontrol edebildiklerini vurgulamışlardır (Aktaran: Furtana, 2018: 59).

Yılmaz (2014) yaptığı çalışmada 6.7.8. sınıf öğrencilerinin algıladığı anne baba tutumları ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. anne ve babası ile iletişimleri iyi olan destekleyici ve geliştirici tutumların sergilendiği algısına sahip olan öğrencilerin sosyal duygusal öğrenme becerilerinin daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Öztürk (2017) çalışmasında ana baba tutumlarının sosyal ve duygusal öğrenme becerileri üzerindeki etkisini incelemiştir. 5.6.7.8. sınıf öğrencileri üzerine yaptığı araştırmada anne baba tutumları ile sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerinde anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuştur. Öğrencilerin sosyal duygusal becerilerini en çok etkileyen anne baba tutumunun koruyucu istekçi anne baba tutumu olduğunu çalışmasında ortaya koymuştur.

Merter (2013) yaptığı çalışmasında ortaokul öğrencilerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sosyal duygusal öğrenme becerileri ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki bulmuştur. Sosyal duygusal öğrenme becerileri gelişmiş bireylerin kendilerine daha fazla saygı duyduğunu ortaya koymuştur.

1.16. Ergenlik Dönemi

Ergenlik dönemi insan hayatında önemli bir dönemdir. Genellikle 11-20 li yaşlar arasına denk gelen bu döneme girme yaşı; dönemin uzunluğu, genetik faktörler, çevresel faktörler, yaşanılan coğrafyaya göre değişim gösterir. Ergenlik döneminde kişiler fiziksel, duygusal, zihinsel açıdan değişimler ve gelişimler yaşar. Ergenlik latince kökenli bir kelime olup olgunlaşma anlamına gelmektedir. Çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir (Editör: Üstel, 2009:1019-1022).

Ergenlik dönemi Birleşmiş Milletler ve UNESCO tarafından 15-25 yaş arası olarak, MEB tarafından da 12 -24 yaş arası olarak belirlenir. Ama genel olarak 11-20 li yaşları kapsayan uzun bir dönemdir. Ergenlik dönemi de kendi içinde dönemlere ayrılır. İlk ergenlik erkeklerde 13-15 yaşlarını kızlarda 11-14 yaşlarını kapsayan dönemdir. Orta ergenlik erkeklerde 15-17 yaşları kızlarda 14-16 yaşları, son ergenlik erkeklerde 17-21 yaşlarını, kızlarda 16-21 yaşlarını kapsayan dönemlerdir (Aktaran: Taşçı, 2013: 6-7).

İlk ergenlik döneminde fiziksel değişimlerin ergen üzerinde etkisi büyüktür. Ergen bedeni ile ilgili gelişimlere uyum sağlamaya ve bunlar ile başa çıkmaya çalışır. Fiziksel görünüşe önem verir, soyut düşünebilmeye başlar, ilgi alanları değişir, arkadaşları ile daha fazla zaman geçirmek ister.

Orta ergenlik dönemi de bireylerin bağımsız olma isteklerinin yoğun yaşandığı bir dönemdir. Bu yüzden ergen aileden uzaklaşmak, birey olmak, tek başına hareket edebilmek ve kararlar almak ister. Bireyselleşme isteği Anne - baba tarafında anlaşılmaz ve kabul görmez ise kurulan ilişkilerde sorunlar yaşanır.

Son ergenlik ise meslek seçimi, gelecek kaygıları, yakın ilişki kurup bunu devam ettirebilmek gibi kaygıların yaşandığı bir dönemdir. Ergen bu dönemde kendine uygun meslek seçimi, eş seçimi yapmak gibi kaygıları yoğun olarak yaşar (Derman, 2008: 19-21).

İnsanların yaşamlarının ilk altı yılı ile ergenlik dönemi, kişiler için kritik dönemlerdir (Kulaksızoğlu, 2009: 13-17). Ergenlikte hızlı fiziksel değişimler ile birlikte zihinsel, sosyal ve duygusal değişimler de yaşanır. Bu yaşanan değişimler ergenlerin duygularını coşkulu yaşamalarına, düşüncelerinin karışmasına neden olur. Erken çocukluk döneminde yaşanan çocukluk travmaları, yaşanılmış çatışmalar ve saplantıların getirdiği gerginlikler yeniden ortaya çıkarak ergenlerin aile bireyleri ile aralarına mesafe koymalarına sebep olur. Arkadaşlık ilişkileri kurma ve yalnız kalma isteği, karşı cinse karşı ilgi, ilişkilerde çekingenlik, duyguların taşkın ve istikrarsız yaşanması, gelecek kaygıları, meslek seçimi gibi birçok çatışma bu dönemde yoğun olarak yaşanır. Yaşanan bu çatışmalar bireyin ruhsal durumunu derinden etkiler. Bireylerin yaşadığı yoğun kaygı ve stres ergenlik döneminde riskli davranışlar görülmesine neden olur. Ergenlik sürecinde tecrübe edilen çatışma ve karmaşalar şiddetinin büyüklüğü, bireyin bebeklik ve çocukluk dönemlerinin ne kadar sağlıklı geçtiğine, kişinin fizyolojik yapısına, aile ve toplum tutumlarına göre değişmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2008:19-20).

1.17. Ergenlik Kuramları

1.17.1. Psiko-Sosyal Gelişim Kuramı

Erik Erikson tarafından geliştirilen bir kuramdır. Sosyal çevrenin psikoloji üzerine etkilerinden bahseder. Erik Erikson doğumdan ölüme kadar devam eden süreçte 8 evrenin yaşandığını savunur.

1. Gelişim evresi 0-2 yaş arasını kapsayan "*Temel güvene karşı güvensizlik*"
2. Gelişim evresi 2-4 yaş arasını kapsayan "*Özerkliğe karşı utanç ve kuşku*"

3. Gelişim evresi 4-7 yaş arasını kapsayan "*Girişimciliğe Karşı Suçluluk*"
4. Gelişim evresi 7 – 12 yaş arasını kapsayan "*Başarıya Karşı Aşağılık – Yeterliliğe Karşı Yetersizlik*"
5. Gelişim evresi 12– 18 yaş arasını kapsayan "*Kimliğe Karşı Rol Karmaşası*"
6. Gelişim evresi '18-30' yaş arasını kapsayan "*Yakınlığa Karşı Uzaklık*"
7. Gelişim evresi '30-60' yaş arasını kapsayan "*Üretkenliğe Karşı Durgunluk*"
8. Gelişim evresi 60 yaş üzeri "*Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk*"
(Aydın, 2005: 197)

8 evre içinde ergenlik dönemini kapsayan evre kimliğe karşı rol karmaşası evresidir. Bu evrede bireyler kimlik arayışı içerisinde. Aileden kopmak, bağımsız olmak isterken aynı zaman arkadaşları ile daha fazla vakit geçirmek ve sosyal gruplara dahil olmak ister. İnanç, değer, hayata bakış açısının değişip, geliştiği sorgulamaların arttığı, soyut düşünme becerisinin geliştiği bir dönemdir. Bilişsel ve ruhsal değişimlerin yanında hızlı fiziksel değişimlerinde yaşandığı bu dönem de yoğun çatışmalar yaşanır. Evrenin sağlıklı bir şekilde tamamlanması diğer evrelerin sorunsuz geçilmesiyle mümkündür (Bayhan ve Işıtan, 2010: 34).

1.17.2. Bilişsel Gelişim Kuramı

Jean Piaget tarafından geliştirilen bir kuramdır. Bebeklikten yetişkinliğe kadar geçen süreçte bireylerin zekaları ile düşünme ve akıl yürütme süreçlerinin nasıl gerçekleştiğini anlatır.

1. "*Duygusal motor dönem*" doğumla başlayıp 2 yaşına kadar devam eden dönemdir.
2. "*İşlem öncesi dönem*" 2 yaşından 7 yaşına kadar devam eden dönemdir.

3. "*Somut işlemler dönemi*" 7 yaşından 11 yaşına kadar devam eden dönemdir.

4. "*Soyut işlemler dönemi*" 11 yaşından sonraki dönemdir.

Ergenlik dönemini içine alan dönem olan soyut işlemler dönemi ergenlerin inanç, değer, hayat felsefesi gibi soyut kavramları algılayabildikleri mantıklı düşünme, akıl yürütme, analiz yapabildikleri varsayımlarda bulunabildikleri, sorgulaya bildikleri dönemdir (Erden ve Fidan, 1999: 101).

1.17.3. Psikanalitik Kuram

Sigmund Freud tarafından geliştirilmiştir. Freud doğuştan gelen dürtülerin birey üzerinde oluşturduğu etkiler bunlar ile başa çıkma çabası üzerine çalışmalar yapmıştır. Bireyler başa çıkma çabası süresince 5 gelişim evresinden geçer.

1. "*Oral dönem*" 0-1,5 yaş aralığını kapsayan dönemdir.

2. "*Anal dönem*" 1,5,- 3 yaş aralığını kapsayan dönemdir.

3. "*Fallik dönem*" 3-6 yaş aralığını kapsayan dönemdir.

4. "*Gizil (latent) dönem*" 6-12 yaş aralığını kapsayan dönemdir.

5. "*Genital dönem*" 12-18 yaş aralığını kapsayan dönemdir.

Freud'un "*psikoseksüel*" gelişim kuramında ergenlik dönemi genital dönemin yaşandığı dönemdir. Bu dönemde bireylerin ilgileri genital bölgeye yönelmiş karşı cinse duyulan ilgi artmıştır. Libido enerjinin artması bireylerin cinsel deneyim yaşama isteklerini arttırmıştır. Ergenlerin bu istekleri toplum değerleri ile çatışır. Bu dönemde ergenin toplum ile uyum içinde yaşaması için ilgi, istek ve dürtülerini kontrol etmek durumundadır. Bu dönemde ergen dürtülerini kontrol edebilmeyi ve doğru bir şekilde yönlendirebilmeyi, doğru ilişkiler kurmayı, toplum ile uyumlu değer yargıları oluşturmayı öğrenir (Yeşilyaprak, 2006: 116–120).

1.17.4. Kişiler Arası İlişkiler Kuramı

Harry Stack Sullivan tarafından geliştirilen kuramdır. İnsanlar arası ilişkilerin kişilik üzerinde etkisi olduğunu ilişkiler de güven, saygı, hoş görü gibi kavramların önemli olduğunu vurgular. Sağlıklı kişilik gelişimi için sağlıklı kişiler arası ilişki olması gerekmektedir. Kişiliği değerlendirebilmek için de bireylerin kurduğu ilişkileri izlemek gerekmektedir.

Kişiler arası ilişkiler kuramına göre 7 farklı gelişim evresi vardır. Gelişim evrelerinde bireylerin kurmuş olduğu sosyal ilişkiler incelenmiştir.

1. "*Bebeklik dönemi*"

2. "*İlk çocukluk dönemi*"

3. "*İkinci çocukluk*"

4. "*Ön ergenlik*"

5. "*Erken ergenlik*"

6. "*Geç ergenlik*"

7. "*Yetişkinlik*"

Ön ergenlik döneminde kişi hem cinsleri ile yakın arkadaşlıklar kurmak ister. Kişi kurduğu arkadaşlık sayesinde sorunlarını, mutluluklarını paylaşabileceği sırdaş ihtiyacını karşılar. Kurulan bu arkadaşlık kişinin gelecek dönemlerde kuracağı romantik ilişkileri ve diğer sosyal ilişkileri için önemlidir. Ayrıca bireyler bu arkadaşlıklarla kendilerini daha iyi tanırlar. Kurduğu arkadaşlıklar kendilerini değiştirme ve geliştirmelerine yardımcı olur. Kişinin bu dönemde böyle bir

arkadaşlık kuramaması kendisini yalnız ve çaresiz hissetmesine sebep olur (Kulaksızoğlu, 2009: 19-26).

Erken ergenlik cinsel merakın yoğun bir şekilde yaşandığı dönem olmasına rağmen yakın arkadaşlıklar yine hemcinsler ile kurulur. Toplumsal değerler ile ters düşmemek için birey yaşadığı duyguları dışa yansıtamaz. Bu duygular ve düşüncelerden ötürü kişilerin eleştirilmesi, küçümsenmesi cinsel sapmalara yol açar. Geç ergenlik ise bireyin toplumsal yerinin olduğu dönemdir. Birey görev ve sorumluluklarının farkındadır, cinsel davranışlarını kontrol edip nasıl kullanacağını bilir. Bu dönem başarılı bir şekilde geçilirse bireylerin kişiler arası ilişki kurma yeteneği gelişir. Başarısız geçilirse ilişki kurmaktan kaçınır. Gerçek kişiliğini göstermek istemez (Kurt ve Yıldız, 2017: 251-259).

1.17.5. Yaşam Alanı kuramı

Amerikalı bir psikolog olan Kurt Lewin (1890 – 1947) davranışın çevre ile etkileşim sonucu çıktığını söyler. Bireylerin yaşı, cinsiyeti, zekası, yeteneği ile ailesi, akrabaları, arkadaşları bireyin davranışları üzerinde etkilidir. Ergenlik dönemi de bireylerin hızlı değişimler yaşadığı bir dönemdir. Yaşam alanının da hızlı değişimler, stres ve kaygıya neden olur. Ergenlik, çocukluk ve yetişkinlik arasında kalan yetişkin davranışların beklendiği çocukluk duygularının eşlik ettiği kişinin gelecek kaygısı, fiziksel ve duygusal değişimleri yaşadığı bir dönemdir. Bu yüzden kişi ne yapacağını nerde nasıl davranması gerektiğini bilemez. Bireylerin yoğun kaygı ve stres yaşanmasına neden olur (Kulaksızoğlu, 2009: 24–30).

1.17.6. Sosyal Öğrenme Kuramı

M.C. Candless' e göre ergenin geçmiş yaşantılarından öğrenmişlikleri ile toplum tarafından beklenenler arasında uyumsuzluk bireylerin çelişki yaşammasına neden olur. Bireyler çocukluktan ergenlik dönemine kadar gelen süreçte yapmış olduğu davranışlardan almış olduğu geri dönütler ile toplum tarafından kabul gören

davranışı bulur. Kabul gören davranışın bulunmasını sağlayan en önemli faktör bireyin sosyalleşmesidir (Aktaran: Çelen, 2011: 34–35).

1.17.7. Özünü Yineleme Kuramı

G. Stanly Hall ergen gelişimini konu alan bir kuram ortaya çıkarmıştır. Ergenliği yeniden doğum olarak görür. Ergenlik öncesi dönem hayatta kalma, beslenme, saldırganlık, cinsellik gibi hayvani duyguların yaşandığı bir dönem iken, ergenlik dönemi soyut düşünme, inanç, sorumluluk ve değerlerin (adalet, başkalarına yardım gibi) daha insani duyguların yaşandığı bir dönemdir. Bireylerin yaşadığı bu içsel duygular arası yaşanan çekişme çatışma ve strese yol açar. Bu dönemde hızlı duygusal değişimler yaşanır, birey enerji doludur. Çabuk sevinir, üzülür, öfkesini yoğun yaşar, çabuk sıkılır, otoriteye karşı baş kaldırır, ilgisiz davranır bazen de çok ilgilidir. Bireyselleşmenin geliştiği bir dönemdir (Çelen, 2011: 23).

1.18. Ergenlik Dönemi Psiko-Sosyal Gelişim

İnsanlar hayatın her döneminde sosyal ilişki kurar. Gebelik sonrasında doğumla birlikte bebek ile anne arasında başlayan ilk ilişkiler, bebeğin büyüyüp keşfetmeye başlaması ile artarak devam eder. Çocukluk dönemindeki sosyalleşme ergenlik döneminde de ergenin özerklik mücadelesi, arkadaş grupları ile daha fazla zaman geçirmek istemesi, yeni insanlar ile tanışma isteğinden ötürü farklı bir boyut kazanır. Erikson'un psikososyal gelişim kuramının evrelerinden biri olan “*Kimlik Kazanmaya Karşı Rol Karmaşası*” 12- 18 yaş ergenlik dönemine rastlar. Ergenlik döneminin en önemli sorunu kimlik arayışıdır. Ergen kendine 'ben kimim' sorusunu sıklıkla sorar. Bu sorunun cevabını arayan ergen üzerinde, ebeveynlerinden çok arkadaşlarının etkisi görülür. Sürekli değişen ve gelişen dünyada ergen, eğitim yaşamında başarılı olmak, iyi bir meslek sahibi olmak, ailesi, arkadaşları gibi sosyal çevresinde bulunan kişiler tarafından onaylanmak ister. Bu nedenle stres ve kaygı duyar. Ergenlik döneminde duygusal yoğunluk, kurulan sosyal ilişkilerin hızlı değişimi, etki altında kalma, otoriteye karşı gelme, başkalarının dikkatini üzerlerine çekme gibi durumlar görülür (Yavuzer, 2013: 276). Arayış içinde olan ergen

arkadaşlarına herkesten daha fazla güvenir ve inanır. Ergenin akranları riskli davranışlarda bulunan gruplardan oluşuyor ise ergen grup içinde var olmak ve kendini gruba kanıtlamak için riskli davranışlar sergileyebilir. Ergen bu dönemde yaşadığı duygusal ve fiziksel değişimlerden ötürü kendisi ve çevresi ile çatışmalar yaşar. Yaşadığı duygusal ve fiziksel değişimlerden dolayı yaşamış olduğu çatışmaları çözmek için, öğretmenleri ve ebeveynleri, ergene yardım edebilirler. Ergene sevgi ve saygı çerçevesinde yaklaşılmalı, ergen anlaşılmaya çalışılmalıdır. Ergene sağlıklı bir kimlik kazandırmak için uygun rol modellerin çevresinde olması önemlidir (Karabekiroğlu, 2014: 243-256).

Ergen kimlik arayışı sorununu doğru bir şekilde çözüme kavuşturursa, öz güveni ve kendilik değeri yüksek mutlu bir hayat sürdürebilir. Aksi durumda ise rol karmaşası yaşayacaktır. Rol karmaşasının yol açtığı sorunlar ilerleyen dönemlere aktırılır. Birey için kriz durumu yaratan sorunlar çözümleninceye kadar devam eder. Kimlik arayışı devam eden bireyler, doğru karar verme, bir işin sorumluluğunu yüklenme ve o işte istikrar sağlama gibi yetişkin davranışları gösteremez (Senemoğlu, 2005: 79).

Anne, baba ve çocuk arasında güven veren, samimi ve sevgi üzerine kurulan ilişki bireylerin olumlu bir ruh sağlığına sahip olmasını sağlar. Bireylerin toplum içinde uyumlu, doğru davranışları göstermeleri değerlerin içselleşmesinin sonucudur. Davranışların toplumsal değerlere uygun olması ve çevre tarafından pekiştirilmesi davranışın devam etmesini sağlar. Ergenin sosyalleşmesinde, ergenlik dönemi arkadaşlık ilişkileri önemli etkiye sahiptir. Ergen olumlu arkadaşlık ilişkileri kurabilirse kişiliği, sosyal ve duygusal becerileri gelişir. Bu sayede ergen toplumla uyum içinde hayatını sürdürür (Kulaksızoğlu, 2009: 82-97).

1.19. Aile ve Sosyal İlişkilerin Ergen Üzerinde Oluşturduğu Etkiler

Ergenlik dönemi bireylerin duygusal yoğunlukları, sosyal ilişki kurmanın ve sonlandırmanın , gelecek kaygılarının yaşandığı bu durumların etkisi ile de çatışma ve kriz durumların fazlaca görüldüğü bir dönemdir. Yaşanan kriz ve çatışma

durumları ergenin kendini güvensiz hissetmesine, korku, kaygı ve stres durumlarını yaşmasına neden olur. Ergen kriz ve çatışma durumlarını çözdükçe, hayatı ile sorumlukları alıp yerine getirdikçe, güven duygusu gelişir, yaşadığı kaygı ve stres azalır. Ergenin kişilik yapısının gelişiminde, anne-baba ilişkileri ve diğer aile bireyleri ile kurduğu ilişkiler de etkilidir. Aile içi yaşanan sorunlar şiddet, ilgisizlik, eleştiri anne ve babanın yanlış tutumları aşırı koruma, çocuklar arasında ayırım yapma, gibi durumlar ergen davranışlarını olumsuz etkiler. Anne ile bebek arasında kurulan iletişimin kuvvetli olduğu bir bebeklik dönemi, Aile içi iletişimin kuvvetli olduğu, sağlıklı duygusal süreçlerin yaşandığı başarılı bir bebeklik ve çocukluk dönemi geçiren birey, ergenlik ve sonrasında yaşayacağı yetişkinlik döneminde sorunları daha kolay çözüme kavuşturur (Yavuzer, 2013: 275-288). Ergenlik gelecekle ilgili yoğun kaygıların yaşandığı, akademik hayat, iş ve eş seçimi gibi önemli kararların alındığı kritik bir dönemdir. Ergenlik döneminin sonlarına doğru yaşam amacı daha net olarak ifade edilebilir hale gelir, gelecek ile ilgili beklentiler evlilik, meslek gibi konular üzerine yaşanan kaygılar daha da artar (Karabekiroğlu, 2014: 283-290).

Ergenin arkadaşlık kurmadan sosyalleşmesi zordur. Arkadaşlık ilişkileri, ergenin hayatının geri kalan döneminde kuracağı sosyal ilişkileri geliştirir. Bu da bireyin çevresi ile uyum içinde yaşamasını sağlar. Ergen için arkadaşları tarafından onaylanmak, aranmak, beğenilmek ve benimsenmek kendilik algısının olumlu gelişimi için büyük öneme sahiptir. Arkadaşlık kurabilen, arkadaşlığını devam ettirebilen ergen, sosyal becerilerini geliştirir (Yörükoğlu, 2004: 69-72). Birçok fiziksel, ruhsal, duygusal değişimin üstesinden gelebilmek için mücadele eden ergen, bu dönemin sonunda bir yaşam felsefesi, dünya görüşü ve ahlaki değerler geliştirir. Sağlıklı bir kimlik gelişimi için bebeklik ve çocukluk dönemlerinde anne baba ile, ergenlik döneminde ise hem anne baba hem de arkadaşları ile sağlıklı ilişkilerin kurulması gerekir (Yavuzer, 2013: 288-300; Karabekiroğlu, 2014: 199).

İKİNCİ BÖLÜM YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma 7. ve 8. sınıf ortaokula devam eden ergenlerin erken çocukluk dönemi anne veya bakım veren ile ilişkilerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerine etkisini araştırmayı amaçlamaktadır. Araştırmanın amaçları;

1. Bağlanma stilleri ve sosyal duygusal öğrenme becerileri ile demografik değişkenler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek.
2. Bağlanma stilleri ve sosyal duygusal öğrenme becerileri arasında ki anlamlı fark olup olmadığını incelemek.

2.2. Araştırmanın Önemi

Bireylerin sosyal duygusal öğrenme becerilerini kazanması kendisi ile barışık, çevresi ile uyum içinde yaşamalarını sağlayacaktır. Sosyalleşme bebeğin doğumu başlar ve hayatı boyunca devam eder. Sosyalleşmenin ilk başladığı yer aile, sosyal ilişkinin ilk kurulduğu kişi annedir. Anne veya bakım veren ile bebek arasında kurulan sosyal ilişkinin olumlu ya da olumsuz olması bağlanma stilini belirler. Bağlanma bireylerin sosyal ilişkilerini, romantik ilişkilerini ve ruh sağlığını etkiler. Ergenlik dönemi gelişim dönemleri içinde sosyal ilişkilerin yoğun yaşandığı bir dönemdir. Ergen aileden uzaklaştığı, bağımsızlığını kazanmak istediği, arkadaşları ile yakın ilişkiler kurduğu, kimlik çatışmaları yaşadığı bu fırtınalı dönemde problem çözme becerilerini, iletişim becerilerini, stresle başa çıkma becerilerini ve kendilik değerini arttıran becerilerini doğru kullanmaya ihtiyaç duyar. Bu becerileri doğru kullanan ergenler sosyal ilişkilerinde daha başarılı olurlar. Toplumsal uyum sağlamada güçlük çekmezler. Bu da ergenlerin hayatlarının geri kalan kısmında kuracağı sosyal ve romantik ilişkilerini sağlıklı bir şekilde yürütmesini, yaşam doyumunu arttırmasını sağlayacaktır.

Bu çalışma sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerinde bağlanma stillerinin etkisini anlamak, ebeveynlerin çocukları ile kurdukları iletişimin olumlu ve olumsuz sonuçlarını fark etmelerini sağlamak, alanda çalışan uzmanların anne ve baba eğitimlerine bilgi sağlamak, sağlıklı ruh sağlığına sahip toplum oluşumu için anne veya bakım veren ile bebek arasında kurulan ilişkinin önemine dikkat çekmek açısından önemlidir.

2.3. Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışma Konya ili Selçuklu ilçesinde 2018-2109 eğitim öğretim yılında Kemal Akpınar Ortaokulu, Beyhekim, Mehmet Nuri Küçükköylü İmam Hatip Orta Okulları ile Selçuklu Belediyesi ve Şerife Akkanat Ortaokullarında öğrenim gören 279 tane 7. ve 8. sınıf öğrencisi ile sınırlıdır.

1-Araştırmada incelenen ergenlerin sosyal duygusal öğrenme becerileri yalnızca sosyal duygusal öğrenme ölçeğinin ölçtüğü maddelerle sınırlıdır.

2- Araştırmada incelenen ergenlerin bağlanma stilleri verileri, yalnızca İlişki Ölçekleri Anketi'nin ölçtüğü maddelerle sınırlıdır.

3- Sonuçlar araştırmada kullanılan ölçeklerin geçerlilik ve güvenirlikleri ile sınırlıdır.

2.4. Araştırma Modeli ve Örneklem

İki ya da daha fazla değişken arasında birlikte değişim olup olmadığını var olan değişimin derecesini araştırmayı amaçlayan ilişkisel tarama modeli ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiyi belirleme de yararlanılmıştır. Bağlanma stilleri ilişki ölçekleri anketi ile sosyal duygusal öğrenme becerileri ise sosyal duygusal öğrenme becerileri ölçeği ile belirlenmiştir. Demografik özelliklerde araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile belirlenmiştir. Çalışmaya gönüllü öğrenciler katılmıştır. Anket gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

Bu araştırma 2018-2019 eğitim öğretim yılında 12-15 yaş Aralığındaki 7. ve 8. sınıfta eğitim-öğretim gören ergenleri kapsamaktadır. Örneklem olarak dikkate alındığında ise, Konya ili, Selçuklu ilçesinde yer alan Kemal Akpınar İmam Hatip Ortaokulu, Beyhekim İmam Hatip Ortaokulu, Mehmet Nuri Küçükköylü İmam Hatip Ortaokulu, Selçuklu Belediyesi Ortaokulu ve Şerife Akkanat Ortaokulu, öğrencileri içerisinde çalışmaya gönüllü olarak katılan 279 tane öğrenciyi kapsamaktadır. Araştırmaya 139 kız, 140 tane erkek öğrenci katılmıştır.

2.5. Araştırmanın Problemleri

7. ve 8. Sınıfta okuyan ergenlerin bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada, ergenlerin bağlanma stillerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri olan iletişim becerileri, problem çözme becerileri, stresle başa çıkma becerileri, kendilik değerini arttıran beceriler ile arasında anlamlı farklılık olup olmadığı bu farklılığın pozitif ya da negatif yönde ne tür bir etkisi olduğu araştırılmıştır. Ayrıca bağlanma stilleri ve sosyal duygusal öğrenme becerilerinin cinsiyet, yaş, sınıf, anne-baba yaşam durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, ekonomik durum, bebeklikte bakım veren, yaşanan aile tipi, anne-baba ve arkadaş iletişim durumları ve okul başarısı gibi değişkenler ile aralarında anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığı bu araştırmanın alt problemlerini oluşturmaktadır.

2.6. Veri Toplama Araçlarına İlişkin Bilgiler

Veri toplama araçları aşağıda sıralanmıştır.

1-Sosyal-Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği (SDÖBÖ)

2-İlişki ölçekleri

3-Kişisel Bilgi Formu

2.6.1. Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği

Araştırma kapsamında öğrencilerin sosyal duygusal öğrenme becerilerini bu becerilerin alt boyutları olan problem çözme becerisini, kendilik değerini artıran becerilerini, stresle başa çıkma becerisini ve iletişim becerisini ölçmek için Kabakçı ve Owen (2010: 156) tarafından geliştirilen 40 maddelik 4 lü likert tipi ölçek kullanılacaktır. Problem çözme becerileri 11 madde, kendilik değerini artıran beceriler 10 madde, stresle başa çıkma becerileri 10 madde ve iletişim becerileri 9 madde ile ölçülmektedir.

Maddeler (4) "Bana Tamamen Uygun", (3) "Bana Oldukça Uygun, (2) "Bana Pek Uygun Değil", (1) "Bana Hiç Uygun Değil" şeklinde derecelendirilebilmektedir. Ölçekten en düşük 40 en yüksek 160 puan alınabilmekte olup. Ölçek puanının yüksek olması sosyal duygusal öğrenme becerisinin yeterli olduğunu ölçek puanının düşük olması sosyal duygusal öğrenme becerisinin yeterli olmadığını gösterir. Kabakçı ve Owen (2010: 156) test tekrar test güvenilirliği ile ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik düzeyini ifade iç tutarlık katsayıları toplam puanı (0,85) alt boyutlarından; problem çözme becerileri (0,69), kendilik değerini artıran beceriler (0,82), stresle başa çıkma becerileri (0,70) ve iletişim becerileri (0,74) olarak hesaplanmıştır.

2.6.2. İlişki Ölçekleri

Araştırma kapsamında kullanılacak ölçek Bartholomew ve Hortiz (1991) tarafından geliştirilen ölçek Sümer ve Güngör (1999) ilişki ölçekleri anketi ergenlerin bağlanma stillerini belirlemek için kullanılan bu anket 17 maddeden oluşur. Bireyin korkulu, kayıtsız, güvenli, saplantılı bağlanma stilini ölçmede kullanılır. Ölçek maddelerine 1 ile 7 arasında değişen puan verilebilir. Ölçekten toplam puan elde edilmez. Korkulu, kayıtsız, güvenli, saplantılı bağlanma stili puanları ayrı ayrı hesaplanır. Güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri beşer madde ile ölçülürken saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri dörder madde ile ölçülmektedir. Anketin test tekrar test güvenilirliği 0,54 ile 0,78 arasında, iç tutarlık katsayı da 0,27 ile 0,61 arasında değişmektedir.

2.6.3. Kişisel Bilgi Formu

Öğrencilerin cinsiyet, yaş, öğrenim gördükleri sınıf düzeyi akademik başarıları, ekonomik durumları, anne baba eğitim, çalışma ve birliktelik durumları, yaşanan aile tipi, bebeklikte bakım veren, algılanan anne- baba arkadaş iletişim durumları gibi demografik bilgilere ulaşmak için araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

2.7. Verilerin Analizi

Araştırmanın verileri çalışma grubuna uygulanan ilişki ölçekleri anketi, sosyal duygusal öğrenme becerileri ölçeği ve kişisel bilgi formu yoluyla elde edilmiştir. Anketlerden elde edilen veriler SPSS programına girilmiştir. Gerekli düzenlemeler yapılarak analizler gerçekleştirilmiştir.

Normallik testleri sonucunda parametrik testlerin uygulanması gerekliliği ortaya çıkmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında, %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analiz sonuçlarına ulaşabilmek için SPSS 17.00 programı kullanılmıştır. Çalışma verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotların (ortalama, standart sapma) yanı sıra niceliksel verilerin karşılaştırılmasında, gruplar arası karşılaştırılmalarda fark testleri olarak Bağımsız t-Testi (Independent-Samples T) ile Oneway ANOVA testi ve çıkan farklılıklara neden olan grupları belirlemek için Tukey ve Hocberg GT2 testinden faydalanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde katılımcıların yapmış olduğu anket ve formlardan elde edilen veriler ve değişkenlere bağlı olarak yapılan istatistiksel analizlere tablolar halinde yer verilmiştir. Araştırmaya konu olan anketler 3 imam hatip ortaokulu 2 ortaokul olmak üzere 5 tane orta okulda 300 öğrenciye uygulanmıştır. Anketleri eksik ve hatalı dolduran 21 öğrenci değerlendirmeye alınmamıştır. Hesaplamalar 279 öğrenciden elde edilen veriler üzerinden yapılmıştır.

3.1. Katılımcıların Demografik Bilgilerinin Dağılımı

Tablo 3.1.1. Cinsiyet Dağılımı Frekans Analizi Sonuçları Tablosu

	Frekans	Yüzde
Kız	139	49,8
Erkek	140	50,2
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 139'u (%49,8) kız, 140'ı (%50,2) erkek öğrenci olmak üzere toplam 279 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Dengeli bir dağılım sağlanmıştır.

Tablo 3.1.2. Katılımcıların Sınıf Düzeyine Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
7. Sınıf	137	49,1
8. Sınıf	142	50,9
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 137'si (%49,1) 7. Sınıf öğrencisi 142'si (%50,9) 8. Sınıf öğrencisi olup dengeli bir dağılım sağlanmıştır.

Tablo 3.1.3. Katılımcıların Yaşa Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
12	24	8,6
13	106	38,0
14	137	49,1
15	12	4,3
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 24'ü(%8,6) 12 yaşında, 106'sı(%38,0) 13 yaşında, 137'si 14 yaşında, 12'si(%4,3) 15 yaşında olup 13 ve 14 yaş grubu 243(%87,1) kişi ile katılımcıların büyük çoğunluğunu oluşturmaktadır. 12 yaş grubu öğrenciler okula erken yaşta kayıt olanlar, 15 yaş grubu öğrenciler ise çeşitli nedenler ile okula ara veren veya geç yaşta kayıt olanlardır.

Tablo 3.1.4. Katılımcıların Kardeş Sayısına Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
1	12	4,3
2	98	35,1
3	112	40,1
4	41	14,7
5	10	3,6
6	4	1,4
7	2	,7
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 98'i (%35,1) kendisi ile birlikte 2 kardeş iken 112'si (%40,1) kendisi ile birlikte 3 kardeşe sahip olup kendisi ile birlikte 2 ve 3 kardeşe sahip olanlar 210 (%75,2) ile katılımcıların büyük bir çoğunluğunu oluşturmaktadır. Tek çocuk olan 12 (%4,3) kendisi ile birlikte 4 kardeşe sahip olanlar 41 (%14,7), 5 kardeşe sahip olanlar 10 (%3,6), 6 kardeşe ve 7 kardeşe sahip olanlar toplam 6 (%2,1) kişidir toplam katılımcı sayısı 279 olup katılımcıların hepsi soruya cevap vermiştir.

Tablo 3.1.5. Katılımcıların Anne Eğitim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Okuma Yazma Bilmiyor	6	2,2
Okur Yazar	16	5,7
İlkokul	95	34,1
Ortaokul	69	24,7
Lise	41	14,7
Üniversite	41	14,7
Lisans Üstü	11	3,9
Toplam	279	100,0

Katılımcıların annelerinin 95'i(%34,1) İlkokul mezunu, 69'u(%24,7) ortaokul mezunudur. 164(%58'8) kişi ile katılımcıların annelerinin büyük çoğunluğu ilkokul ve ortaokul mezunlarından oluşmaktadır. lise ve üniversite mezunu anne sayısı 41(%14,7) ile birbirine eşittir. Lisans üstü mezunu anne sayısı 11 (%3,9), okuma yazma bilmeyen anne sayısı 6 (%2,2) kişidir.

Tablo 3.1.6. Katılımcıların Baba Eğitim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Okuma Yazma Bilmiyor	1	,4
Okur Yazar	17	6,1
İlkokul	58	20,8
Ortaokul	57	20,4
Lise	66	23,7
Üniversite	56	20,1
Lisans Üstü	21	7,5
Toplam	276	98,9

Tablo 3.1-6 da katılımcıların babalarının 58' i (%20,8) ilkokul mezunu, 57'si (20,4) ortaokul mezunu 66'sı (23,7) lise mezunu 56'sı(20,1) üniversite mezunudur. Lise mezunu baba sayısı 66 (%23,7) ile katılımcıların babalarının eğitim durumu grupları içinde en çok sayıya sahip olan gruptur. İlkokul, ortaokul, lise ve üniversite mezunu babalar 237(%85) kişi ile katılımcıların baba eğitim durumları gruplarının çoğunluğunu oluşturmaktadır. Okuma yazma bilmeyen babası olan 1 katılımcı vardır. Baba kaybı yaşayan öğrencilerden 3 kişinin soruyu cevaplamadığı görülmüş olup soruya cevap veren öğrenci sayısı toplam 276 (%98,9) kişidir.

Tablo 3.1.7. Katılımcıların Ekonomik Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Düşük	13	4,7
Orta	240	86,0
Yüksek	26	9,3
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 13'ü (%4,7) ekonomik durumunu düşük olarak tanımlarken 240'ı (%86) orta 26'sı (%9,3) yüksek olarak tanımlamakta katılımcıların büyük bir çoğunluğunun sosyo-ekonomik seviyesi ortadır.

Tablo 3.1.8. Katılımcıların Anne-Baba Birliktelik Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Anne-Baba Birlikte	249	89,2
Anne- Baba Ayrı	23	8,2
Toplam	272	97,5
Kayıp Veri	7	2,5
Toplam	279	100,0

Tablo 3.1.8. de Katılımcıların 249'nun (%89,2) anne-babası birlikte iken 23'ünün (%8,7) anne babası ayrılmıştır. Soruya 7 kişi anne veya babası sağ olmadığı için cevap vermemiştir.

Tablo 3.1.9. Katılımcıların Anne-Baba Sağ Ölü Olma Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Anne Ölü Baba Sağ	3	1,1
Anne Sağ Baba Ölü	10	3,6
Anne ve Baba Sağ	266	95,3
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 266'sının(%95,3) anne ve babası hayata iken anne sağ baba ölü olan 10 (%3,6) kişi anne ölü baba sağ 3(%1,1) kişi vardır. Anne veya babadan herhangi birini kaybetmiş kişi sayısı 13 (%4,7) tür.

Tablo 3.1.10. Katılımcıların Anne Meslek Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Çalışmıyor	207	74,2
Memur	30	10,8
Esnaf	3	1,1
İşçi	15	5,4
Özel Sektör	13	4,7
Diğer	11	3,9
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 207'sinin (%74,2) annesi herhangi bir işte çalışmaz iken 30'unun (%10,8) annesi memur olarak görev yapmaktadır. Çalışan anne grubu içinde en yüksek sayıya memur anneler sahiptir. Esnaf anneler 3 (%1,1), işçi anneler

15 (%5,4), özel sektörde çalışan anneler 13 (%4,7) kişi olup, meslek durumuna diğer cevabını veren katılımcı sayısı 11 (%3,9) kişidir.

Tablo 3.1.11. Katılımcıların Baba Meslek Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Çalışmıyor	8	2,9
Memur	70	25,1
Esnaf	45	16,1
İşçi	69	24,7
Özel Sektör	48	17,2
Emekli	9	3,2
Diğer	24	8,6
Toplam	273	97,8
Kayıp Veri	6	2,2
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 70'inin (%25,1) babası memur, 69'unun (%24,7) babası işçi olup memur ve işçi grubu 139 (%49,8) ile çoğunluğu oluşturmaktadır. Çalışmayan babaların sayısı 8 (%2,9), esnaf babalar 45(%16,1) özel sektörde çalışan babalar 48(%17,2) emekli babalar 9 (%3,2) kişidir. Meslek durumuna diğer cevabını veren katılımcı sayısı 24 (%8,6) tür. Baba kaybı yaşayan katılımcılardan 6 (%2,2) tanesi soruya cevap vermemiştir. Soruya cevap veren katılımcı sayısı 273 (%97,8) kişidir.

Baba meslek gruplarına bakıldığında büyük bir çoğunluğun sosyo-ekonomik seviyesi orta gelir düzeyinde olabilecek mesleklerde çalıştığı görülmektedir.

Tablo 3.1.12. Katılımcıların Bebeklikte Bakım Veren Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Anne	62	22,2
Baba	1	,4
Her İkisi de	202	72,4
Bakıcı	2	,7
Diğer	12	4,3
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 62'si (%22,2) anne cevabını verirken 202'si (%72,4) her ikisi cevabını vermiştir. Baba cevabını veren 1 (%0,4) bakıcı cevabını veren 2(%0,7) diğer cevabını veren 12 (%4,3) kişidir. Katılımcıların tamamı soruya cevap vermiştir.

Tablo 3.1.13. Katılımcıların Aile Tipi Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Çekirdek Aile	227	81,4
Geniş Aile	37	13,3
Tek Ebeveyn	11	3,9
Evlat Edinme	2	,7
Üvey Anne-Baba	2	,7
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 227'si(%81,4) çekirdek aile de 37'si (%13,3) geniş ailede yaşamaktadır. Tek ebeveyn, üvey anne baba ve evlat edinme aile tipinde yaşayan 15 kişi katılımcıların % 5,3'ünü oluşturur. Soruya cevap veren toplam katılımcı sayısı 279 dur.

Tablo 3.1.14. Katılımcıların Anne İletişim Durumuna Göre Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Çok Kötü	6	2,2
Kötü	7	2,5
Orta	30	10,8
İyi	62	22,2
Çok iyi	174	62,4
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 174'ünün (%62,4) anne iletişimleri çok iyi iken 62'sinin(%22,2) anne iletişimleri iyidir. Anne iletişimi çok iyi ve iyi olanların toplamı 236 kişi ile katılımcıların % 84,6'sını oluşturmaktadır. Anne iletişimi çok kötü 6 (%2,2) ve kötü 7 (%2,5) toplam 13 ile katılımcıların % 4,7'sini oluşturmaktadır. Anne iletişimi orta olan katılımcı sayısı 30 (%10,8) dur. Anne kaybı yaşayan 3 katılımcı da soruyu cevaplamıştır. Soruyu cevaplayan toplam katılımcı sayısı 279 dur.

Tablo 3.1.15. Katılımcıların Baba İletişim Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Çok Kötü	8	2,9
Kötü	11	3,9
Orta	40	14,3
İyi	66	23,7
Çok iyi	146	62,4
Toplam	271	97,1
Kayıp Veri	8	2,9
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 146'sının (%52,3) baba iletişimleri çok iyi iken 66'sının(%23,7) baba iletişimleri iyidir. Baba iletişimi çok iyi ve iyi olanların toplamı 212 kişi ile

katılımcıların % 76 'sını oluşturmaktadır. Baba iletişimi çok kötü 8 (%2,9) ve kötü 11(%3,9) olanların toplamı 19 kişi ile katılımcıların % 6,8'sini oluşturmaktadır. Baba kaybı yaşayan katılımcılardan 8'i (%2,9) soruyu cevaplamamıştır. Soruyu cevaplayan toplam katılımcı sayısı 271 dir.

Tablo 3.1.16. Katılımcıların Arkadaş İletişim Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Çok Kötü	3	1,1
Kötü	8	2,9
Orta	26	9,3
İyi	96	34,4
Çok iyi	146	52,3
Toplam	279	100,0

Katılımcıların 146'sının (%52,3) arkadaş iletişimi çok iyi iken 96'sının (%34,4) arkadaş iletişimi iyidir. Arkadaş iletişimi çok iyi ve iyi olanların toplamı 242 kişi ile katılımcıların % 86,7'sini oluşturmaktadır. Arkadaş iletişimi çok kötü 3(%1,1) ve kötü 8 (%2,9) olanların toplamı 11 ile katılımcıların % 4'ünü oluşturmaktadır. Soruyu cevaplayan toplam katılımcı sayısı 279 dur.

Tablo 3.1.17. Katılımcıların Akademik Başarı Durumuna Göre Dağılım Frekans Analizi Sonuçları

	Frekans	Yüzde
Düşük	18	6,5
Orta	86	30,8
İyi	113	40,5
Çok iyi	62	22,2
Toplam	279	100,0

Tablo 3.1.17.' de katılımcıların 113'ünün (%40, 5) akademik başarısı iyi, 62'sinin (%22, 2) akademik başarısı çok iyidir. Akademik başarısı çok iyi ve iyi olanların toplamı 175 kişi ile katılımcıların % 62,7'sini oluşturmaktadır. Akademik başarısı düşük 18(%6, 5), orta 86 (%30,8) olanlar 104 kişi ile katılımcıların % 36'8 ini oluşturmaktadır. Soruyu cevaplayan toplam katılımcı sayısı 279 dur.

3.2. Demografik Değişkenlerle Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

Tablo 3.2.1. Cinsiyete İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	P
Güvenli Bağlanma	Kız	139	3,64	,952	0,62
	Erkek	140	3,87	1,05	
Korkulu Bağlanma	Kız	139	3,79	1,291	,228
	Erkek	140	3,61	1,146	
Kayıtsız Bağlanma	Kız	139	4,18	1,140	,254
	Erkek	140	4,02	1,195	
Saplantılı Bağlanma	Kız	139	3,45	1,138	,021*
	Erkek	140	3,78	1,222	

p<0,05*

Katılımcıların bağlanma stilleri alt boyutlarını ölçen İlişki ölçeklerine verdikleri cevaplar ile güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılıklarını ölçmek için Bağımsız t Testi gerçekleştirilmiştir. Bu testin tercih edilme sebebi cinsiyetin iki seçenekli bir değişken olmasıdır. %95 güven düzeyinde sig. (2-tailed) değerlerine bakıldığında saplantılı bağlanma stili cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterirken (p<0,05), güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma stilleri cinsiyete göre farklılık göstermemektedir (p>0,05). Analiz sonucunda cinsiyete göre saplantılı bağlanma stili anlamlı bir şekilde farklılık göstermiştir. Ortalamalar incelendiğinde erkeklerin ortalamaları kızlara oranla daha yüksektir. Saplantılı bağlanan bireylerin özellikleri olan kendine güvensizlik, başkalarını değerli görme gibi özelliklerin

ergenlik dönemi özellikleri ile benzer yönleri bulunmaktadır. Erkeklerin ergenliğe girişlerinin daha geç yaşta olması, erkeklerin ergenliğin yoğun yaşandığı bir dönemi yaşıyor olması anlamlı farklılığı sağlamış olabilir.

Tablo 3.2.2. Cinsiyete İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	P
İletişim Becerileri	Kız	139	3,02	,488	,052
	Erkek	140	2,90	,485	
Problem Çözme Becerileri	Kız	139	2,93	,521	,246
	Erkek	140	2,86	,570	
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Kız	139	2,29	,462	,149
	Erkek	140	2,38	,518	
Kendilik Değerini Arttıran Beceriler	Kız	139	3,17	,659	,274
	Erkek	140	3,08	,643	

$p < 0,05^*$

Katılımcıların sosyal duygusal öğrenme becerilerini ve alt boyutlarını ölçen sosyal duygusal öğrenme becerileri ölçeğine verilen cevaplar ile cinsiyete göre farklılıklarını ölçmek için Bağımsız t Testi gerçekleştirilmiştir.

%95 güven düzeyinde sig. (2-tailed) değerleri incelendiğinde sosyal duygusal öğrenme becerisi ve alt boyutları olan iletişim becerileri, problem çözme becerisi, stresle başa çıkma becerileri, kendilik değerini arttıran beceriler ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık ($p > 0,05$) yoktur. İletişim becerileri ile cinsiyet arasında anlamlı farklılığa yaklaşılmamasına rağmen anlamlı farklılık bulunamamıştır. Yapılan benzer araştırmalarda iletişim becerileri ve cinsiyet arasında kızlar lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Tablo 3.2.3. Yaş Grupları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	F	P
Güvenli Bağlanma	12	24	3,94	1,105	1,057	,368
	13	106	3,69	,946		
	14	137	3,81	,1,043		
	15	12	3,40	,890		
	Toplam	279	3,76	1,007		
Korkulu Bağlanma	12	24	3,80	,994	4,463	,004*
	13	106	3,42	1,064		
	14	137	3,83	1,311		
	15	12	4,52	1,354		
	Toplam	279	3,70	1,221		
Kayıtsız Bağlanma	12	24	3,67	1,010	1,796	,148
	13	106	4,05	1,173		
	14	137	4,19	1,155		
	15	12	4,45	1,445		
	Toplam	279	4,10	1,169		
Saplantılı Bağlanma	12	24	3,61	,929	,005	1,000
	13	106	3,62	1,202		
	14	137	3,60	1,239		
	15	12	3,64	1,105		
	Toplam	279	3,61	1,190		

P<0,05*

Katılımcıların güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma stillerini belirleyen ilişki ölçekleri anketine verilen cevapların yaş gruplarına göre farklılığı Anova Testi ile incelenmiştir. Anova Testi ikiden fazla değişkenlerin analizlerini ölçmede kullanılan bir yöntemdir.

%95 güven düzeyinde sig. (anlamlılık) değerleri incelendiğinde korkulu bağlanma stili yaş değişkenine göre anlamlı farklılık (P<0,05) göstermektedir. Farklılığın yaşandığı grubu öğrenmek için Tukey testi yapılmıştır. Post hoc analizleri sonucunda 13 ve 15 yaş gruplarında anlamlı farklılık görülmüştür. 15 yaşında olan kişilerin 13 yaşında olan kişilere göre korkulu bağlanma stillerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. 15 yaş grubu bireylerin özerklik deneyimlerinin ve arkadaşlık ilişkileri sonucu oluşturduğu deneyimlerin etkisi ile diğer kişilere karşı güvensizlik duygusu korkulu bağlanan bireylerin özelliklerinden olan başkalarına karşı duydukları güvensizlik duygusu ile paralellik gösterdiği düşünülebilir.

Tablo 3.2.4. Yaş Grupları ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	F	P
İletişim Becerileri	12	24	2,925	,481	,155	,926
	13	106	2,948	,490		
	14	137	2,980	,498		
	15	12	3,000	,446		
	Toplam	279	2,964	,489		
Problem Çözme Becerileri	12	24	2,893	,518	,860	,462
	13	106	2,862	,578		
	14	137	2,944	,543		
	15	12	2,727	,317		
	Toplam	279	2,899	,547		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	12	24	2,458	,577	,828	,479
	13	106	2,350	,483		
	14	137	2,321	,489		
	15	12	2,208	,431		
	Toplam	279	2,339	,492		
Kendilik Değeri Arttıran Becerileri	12	24	3,120	,624	3,876	,010*
	13	106	3,063	,699		
	14	137	3,225	,601		
	15	12	2,625	,577		
	Toplam	279	3,129	,651		

p<0,05*

Katılımcıların İletişim becerileri, problem çözme becerileri, stresle başa çıkma becerileri, kendilik değeri arttıran becerilerini belirleyen sosyal duygusal öğrenme becerilerini belirlemeye yönelik yapılan ankete verilen cevapların yaş gruplarına göre farklılığı Anova Testi ile incelenmiştir.

%95 güven düzeyinde sig. (anlamlılık) değerleri incelendiğinde kendilik değerini arttıran beceriler yaş değişkenine göre anlamlı farklılık (P<0,05) göstermektedir. Farklılığın yaşandığı grubu öğrenmek için Tukey testi yapılmıştır. Post hoc analizleri sonucunda 15 yaş ve 14 yaş gruplarında anlamlı farklılık görülmüştür. 14 yaş grubu öğrencilerin 15 yaş grubu öğrencilere göre kendilik değerini arttıran becerilerin daha yüksek olduğu görülmüştür. Fiziksel ve duygusal değişimlerin yoğun yaşandığı bir dönem olan ergenlik dönemi kişinin kendilik algısının da düşük olduğu bir dönemdir. 15 yaş grubu öğrencilerin fiziksel değişimler, gelecek kaygısı, okul seçimi gibi stres faktörlerini daha yoğun yaşamaları

özgüven eksikliğine neden olabilir. Bu durum bireyin kendilik algısı olumsuz etkileyebilir.

Tablo 3.2.5. Ekonomik Duruma ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	F	P
Güvenli Bağlanma	Düşük	13	3,046	1,140	3,539	,030*
	Orta	240	3,789	1,005		
	Yüksek	26	3,853	,845		
	Toplam	279	3,760	1,007		
Korkulu Bağlanma	Düşük	13	3,461	,993	2,157	,118
	Orta	240	3,766	1,237		
	Yüksek	26	3,278	1,112		
	Toplam	279	3,706	1,221		
Kayıtsız Bağlanma	Düşük	13	3,830	1,341	,387	,680
	Orta	240	4,123	1,174		
	Yüksek	26	4,092	1,055		
	Toplam	279	4,106	1,169		
Saplantılı Bağlanma	Düşük	13	4,019	1,539	,813	,444
	Orta	240	3,603	1,175		
	Yüksek	26	3,538	1,148		
	Toplam	279	3,616	1,190		

p<0,05*

Katılımcıların güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma stillerini belirleyen ilişki ölçekleri anketine verilen cevapların ekonomik duruma göre farklılığı Anova Testi ile incelenmiştir.

%95 güven düzeyinde sig. (anlamlılık) değerleri incelendiğinde güvenli bağlanma stili ekonomik durum değişkenine göre anlamlı farklılık (P<0,05) göstermektedir. Farklılığın yaşandığı grubu öğrenmek için Tukey testi yapılmıştır. Post hoc analizleri sonucunda Ekonomik durumunu yüksek ve orta olarak tanımlayan katılımcılar ile düşük olarak tanımlayan katılımcılar arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Ekonomik durumunu yüksek ve orta tanımlayan katılımcıların düşük tanımlayan katılımcılara göre güvenli bağlanma stilleri yüksektir. Ailelerin sosyo ekonomik düzeyinin belli bir seviyenin üstünde olması aile içinde daha az kaygı ve stres yaşanmasını sağlar. Bu da aile içi iletişimin kuvvetli olması için önemli bir etkidir. Bu durum ekonomik seviyesi yüksek ve orta olanların güvenli bağlanma

stilleri ortalamalarının ekonomik seviyesi düşük olanlara göre daha yüksek çıkmasını sağlamış olabilir.

Tablo 3.2.6. Anne Çalışma Durumuna İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	F	P
İletişim Becerileri	Çalışmıyor	207	2,961	,473	,572	,721
	Memur	30	2,863	,600		
	Esnaf	3	3,111	,769		
	İşçi	15	3,022	,528		
	Özel Sektör	13	3,094	,387		
	Diğer	11	3,030	,499		
	Toplam	279	2,946	,489		
	Problem Çözme Becerileri	Çalışmıyor	207	2,916		
Memur	30	2,812	,559			
Esnaf	3	3,212	,670			
İşçi	15	2,818	,646			
Özel Sektör	13	2,986	,452			
Diğer	11	2,743	,513			
Toplam	279	2,899	,547			
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Çalışmıyor	207	2,354	,478	,846	,518
	Memur	30	2,266	,551		
	Esnaf	3	2,766	,568		
	İşçi	15	2,360	,592		
	Özel Sektör	13	2,230	,480		
	Diğer	11	2,236	,441		
	Toplam	279	2,339	,492		
	Kendilik Değeri Arttıran Becerileri	Çalışmıyor	207	3,188		
Memur		30	2,730	,799		
Esnaf		3	3,633	,321		
İşçi		15	2,900	,674		
Özel Sektör		13	3,061	,603		
Diğer		11	3,354	,713		
Toplam		279	3,129	,651		

p<0,05*

Katılımcıların iletişim becerileri, problem çözme becerileri, stresle başa çıkma becerileri, kendilik değeri arttıran becerilerini belirleyen sosyal duygusal öğrenme becerilerini belirlemeye yönelik yapılan ankete verilen cevapların anne eğitim durumuna göre farklılığı Anova Testi ile incelenmiştir.

%95 güven düzeyinde sig. (anlamlılık) değerleri incelendiğinde kendilik değerini arttıran beceriler anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık ($P<0,05$) göstermektedir. Farklılığın yaşandığı grubu öğrenmek için Tukey testi yapılmıştır. Post hoc analizleri sonucunda çalışmayan ve memur anneye sahip gruplar arasında anlamlı farklılık görülmüştür. Çalışmayan anneye sahip öğrencilerin memur annelere göre kendilik değerini arttıran becerilerin daha yüksek olduğu görülmüştür. İş yaşamının vermiş olduğu stres ve kaygı, bunun yanında kişinin ailesi ve kendisine ayıracağı zamanın azalması, aile içi iletişimi zayıflattığı düşünülebilir. Bu durum da kendilik değerini arttıran becerileri etkilemiş olabilir. Tablo 3.2.7. Anne iletişimi çok iyi olanların ile kendilik değerini arttıran becerileri yüksek bulunmuştur.

Tablo 3.2.7. Anne İletişim Durumları ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	F	P
İletişim Becerileri	Çok kötü	6	2,685	,634	3,230	,013*
	Kötü	7	2,857	,399		
	Orta	30	2,748	,590		
	İyi	62	2,910	,469		
	Çok iyi	174	3,035	,463		
	Toplam	279	2,964	,489		
Problem Çözme Becerileri	Çok kötü	6	2,257	,485	11,959	,000*
	Kötü	7	2,376	,679		
	Orta	30	2,509	,544		
	İyi	62	2,832	,413		
	Çok iyi	174	3,034	,526		
	Toplam	279	2,899	,547		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Çok kötü	6	1,933	,637	3,357	,011*
	Kötü	7	2,185	,313		
	Orta	30	2,116	,505		
	İyi	62	2,353	,410		
	Çok iyi	174	2,392	,503		
	Toplam	279	2,339	,492		
Kendilik Değeri Arttıran Becerileri	Çok kötü	6	2,200	,532	13,472	,000*
	Kötü	7	2,871	,760		
	Orta	30	2,676	,6162		
	İyi	62	2,956	,642		
	Çok iyi	174	3,310	,576		
	Toplam	279	3,129	,651		

$p<0,05^*$

Tablo 3.2.7.' de katılımcıların algıladıkları anne iletişimleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri olan iletişim becerileri, problem çözme becerileri, stresle başa çıkma becerileri, kendilik değerini arttıran beceriler arasında anlamlı farklılıklar($p<0,05$) vardır. Farklılığın yaşandığı grupları öğrenmek için Tukey testi yapılmıştır. Post hoc analiz sonuçları incelendiğinde katılımcıların anne iletişimi orta olanlar ile anne iletişimi çok iyi olanların iletişim becerilerinde anlamlı farklılık vardır. Anne iletişimi çok iyi olanların anne iletişimi orta olanlara göre iletişim becerileri daha yüksektir.

Katılımcıların problem çözme becerileri, anne iletişimleri çok iyi, iyi, orta, kötü ve çok kötü olanlar arasında anlamlı farklılıklar vardır. Post hoc analiz sonuçları incelendiğinde çok iyi iletişime sahip olanların orta kötü ve çok kötü iletişime sahip olanlardan problem çözme becerileri daha yüksektir. İyi iletişime sahip olanlarında orta kötü ve çok kötü iletişime sahip olanlara göre yüksek problem çözme becerisi vardır. Orta, kötü ve çok kötü anne iletişimi olan katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık yoktur. Stresle başa çıkma beceri analiz sonuçlarında çok iyi anne iletişimi olan katılımcıların orta anne iletişimi olan katılımcılara göre stresle başa çıkma becerisi daha yüksektir. Katılımcıların anne iletişimleri çok iyi olanların iyi, orta ve çok kötü anne iletişimine sahip olanlara göre kendilik değerini arttıran becerileri daha yüksektir. Anne iletişimi iyi olan katılımcılar, çok kötü olan katılımcılara göre daha yüksek kendilik değeri becerisine sahip iken iyi, orta, kötü ve çok kötü arasında anlamlı farklılıklar yoktur.

Anne ile iletişimlerinin iyi olduğunu düşünen ergenlerin sosyal duygusal öğrenme becerilerinin kötü olan ergenler ile anlamlı farklılaşmanın olması annenin bireyin hayatında ne kadar önemli olduğunu gösterdiği düşünülebilir.

Tablo 3.2.8. Baba İletişim Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	F	P
İletişim Becerileri	Çok kötü	8	2,833	,557	1,892	,112
	Kötü	11	2,777	,530		
	Orta	40	2,850	,538		
	İyi	66	2,922	,476		
	Çok iyi	146	3,029	,466		
	Toplam	271	2,961	,487		
Problem Çözme Becerileri	Çok kötü	8	2,397	,740	8,246	,000*
	Kötü	11	2,413	,630		
	Orta	40	2,693	,570		
	İyi	66	2,888	,452		
	Çok iyi	146	3,034	,516		
	Toplam	271	2,904	,549		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Çok kötü	8	2,062	,537	2,220	,067
	Kötü	11	2,136	,602		
	Orta	40	2,222	,534		
	İyi	66	2,345	,418		
	Çok iyi	146	2,400	,500		
	Toplam	271	2,339	,496		
Kendilik Değeri Arttıran Becerileri	Çok kötü	8	2,675	,957	8,186	,000*
	Kötü	11	2,590	,514		
	Orta	40	2,842	,665		
	İyi	66	3,106	,648		
	Çok iyi	146	3,297	,563		
	Toplam	271	3,136	,643		

p<0,05*

Katılımcıların algıladıkları baba iletişimleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri olan, problem çözme becerileri, kendilik değerini arttıran beceriler arasında anlamlı farklılıklar(p<0,05) vardır. Farklılığın yaşandığı grupları öğrenmek için Tukey testi yapılmıştır. Post hoc analiz sonuçları incelendiğinde katılımcıların problem çözme becerileri baba iletişimi çok iyi olanların iyi, orta ,kötü ve çok kötü olanlara göre daha yüksek iken iyi, orta, kötü ve çok kötü arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Katılımcıların kendilik değerini arttıran becerileri baba iletişimi çok iyi olanların orta, kötü ve çok kötü olanlardan daha yüksektir. Baba iletişimi iyi, orta, kötü ve çok kötü olanlar arasında anlamlı farklılık yoktur.

Bireylerin algıladığı baba iletişim seviyesi anne iletişim seviyesi kadar bireyler üzerinde etkili olmasa da bireylerin sosyal duygusal öğrenme becerilerini etkilediği düşünülebilir.

Tablo 3.2.9. Arkadaş İletişim Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

	N	X	Ss.	F	P	
İletişim Becerileri	Çok kötü	3	2,407	,231	3,336	,011*
	Kötü	8	2,820	,469		
	Orta	26	3,042	,471		
	İyi	96	2,694	,676		
	Çok iyi	146	2,924	,487		
	Toplam	279	2,964	,489		
Problem Çözme Becerileri	Çok kötü	3	2,181	,240	2,174	,072
	Kötü	8	2,681	,518		
	Orta	26	2,776	,530		
	İyi	96	2,914	,566		
	Çok iyi	146	2,938	,533		
	Toplam	279	2,899	,547		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Çok kötü	3	2,233	,351	,543	,704
	Kötü	8	2,2375	,329		
	Orta	26	2,4385	,529		
	İyi	96	2,363	,499		
	Çok iyi	146	2,313	,492		
	Toplam	279	2,339	,492		
Kendilik Değeri Arttıran Becerileri	Çok kötü	3	1,8000	,264	5,054	,001*
	Kötü	8	2,6375	,846		
	Orta	26	3,0115	,713		
	İyi	96	3,1844	,620		
	Çok iyi	146	3,1678	,617		
	Toplam	279	3,1290	,651		

p<0,05*

Farklılığı Anova Testi ile incelenmiştir. %95 güven düzeyinde sig. (anamlılık) değerleri incelendiğinde iletişim becerileri ve kendilik değerini arttıran beceriler ile arkadaş iletişimi arasında anlamlı farklılık (P<0,05) vardır. Farklılığın yaşandığı grubu öğrenmek için Hocberg GT2 post hoc analizleri kullanılmıştır. Arkadaş

iletişimleri çok iyi ve iyi olanların çok kötü olanlardan iletişim becerileri daha yüksektir. Kendilik değerini arttıran beceriler üzerinde arkadaş iletişimi çok kötü olanlar ile diğer tüm gruplar arasında anlamlı bir ilişki vardır. Çok kötü iletişime sahip olanların kendilik değeri arttıran beceriler diğerlerine göre düşüktür. Ergenin sağlıklı bir kişilik gelişimi geçirebilmesi için kurmuş olduğu arkadaşlık ilişkisi önemlidir. Ergen kimliğini kurmuş olduğu sosyal ilişkiler ile oluşturur. Ergen arkadaşları tarafından onaylanmak ve kabul görmek ister. Arkadaşları ile kötü iletişime sahip olan ergenlerin kendilik değeri becerilerinin düşük olduğu görülmüştür.

Tablo 3.2.10. Okul Başarı Durumu ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	F	P
Güvenli Bağlanma	Başarısız	18	3,677	1,152	1,419	,237
	Orta	86	3,593	,959		
	İyi	113	3,883	1,009		
	Çok iyi	62	3,793	1,015		
	Toplam	279	3,760	1,007		
Korkulu Bağlanma	Başarısız	18	3,750	1,188	,887	,448
	Orta	86	3,875	1,358		
	İyi	113	3,641	1,105		
	Çok iyi	62	3,578	1,235		
	Toplam	279	3,706	1,221		
Kayıtsız Bağlanma	Başarısız	18	3,955	1,193	3,887	,010*
	Orta	86	4,218	1,167		
	İyi	113	3,860	1,131		
	Çok iyi	62	4,445	1,153		
	Toplam	279	4,106	1,169		
Saplantılı Bağlanma	Başarısız	18	3,680	1,660	,201	,895
	Orta	86	3,590	1,196		
	İyi	113	3,575	1,148		
	Çok iyi	62	3,709	1,125		
	Toplam	279	3,616	1,190		

p<0,05*

Tablo 3.2.10.' nun farklılığı Anova Testi ile incelenmiştir. %95 güven düzeyinde sig. (anamlılık) değerleri incelendiğinde kayıtsız bağlanma ile okul başarısı arasında anlamlı farklılık ($P<0,05$) göstermektedir. Farklılığın yaşandığı grubu öğrenmek için Tukey post hoc analizleri sonucunda okul başarısı çok iyi olanların iyi olanlara göre kayıtsız bağlanma stili daha yüksektir.

Ergenlik dönemi okul başarısını en çok etkileyen nedenlerden bir tanesi ergenlerin arkadaşlık ilişkileridir. Ergenlik döneminde arkadaş ergen için her şeyden daha önemlidir. Kayıtsız bağlanan ergenlerin çevre ile iletişim kurmaktan kaçınmaları ilgisini derslerine yöneltmesini sağlamış olabilir.

Tablo 3.2.11. Okul Başarı Durumu ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiye Ait Analiz Sonuçları

		N	X	Ss.	F	P
İletişim Becerileri	Başarısız	18	2,808	,522	3,494	,016*
	Orta	86	2,873	,505		
	İyi	113	2,980	,484		
	Çok iyi	62	3,107	,437		
	Toplam	279	2,964	,489		
Problem Çözme Becerileri	Başarısız	18	2,449	,590	8,086	,000*
	Orta	86	2,786	,548		
	İyi	113	2,977	,525		
	Çok iyi	62	3,045	,481		
	Toplam	279	2,899	,547		
Stresle Başa Çıkma Becerileri	Başarısız	18	2,094	,477	6,129	,000*
	Orta	86	2,226	,475		
	İyi	113	2,365	,505		
	Çok iyi	62	2,517	,432		
	Toplam	279	2,339	,492		
Kendilik Değerini Arttıran Beceriler	Başarısız	18	2,594	,464	8,797	,000*
	Orta	86	2,980	,677		
	İyi	113	3,292	,578		
	Çok iyi	62	3,191	,670		
	Toplam	279	3,129	,651		

$p<0,05^*$

Tablo 3.2.11.' in farklılığı Anova Testi ile incelenmiştir. %95 güven düzeyinde sig. (anlamlılık) değerleri incelendiğinde iletişim, problem çözme, stresle başa çıkma ve kendilik değerini arttıran becerileri ile okul başarısı anlamlı farklılık ($P<0,05$) göstermektedir.

Farklılığın yaşandığı grubu öğrenmek için Tukey post hoc analizleri sonucunda okul başarısı çok iyi olanların orta olanlara göre iletişim becerileri daha yüksektir. Okul başarısı çok iyi olanların okul başarısı orta ve düşük olanlardan, okul başarısı orta olanlarında okul başarısı düşük olanlardan, okul başarısı iyi olanlarında okul başarısı düşük olanlardan daha yüksek problem çözme becerilerine sahiptir. Stresle başa çıkma becerileri okul başarısı çok iyi olanların orta ve düşük okul başarısına sahip olanlardan daha yüksektir. Çok iyi ve iyi okul başarısına sahip olanların orta ve düşük okul başarısına sahip olanlardan kendilik değerini arttıran becerileri daha yüksektir. Sosyal duygusal öğrenme becerilerinin akademik beceriler üzerinde etkisinin olduğu söylenebilir.

3.3. Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İstatistiksel Analizi

3.3.1. Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişki

		Güvenli Bağlanma	Korkulu Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	İletişim Becerileri	Problem Çözme Becerileri	Stresle Başa Çıkma Becerileri	Kendilik Değerini Arttıran Becerileri
Güvenli Bağlanma	r	1	-,202**	-,038	,045	,089	,147*	,088	,141*
	p		,001	,528	,456	,139	,014	,143	,019
	N	279	279	279	279	279	279	279	279
Korkulu Bağlanma	r	-,202**	1	,360**	,007	-,003	,037	,095	-,053
	p	,001		,000	,905	,962	,537	,113	,374
	N	279	279	279	279	279	279	279	279
Kayıtsız Bağlanma	r	-,038	,360**	1	-,126*	,073	,098	,094	,122*
	p	,528	,000		,035	,224	,101	,116	,041
	N	279	279	279	279	279	279	279	279
Saplantılı Bağlanma	r	,045	,007	-,126*	1	,171**	,070	,127*	-,174**
	p	,456	,905	,035		,004	,241	,034	,003
	N	279	279	279	279	279	279	279	279

** p<0.001

*p<0.05

r Değerleri ve Yorumları:

0,00 - 0,25: Çok Zayıf

0,26 - 0,49: Zayıf

0,50 - 0,69: Orta

0,70 - 0,89: Yüksek

0,90 - 1,00: Çok Yüksek

3.3.1. ve 3.3.2. Tablolarında bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişki korelasyon analizine göre incelenmiştir.

Güvenli bağlanma ile korkulu bağlanma arasında negatif çok zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r = -.202$, $p = .001$). Güvenli bağlanma ile problem çözme becerileri

arasında pozitif çok zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r = .147$, $p = .014$). Güvenli bağlanma ile kendilik değerini arttıran beceriler arasında pozitif çok zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r = .141$, $p = 0.19$). Dörtlü bağlanma modeline göre güvenli bağlanma stiline sahip olan bireylerin olumlu kendilik ve başkaları algıları vardır. Güvenli bağlanan bireyler kendilerini değerli bulurken, sosyal ilişki içerisinde oldukları kişilere de değer verirler. Korkulu bağlanan bireyler içinse durum tam tersidir. Bu bireyler kendilerine değer vermezler, sosyal ilişki kurmak istemezler, güven problemleri yaşarlar. Bu iki bağlanma stiline benlik ve başkaları modeline göre benzer yönlerinin olmaması nedeni ile negatif yönlü anlamlılık bulunmuş olabilir. Güvenli bağlanan bireylerin sahip olduğu olumlu sosyal özellikler problem çözme ve kendilik değeri becerilerini de pozitif yönlü anlamlı şekilde etkilediği düşünülebilir.

Korkulu bağlanma ile kayıtsız bağlanma arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r = .360$, $p = .000$). Kayıtsız bağlanma ile saplantılı bağlanma arasında negatif çok zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r = -.126$, $p = .035$). Kayıtsız bağlanma ile kendilik değerini arttıran beceriler arasında pozitif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r = .122$, $p = .041$). Kayıtsız bağlanan bireylerin dörtlü bağlanma modeline göre sahip olduğu özellikler incelendiğinde olumlu kendilik algısına sahip iken olumsuz başkaları algısına sahiptir. Bu bireyler bağımsızlıklarına düşkündür, sosyal ilişkileri ise gereksiz gören kişilerdir. Korkulu bağlanan bireyler ise hem kendilerine hem de başkalarına değer vermezler ve ilişki kurmak istemezler. Korkulu ve kayıtsız bağlanma stillerine sahip olan bireylerin başkaları algısının benzer olması pozitif anlamlı ilişkiyi sağlamış olabilir. Saplantılı bağlanan bireyler ise kendilerini değersiz başkalarını ise gereğinden fazla değerli görürler. Bu bireyler için sosyal ilişkiler çok önemlidir. Bu iki bağlanma stiline özellik bakımından birbirlerinin zıttı olması negatif yönlü anlamlı ilişkiyi oluşturmuş olabilir. Kayıtsız bağlanan bireylerin kendilik algıları yüksektir. Kendilik değeri becerileri gelişmiş kişilerin de kendilerine karşı yüksek saygısı ve özgüveni vardır. Kayıtsız bağlanma ve kendilik değeri becerileri arasında ki ortak noktaların pozitif yönlü anlamlı ilişki oluşturduğu düşünülebilir.

Saplantılı bağlanma ile iletişim becerileri arasında pozitif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=.171$, $p=.004$). Saplantılı bağlanma ile stresle başa çıkma becerileri arasında pozitif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=.127$, $p=.034$). Saplantılı bağlanma ile kendilik değerini arttıran beceriler arasında negatif yönde çok zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=-.174$, $p=.003$). Saplantılı bağlanan bireylerin sosyal ilişkilerde takıntılı olması, başkalarını değerli kendini ise değersiz görüyor olması gibi özellikleri sosyal ilişki kurma, başlatma, sürdürme gibi konuları olumlu yönde etkileyebilir. Bu durum da iletişim becerileri ile saplantılı bağlanma stili arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki oluşturur iken kendilik değerini arttıran beceriler ile de negatif yönlü bir ilişki oluşturur diyebiliriz.

Bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasında oluşan ilişkiler anne ve baba ile çocuklar arasında kurulan iletişimin ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Bağlanma stilleri alt boyutları olan güvensiz bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerilerinin alt boyutları arasında oluşan pozitif yönlü ilişkiler her ne kadar olumlu görülse de kişinin takıntıları, benliğini korumak için takındığı tavırları sosyal duygusal öğrenme becerilerinin bazı alt boyutları ile pozitif yönlü anlamlı ilişkinin çıkmasına neden olmuş olabilir. Bu durum sürdürülebilir ve sağlıklı olmayabilir.

3.3.2. Bağlanma Stilleri ve Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişki

		Güvenli Bağlanma	Korkulu Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma	Saplantılı Bağlanma	İletişim Becerileri	Problem Çözme Becerileri	Stresle Başa Çıkma Becerileri	Kendilik Değerini Arttıran Becerileri
İletişim Becerileri	r	,089	-,003	,073	,171**	1	,548**	,363**	,367**
	p	,139	,962	,224	,004		,000	,000	,000
	N	279	279	279	279	279	279	279	279
Problem Çözme Becerileri	r	,147*	,037	,098	,070	,548**	1	,455**	,469**
	p	,014	,537	,101	,241	,000		,000	,000
	N	279	279	279	279	279	279	279	279
Stresle Başa Çıkma Becerileri	r	,088	,095	,094	,127*	,363**	,455**	1	,273**
	p	,143	,113	,116	,034	,000	,000		,000
	N	279	279	279	279	279	279	279	279
Kendilik Değerini Arttıran Beceriler	r	,141*	-,053	,122*	-,174**	,367**	,469**	,273**	1
	p	,019	,374	,041	,003	,000	,000	,000	
	N	279	279	279	279	279	279	279	279

** p<0.001

*p<0.05

r Değerleri ve Yorumları:

0,00 - 0,25: Çok Zayıf

0,26 - 0,49: Zayıf

0,50 - 0,69: Orta

0,70 - 0,89: Yüksek

0,90 - 1,00: Çok Yüksek

3.3.1. ve 3.3.2. Tablolarında bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişki korelasyon analizine göre incelenmiştir.

İletişim becerileri ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=.548$, $p=.000$). İletişim becerileri ile stresle başa çıkma becerileri arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=.363$,

$p=.000$). İletişim becerileri ile kendilik değerini arttıran beceriler arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=.367$, $p=.000$).

Problem çözme becerileri ile stresle başa çıkma becerileri arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=.455$, $p=.000$). Problem çözme becerileri ve kendilik değerini arttıran beceriler arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=.469$, $p=.000$).

Stresle başa çıkma becerileri ile kendilik değerini arttıran beceriler arasında pozitif yönde zayıf ve anlamlı bir ilişki vardır ($r=.273$, $p=.000$).

Sosyal duygusal öğrenme becerileri alt boyutlarının kendi aralarında pozitif yönlü ilişkileri vardır. Problem çözme becerisi içerisinde iletişim, stresle başa çıkma becerileri ve kendilik değerini arttıran becerileri de barındırır. Bireylerin problem çözebilmesi için doğru iletişimi kurması, duygularını tanıyabilmesi ve kontrol edebilmesi ve kendine güven duyması gerekmektedir. Bu neden ile sosyal duygusal öğrenme becerilerinin alt boyutları arasında ilişkinin bulunması olağandır diyebiliriz.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM SONUÇ VE ÖNERİLER

4.1 Sonuç ve Tartışma

İnsanlar sosyal varlıklardır. Bu yüzden birlikte ve uyum içinde yaşamaları, onların mutlu ve huzurlu bir yaşam sürdürmelerini sağlayacaktır. Sosyal becerilerin doğru ve yerinde kullanılması ile başarılı bir iletişim kurulabilir. Sosyal becerileri doğru kullanabilmek için duyguların farkında olmak ve onları kontrol edebilmek önemlidir. Duygularının farkında olan, onları kontrol edebilen sosyal becerilerini doğru bir şekilde kullanan bireyler, karşılaştığı problemleri kolaylıkla çözebilir, stresli durumlar ile başa çıkabilir, doğru ve kolay iletişim kurabilir, kendisi ile barışıktır, kendisini kabul eder. Sosyal duygusal öğrenme becerileri bireylerin hayatları için bu kadar önemli iken bu becerilerin kazanılması ile bebek ve anne veya bakım veren ilişkisinin kalitesi yani kişinin bağlanma şekli arasındaki ilişkinin ergenlik dönemi gibi duygu kontrolüne ihtiyaç duyulan sosyalleşmenin, yoğun bir şekilde yaşandığı dönemde birbirlerini nasıl etkilediği bu çalışmada bağlanma stillerinin ergenlik dönemi sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerine etkileri adı ile incelenmiştir. Araştırmamızda 7. ve 8. sınıf öğrencileri yer almıştır. İlk ergenlik dönemi olması nedeni ile duyguların yoğun yaşandığı, duygu değişimlerinin hızlı olduğu bir dönemdir. Çalışmada bağlanma stilleri alt boyutları olan güvenli bağlanma, korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri olan iletişim becerileri, problem çözme becerileri, stresle başa çıkma becerileri ve kendilik değerini arttıran becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu alt boyutlar ile katılımcıların demografik özellikleri cinsiyet, sınıf düzeyi, yaş, anne-baba eğitim durumu, anne-baba sağ-ölü olma durumu, anne-baba birliktelik durumu, ekonomik durum, bebeklikte bakım, aile tipi, anne-baba-arkadaş iletişim durumları, akademik başarıları gibi durumlar ile analizleri yapılmıştır.

Araştırmada bağlanma stillerini ölçmek için ilişki ölçekleri anketi, sosyal duygusal öğrenme becerilerini ölçmek için SDÖBÖ' yü, demografik özellikleri öğrenmek için kişisel bilgi formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda cinsiyetin sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerinde etkisi bulunmazken, ergenlerin SDÖB ile cinsiyet değişkenine göre farklılaşmanın olup olmamasının incelendiği benzer araştırma sonuçlarına bakıldığında da farklılaşma bulunamamıştır (Merter , 2013: 86-87) . Yine başka bir araştırmada da 6. 7. ve 8. sınıflara yapılan araştırma sonuçlarında kızların SDÖB daha yüksek çıkmıştır (Durualp, 2014: 23-25).

Cinsiyet ile bağlanma stilleri alt boyutlarından saplantılı bağlanma stilinde anlamlı farklılık vardır. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla saplantılı bağlanma stilleri daha yüksektir. Hazan ve Shaver (1987) bağlanma stilleri ile cinsiyet arasında farklılaşma bulamamışlardır. Bartholomew ve Horowitz (1991)ise bu araştırmacılardan farklı olarak bağlanma stillerini dörtlü bağlanma modeli ile cinsiyet değişkeni arasında, kadınların saplantılı bağlanma stilinin erkeklerden yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Sumbas ve Sezer (2017), ergenlerde anneye güvenli bağlanma ile kardeş sayısı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında anlamlı bir fark bulamamışlardır. Yaş değişkenine göre bağlanma stilleri alt boyutu olan korkulu bağlanma stilinin 15 yaşında olanların 13 yaşında olanlardan daha yüksek olduğu sosyal duygusal öğrenme becerileri alt boyutlarından olan kendilik değerini arttıran becerilerinin de 14 yaşında olanların 15 yaşında olanlardan daha yüksek olduğu analiz sonucunda bulunmuştur.

Ekonomik durum değişkenin güvenli bağlanma stili üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Ekonomik durumu yüksek ve orta olanların düşük olanlara göre güvenli bağlanma stili daha yüksektir. Onur (2006) ve Keskin'in (2007) yaptığı araştırmalarda da bağlanma stillerinin sosyo-ekonomik düzeye göre farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Anne meslek durumlarının kendilik değerini arttıran beceriler üzerinde etkisi vardır. Çalışmayan anneye sahip öğrencilerin kendilik değeri arttıran becerilerinin

memur anneye sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu analiz sonucunda bulunmuştur.

Anne-baba birliktelik durumunun sosyal duygusal öğrenme becerileri ve bağlanma stilleri üzerinde etkileri bulunamamıştır. Öztürk (2017) yaptığı çalışmada anne-baba birliktelik durumlarının problem çözme becerileri ve iletişim becerileri üzerinde etkili olduğunu, stresle başa çıkma ve kendilik değerini arttıran beceriler üzerinde etkili olmadığını söylemiştir.

Öğrencilerin algıladığı anne iletişimi ile sosyal duygusal öğrenme becerilerinin tüm alt boyutları ile anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Anne iletişimi çok iyi olan öğrencilerin anne iletişimi orta seviyede olan öğrencilere göre iletişim becerileri daha yüksektir. Problem çözme becerisi, anne iletişimi çok iyi olan ve iyi olan öğrenciler arasında farklılaşmamıştır. Anne iletişimi çok iyi ve iyi olan öğrenciler orta, kötü ve çok kötü anne iletişimine sahip öğrencilerden daha yüksek problem çözme becerisine sahiptir. Çok iyi anne iletişimi olan katılımcıların orta anne iletişimi olan katılımcılara göre stresle başa çıkma becerisi daha yüksektir. Katılımcıların anne iletişimleri çok iyi olanların iyi, orta ve çok kötü anne iletişimine sahip olanlara göre kendilik değerini arttıran becerileri daha yüksektir. Anne iletişimi ile bağlanma stilleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin algıladığı baba iletişimi ile problem çözme becerileri ve kendilik değerini arttıran beceriler arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. İki grupta da baba iletişimleri çok iyi olanların orta, kötü ve çok kötü olanlardan daha yüksek problem çözme ve kendilik değerini arttıran becerileri vardır. Problem çözme becerisi baba iletişimi çok iyi olanların, iyi iletişimi sahip olanlardan daha yüksektir. Kaya vd. (2012: 221)'nin araştırmasına göre anne ve baba iletişim şekli demokratik olan çocukların problem çözme becerileri daha yüksek çıkmaktadır. Yılmaz, (2014: 59-69)'ün araştırmasına göre ortaokul 6.7.8. sınıfta okuyan öğrencilerin sosyal ve duygusal becerileri ile anne baba ilişkileri arasında anlamlı ilişkiler vardır.

Öğrencilerin algıladıkları arkadaş iletişimi ile iletişim becerileri ve kendilik değerini arttıran beceriler arasında anlamlı farklılık vardır. Arkadaş iletişimi çok iyi ve iyi olanlar çok kötü arkadaş iletişimine sahip olanlardan daha yüksek iletişim becerisine sahiptir. Çok kötü arkadaş iletişimine sahip olanların diğer tüm gruplardan kendilik değeri arttıran becerileri düşüktür.

Akademik başarı ile sosyal duygusal öğrenme becerilerinin tüm alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar vardır. Okul başarısı çok iyi olanların orta olanlara göre iletişim becerileri daha yüksektir. Okul başarısı çok iyi olanların orta olanlara göre iletişim becerileri daha yüksektir. Okul başarısı çok iyi, iyi ve orta olanlar başarısız olanlardan, okul başarısı çok iyi olanlar da orta olanlardan daha yüksek problem çözme becerisine sahiptir. Stresle başa çıkma becerileri okul başarısı çok iyi olanların orta ve düşük okul başarısına sahip olanlardan daha yüksektir. Çok iyi ve iyi okul başarısına sahip olanların orta ve düşük okul başarısına sahip olanlardan kendilik değerini arttıran becerileri daha yüksektir.

Bağlanma stilleri ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde güvenli bağlanma stili ile problem çözme ve kendilik değerini arttıran beceriler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerin sahip oldukları bağlanma tarzı karşılaştıkları problemlerle nasıl başa çıkacaklarını belirleyen ve kişilik gelişimi üzerinde büyük öneme sahip olan bir unsurdur (Deniz, 2006). Özkafacı (2012: 52-59), çalışmasında anne tutumunun demokratik olmasının sosyal becerileri olumlu etkilediğinden bahsetmiştir. Güvenli bağlanmanın gerçekleşmesini sağlayan ana etkenin anne çocuk arasında kurulan ilişkinin kalitesi olduğu düşünüldüğünde anne tutumunun demokratik olması da çocukla kurulan ilişkinin pozitif olduğunu gösterebilir.

Kayıtsız bağlanma ile kendilik değerini arttıran beceriler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Saplantılı bağlanma ile iletişim becerileri ve stresle başa çıkma becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki, kendilik değerini arttıran beceriler ile de negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırmanın amacı bağlanma stillerinin sosyal ve duygusal öğrenme becerileri üzerindeki etkisini incelemektir. Bu amaca özgü olarak seçilen ölçeklerden elde edilen verilerin istatistiksel analizinde iki ölçek ve ölçeklerin bazı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Güvenli bağlanma stilleri ile problem çözme becerileri ve kendilik değerini artıran beceriler arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. Güvenli bağlanan bireyler kendisine ve çevresine saygılıdır. Yeni girdikleri çevrelere rahat uyum sağlarlar. Başkalarıyla kolay yakın ilişki kurarlar. Terk edilme, yalnız kalma korku ve kaygıları yoktur. Olumlu benlik imgelerine sahiptir. Güvenli bağlanan bireylerin özellikleri ile araştırmamızda bulunan sonuçların benzer yönleri vardır (Bowby, 2012).

Bartholomew ve Horowitz (1991)'e göre Kayıtsız bağlanan bireyler kendisini değerli çevresindekileri olumsuz ve değersiz görürler. Yakın ilişkilerde kayıtsızdırlar. Yakın ilişkiler onlar için gereksizdir. (Aktaran: Morsünbül, 2005: 35) Araştırmamızda kayıtsız bağlanma stilleri ile kendilik değerini artıran beceriler arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olması kayıtsız bağlanan bireylerin özellikleri ile benzerlik göstermektedir.

Bartholomew ve Horowitz (1991)'e göre Saplantılı bağlanan kişiler kendisini değersiz hisseder, buna karşın çevresindeki kişileri olumlu ve değerli görürler. İlişkiler konusunda takıntıları vardır. En belirgin özellikleri, kendine güven eksikliğidir.(Aktaran: Uzun, 2017: 10) Saplantılı bağlanan bireylerin özellikleri ile araştırmamız sonuçları benzerlik göstermektedir. Araştırmamızda da saplantılı bağlanma stili ile iletişim ve stresle başa çıkma becerileri arasında pozitif yönlü bir ilişki var iken kendilik değerini arttıran beceriler ile negatif yönlü ilişki vardır.

4.2 Öneriler

Bu araştırma da bağlanma stillerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Anne ve çocuk arasındaki bağlanma ilişkisi çocuğun sosyal duygusal gelişiminde önemli yere sahiptir. Sağlıklı bir sosyal ve

duygusal gelişim bireylerin olumlu bir ruh sağlığına sahip olmasını sağlayacaktır. Bu yüzden çocuk ve anne arasındaki bağlanma ilişkisinin ve özelliklerinin bilinmesi hem çocuk ruh sağlığı çalışanlarına, eğitimcilere hem de anne-babalara yardımcı olabilir.

Çocukların anneleri ile olan ilk yaşantıları içselleşerek bir bağlanma stili gerçekleşir. 0-2 yaş dönemi bağlanma için önemli bir dönemdir. Annenin çocuk ile kurduğu iletişimin kalitesinin sosyal ve duygusal ve ruhsal açıdan önemi anne-babalara anlatılmalıdır.

Bağlanma stilleri ile öğrencilerin sosyal ve duygusal öğrenme becerileri arasındaki somut ilişki göz önüne alınarak ebeveynlerin bu konuda bilinçlendirilmesi sosyal ve duygusal öğrenme becerilerine yönelik çıktıların geliştirilmesini sağlayabilecektir. Ergenlik döneminin başlaması ile ortaya çıkan uyum ve davranış sorunlarının erken dönem çocukluk yaşantılarının etkisinin anlaşılıp anne-baba becerilerini geliştirecek tedbirler alınabilir.

Daha geniş örneklem gruplarına, sevgi evleri gibi bakım veren kurumlarda yapılacak çalışmalar ile değişkenler arasındaki ilişkiler, bağlanma stilleri ve sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişki incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Atik, E. L. (2013). *Liseli Ergenlerde Bağlanma Stilleri ve Psikolojik Sağlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Öz-Yansıtma ve İç Görünümün Rolü*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Turan Akdağ, S. (2011). *Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Ebeveynlerinin Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Antalya.
- Altıntaş, C. Ö. (2009). *Duygusal Zeka Elemanlarının Liderlik Tarzları ve Örgütsel Sonuçlar Üzerindeki Etkisi*, Kocaeli: Isparta İlk İlköğretim Okullarında Bir Uygulama, Doktora Tezi, Gebze Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gebze.
- Ainsworth M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. and Wall S. (1978). *Pattern Of Attachment: A Psychological Study Of The Strange Situation*. Hillsdale, Nj: Erlbaum.
- Atak, H. ve Tastan, N. (2012). Romantic Relationships and Love. *Psikiyatride Guncel Yaklasimler - Current Approaches In Psychiatry*, 4 (4), 520.
- Allen J.P. and Lord D. (1999). Attachment in Adolescence. (Edited by: Jude Anne Casidy and Philip R. Shaver). *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*. New York: Guilford Press, 319-355.
- Aydın, B. (2005). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*, İstanbul: Nobel Basım.
- Bartholomew, K. and Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adolescents, *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bilgin, N. (2001). *İnsan İlişkileri ve Kimlik* (2. Baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Bowlby, J. (1999). *Attachment and Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma*. (Çeviren: Tuğrul Veli Soylu) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bretherton, J. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*. 28: 759-775.
- Cebeci, O. (2004) "*Psikanalitik Edebiyat Kuramı*" . İstanbul: İthaki Yayınları.
- Collins, N. L. and Read, S. J. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. (Edited by: Kim Bartholomew ve

- Daniel Perlman). *Attachment processes in adulthood* London: Jessica Kingsley, 53–92.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R. and Collins, N. L. (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation, and Adjustment in Adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74.5: 1380-1397.
- Crowell, J. A. and Treboux, D. (1995). A Review of Adult Attachment Measures: Implications for Theory and Research. *Social Development*, 4, 294-327.
- Crowell, J. A., Fraley, R. C. and Shaver, P. R. (2009). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment (Edited by: Jude Anne Casidy and Philip R. Shaver). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, New York: Guilford Press, 599-634.
- Cüceloğlu, D. (1993). Dıştan Denetimli Kişi. *Yaşadıkça Eğitim Dergisi*, 30, 4-5.
- Cüceloğlu, D. (1998). *İnsan ve Davranışı*. Ankara: Remzi Kitabevi.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 240-255.
- Çelen, N. (2011). *Ergenlik ve Genç Yetişkinlik*, İstanbul: Papatya Yayıncılık.
- Çetinkaya, Z. (2011). Öğretmen adaylarının iletişim becerilerine ilişkin görüşlerinin belirlenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19 (2), 567-576.
- Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde Bağlanma Stilleri İle Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 22, 89-99.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde Psikososyal Gelişim, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, *Adolesan Sağlığı II*, Sempozyum Dizisi, No:63: 19–21.
- Durualp, E. (2014). Ergenlerin Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerinin Cinsiyet ve Sınıfa Göre İncelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 26, 13-25.
- Dozier, M. and Kobak, R. R. (1992). Psychophysiology in attachment interviews: Converging evidence for deactivating strategies. *Child Development*, 63, 1473–1480.
- Elias, J. M., Arnold, H. and Hussey, S. H. (2003). EQ, IQ, And Effective Learning And Citizenship. (Edited by: M. J. Elias, H. Arnold, and C. S. Hussey). *EQ + IQ= best leadership practices for caring and succesful schools*. Thousand Oaks: Corvin Pres, 3-10

- Elias, M. J.Romasz, T. E. and Kantor, J. H. (2004). Implementation and evaluation of urban school-wide social–emotional learning programs. *Evaluation and Program Planning*, 27, 89–103.
- Ercan, Ö. (2002). *İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Aile Özellikleri, Öğrenilmiş Çaresizlik Düzeyleri ve Stresle Başa çıkma Yolları*, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Erden, M. ve Fidan,N. (1999). *Eğitime Giriş*, İstanbul: Alkım Yayınları.
- Eroğlu Akın, R. S. (2011). *Ergenlerde Bağlanma Stilleri, İnternet sosyal iletişim Ağlarının Kullanımı ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Karar Stratejileri. *Uluslar arası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3).
- Esen Aygün, H. (2017). *Sosyal-Duygusal Öğrenme Programlarının Sosyal-Duygusal Öğrenme Becerilerinin Gelişimine, Akademik Başarı ve Sınıf İklimi Algısına Etkisi*, Doktora Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Feeney, B. C. and Collins, N. L. (2001). Predictors of caregiving in adult intimate relationships: An attachment theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 972–994.
- Folkman, S. and Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48 (1), 150- 170.
- Furtana, S. (2018). *7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerinin zihin kuramını Yordaması*, Toros Üniversitesi, Mersin.
- Goleman, D. (2006). *İşbaşında Duygusal Zeka*. (Çeviren: Handan Balkara). Ankara: Varlık Yayınları.
- Güloğlu, B. (1999). The effect of self esteem enrichment program on the self esteem level of elementary school students. Yüksek Lisans Tezi, ODTÜ. Ankara.
- Gündoğan, M. (2015). *Eşlerin bağlanma tarzları ile çift uyum düzeyi arasındaki ilişkinin araştırılması*, Tıpta Uzmanlık Tezi, Osmangazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Eskişehir.
- Grey, M. (2000). Coping and Diabetes. *Diabetes Spectrum*, 13 (3): 167.
- Grossmann K., Grossmann K. E., Kindler H., and Zimmermann P. (2008). A wider view of attachment and exploration: The influence of mothers and fathers on the

development of psychological security from infancy to young adulthood. (Edited by: Jude Anne Casidy and Philip R. Shaver). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. New York: Guilford Press, 857-879.

Hamarta, E. (2004). Bağlanma Teorisi. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1 (14), 53-66.

Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence, *Child Development*, 71, (3), 690-694.

Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1994). Bağlanma Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve. (Çeviren: Ali Dönmez). *Psychological Inquiry*. 5 (1) : 1-49.

Hazan, C., and Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 52 (3): 511-524.

Howard, M. S. and Medway, F. J. (2004). Adolescent' attachment and coping with stres, *Psychology in Schools*, 41 (3): 391-402.

Kaya, A., Bozaslan, H. ve Genç, G. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumlarının Problem Çözme Becerilerine, Sosyal Kaygı Düzeylerine Ve Akademik Başarılarına Etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 208-225.

Kabakçı, Ö.F.(2006). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerin sosyal duygusal öğrenme becerileri*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kabakçı, Ö. F. ve Owen, F. K. (2010). Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ölçeği Geliştirme Çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35(157), 153-166.

Karabekiroğlu, K. (2014). *Ergenin Ruhsal Gelişimi* (1. Baskı). İstanbul: Say Yayınları.

Kesebir, S., Kavzoğlu, S. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-345.

Keskin, G. (2007). *Ergenlerin Ruhsal Durumları ve Ebeveyn Tutumları İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Keskin, G. ve Çam, O. (2009). Ergenlik ve Bağlanma Süreci: Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi. *Yeni Symposium Journal*, 47(2), 52-59

- Koç, C., F. (2019). *Ergenlerin Ebeveynlerine Bağlanma Düzeyi İle Mental İyi Oluş, Benlik Saygısı ve Akran İlişkilerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Korkut, F.(2011).*Okul Temelli Önleyici Rehberlik Ve Psikolojik Danışma* (3. Baskı).Ankara:Anı Yayıncılık.
- Körler, Y. (2011). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından Yalnızlık düzeyleri ve yalnızlık ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Kulaksızoğlu, A. (2009). *Ergenlik psikolojisi*. (14. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kuyulu, İ. (2015). *Spor Lisesi ve Anadolu Liselerinde Öğrenim Gören Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Duygusal Öğrenme Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, K.Maraş.
- Lickona, T. (1992). *Educating For Character: How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books.
- Lopes, P. N., Salovey, P., and Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35(3), 641–658.
- Mahler, M. S. (1975). Symbiosis and Individuation. The Psychic Birth of The Human Child. *Psyche*, 29(7), 609-625.
- Mccombs, B. L. (2001). The Learner-Centered Psychological Principles: A Framework For Balancing A Focus On Academic Achievement With A Focus On Social and Emotional Learning Needs. in JE Zins, RP Weissberg, MC Wang, and HJ Walberg. *Building Academic Success On Social and Emotional Learning: What Does The Research Say*. New York: Teachers College Press, 23-39.
- Merter, K. (2013). *Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Maltepe İlçesi Örneği), Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Miller, J. B. and Hoicowitz, T. (2004). Attachment contexts of adolescent friendship and romance, *Journal of Adolescence*, 27, 191-206.
- Morsünbül, Ü. (2005). *Ergenlikte Kimlik Statülerinin Bağlanma Stilleri, Cinsiyet ve Eğitim Düzeyi Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Mubarique, M. (2008). *Ergenlerin Anne Ve Babalarına Güvenli Bağlanmaları İle Olumlu Sosyal Davranışları Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Ve Empatinin*

Aracılık Rolünün İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Onur, N. (2006). Lise Öğrencilerinin Bağlanma stilleri ile Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özkafacı, A. (2012). *Annenin çocuk yetiştirme tutumu ile çocuğun sosyal beceri düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans tezi, Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, İ. (2017). *11-14 Yaş Grubu Ergenlerin Algılanan Ana– Baba Tutumları İle Sosyal-Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Öztürk, M.O. (2002). *Ruh sağlığı ve bozuklukları* (9. Baskı) ,Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri, 546-570.
- Öztürk, M.O. ve Uluşahin, A. (2008) *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları* (11. Baskı) . Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri,16-22
- Payton, P. J., Wardlaw, D. M., Graczyk, P. A., Bloothworld, M. R., Tompsett, C. J., And Weissberg, R. P. (2000). Social and emotional learning: A framework for promoting mental health and reducing risk behavior in children and youth. *Journal of School Health*, 70 (5), 179-185.
- Pietromonaco, P. and Barrett, L. (2000). The Internal orking Models Concepts:What do you Really Know about the Self in Relation to Others, *Review of General Psychology*; 4 (2), 155-175
- Rice, K. (1990). Attachment in adolescence: A narrative and meta-analytic review. *Journal Of Youth And Adolescence*, 19(5), 511-538.
- Sandy, S.V. and Boardman, S.K. (2000). The peaceful kids conflict resolution program. *The International Journal of Conflict Management*, 11(4), 339–357.
- Sanford, L.T. ve Donovan, M.E. (1999). *Kadınlar ve Benlik Saygısı: Kendimiz Hakkındaki Duygu ve Düşüncelerimizi Anlamak ve Geliştirmek* (Çeviren: Semra Kunt). Ankara: HYB Yayıncılık.
- Sargın Albayrak, Y. (2008). *Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin Saldırgan Davranışları İle Öfke ve Sosyal Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Senemoğlu, N. (2005). *Gelişim Öğrenme ve Öğretim* (11. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.

- Solmuş, T. (Editör). (2010). *Bağlanma, Evlilik ve Aile Psikolojisi*(2. Baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Soygüt G. (2004). Bir düzeltici bağlanma ilişkisi olarak psikoterapi: Psikoterapi süreçlerinde bağlanma ve terapötik ittifak. *Türk Psikoloji Yazıları*; 7(13): 63-77.
- Soysal A.Ş. , Bodur Ş, ve İşeri S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8: 88-89.
- Sumbas, E. ve Sezer, Ö. (2017). Ortaokul Öğrencilerinde Anne Babaya Bağlanmanın İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 1 (18), 288-310
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stillerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürler Arası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Taşçı, Y. (2013). *Ergenlik Döneminde Bulunan (12–15 yaş) Öğrencilerin Akademik Başarılarında Okulun Rolü*, Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.
- Thompson R.A. (2006). Erken dönemde bağlanma ve sonraki gelişim üzerindeki etkileri (Çevirenler: Melike Sayıl, Gözde Özdikmenli-DEMİR). *Türk Psikoloji Bülteni*, 38, 113-120.
- Totan, T. (2011). *Problem çözme becerileri eğitim programının ilköğretim 6. sınıf öğrencilerinin sosyal duygusal öğrenme becerileri üzerine etkisi*, Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Türküm, A. S. (1999). Stresle başa çıkma ve iyimserlik. *T. C. Anadolu Üniversitesi Yayınları*, Yayın No: 1098; Eskişehir.
- Türnüklü A. (2004). Okullarda Sosyal ve Duygusal Öğrenme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 37, 136-152.
- Tüzün, O. ve Sayar, K.(2006) Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam* 19(1): 24-39
- Troy, N.W. (1995). The time of this first holding of the infant and maternal self-esteem related to feelings of maternal attachment. *Women Health*, 32(3), 59-72.
- Ulaş, Ö. (2017). Kişilerarası İlişkiler Kuramı: H. S. Sullivan. (Editörler: Dilek Gençtanırım Kurt ve Evrim Çetinkaya Yıldız). *Kişilik Kuramları*. Ankara: Pegem Akademi, 232-250.

- Uluçol, F. M. (2014). *Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarası şemalar ve evlilik sorunlarıyla bala çıkabilme düzeylerinin arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Uzun, N. K. (2017). *Bağlanma Stilleri ile Evlilikte İlişki İstikrarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Üstel, L. C. (Editör). (2009). *Harward medical school aile sağlık rehberi* (3. Cilt) İstanbul: Bizim Kitaplar, 1019- 1036.
- Yavuzer, H. (2013). *Çocuk Psikolojisi* (36. Baskı) . İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yeşilyaprak, B.(2006). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*, Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Yıldırım, Z. (2018). *Sosyal Zekanın Problem Çözme Becerisine Etkisi: Ankara İlinde Görev Yapan Siyasetçiler Üzerinde Bir Uygulama*.Yüksek Lisans Tezi, Çankaya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, F. (2014). *Ortaokul 6.7.8. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumları İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yörükoğlu, A. (2004). *Gençlik Çağı* (12. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Zins, J. E., Bloodworth, M. R., Weissberg, R. P. and Walberg, H. J. (2007). The scientific base linking social and emotional learning to school success. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 17(2), 191-210.
- Zimmermann, P. and Becker-Stoll, F. (2002). Stability of Attachment Representations during Adolescence: The Influence of Ego-identity Status. *J Adolesc*, 25,107-124.

EK-1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli öğrencimiz; aşağıda, size ve ailenize ait bilgileri doldurmanız istenmektedir. Lütfen dikkatlice okuyarak içtenlikle cevaplayınız. Teşekkürler.

1. Cinsiyetiniz: K () E ()

2. Yaşınız:

3. Annenizin Yaşı:

4. Sınıfınız: 7.() 8.()

5. (Sizinle birlikte) Kaç kardeşiniz?..... Kaçınıcı sıradasınız ?.....

6. Annenizin eğitim durumu:

Anne: Okuma Yazma Bilmiyor() Okur Yazar() İlkokul() Ortaokul() Lise() Üniversite() Lisans Üstü()

7. Babanızın eğitim durumu:

Baba: Okuma Yazma Bilmiyor() Okur Yazar() İlkokul() Ortaokul() Lise() Üniversite() Lisans Üstü()

8.Ailenizin ekonomik durumu: Düşük() Orta() Yüksek()

9. Anne ve babanızın durumu nedir?

Anne ölü, baba sağ ()

Anne sağ, baba ölü ()

Anne ve baba ölü ()

Anne ve baba sağ ()

11-Babanızın Mesleği:

() Çalışmıyor

() Memur

() Esnaf

() İşçi

() Özel Sektör

() Emekli

Diğer (yazınız).....

10.Anne ve babanızın birliktelik durumu nedir?

Anne ve baba birlikte yaşıyorlar ()

Anne ve baba ayrı yaşıyorlar ()

12-Annenizin Mesleği:

() Çalışmıyor

() Memur

() Esnaf

() İşçi

() Özel Sektör

()Emekli

Diğer (yazınız).....

13. Bebeklikte (0-2 yaş) Bakımınızı Kim Üstlendi?

() Anne

() Baba

() Her İkisi de

() Bakıcı

() Diğer.....

15. Anneniz ile İletişiminiz sizce nasıl?

() Çok kötü

() Kötü

() Orta

() İyi

() Çok İyi

17. Arkadaşlarınız ile İletişiminiz sizce nasıl?

() Çok kötü

() Kötü

() Orta

() İyi

() Çok İyi

14.0-6 Yaş Dönemini Geçirdiğiniz Aile Tipi Hangisidir?

() Çekirdek Aile(Anne-Baba-Kardeş)

() Geniş Aile (Anne-Baba-Kardeşler-Diğer Akraba)

() Tek Ebeveyn (Anne Ya da Baba)

() Evlat Edinilme

() Üvey Anne-Baba

() Diğer.....

16. Babanız İle İletişiminiz Sizce Nasıl?

() Çok kötü

() Kötü

() Orta

() İyi

() Çok İyi

18. Okuldaki başarınızı nasıl görüyorsunuz?

() Başarısız

() Orta

() İyi

() Çok İyi

EK-2: İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıda çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve 1'den 7'ye kadar derecelendirin.

Açıklama: Cümle sizi hiç tanımlamıyorsa 1, orta düzeyde tanımlıyorsa 4, çok iyi tanımlıyorsa 7, işaretleyiniz. Eğer cümle sizi orta ile hiç arasında tanımlıyorsa 2 veya 3, sizi orta ile çok iyi arasında tanımlıyorsa 5 ve 6 işaretleyiniz

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

Beni Hiç Tanımlamıyor Beni Orta Düzeyde Tanımlıyor Beni Çok İyi Tanımlıyor

		1	2	3	4	5	6	7
1	Başkalarına kolaylıkla güvenemem							
2	Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.							
3	Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.							
4	Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.							
5	Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.							
6	Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum							
7	Yalnız kalmaktan korkarım							
8	Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.							
9	Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.							
10	Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır							
11	Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım							
12	Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli							
13	Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.							
14	Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.							
15	Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.							
16	Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.							
17	Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							

EK-3: SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİ ÖLÇEĞİ

Aşağıda bazı ifadeler yer almaktadır. Her sorunun karşısında bulunan; (1)Bana Hiç Uygun Değil (2) Bana Pek Uygun Değil (3) Bana Oldukça Uygun ve (4) Bana Tamamen Uygun anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. Sizi tanımlayan en uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.		Bana Hiç Uygun Değil	Bana Pek Uygun Değil	Bana Oldukça Uygun.	Bana Tamamen Uygun.
1	Birisıyla konuşurken gözlerine bakırım	1	2	3	4
2	Sakinleşmek için derin nefes alırım	1	2	3	4
3	Arkadaşlarım benimle alay ederse görmezden gelebilirim	1	2	3	4
4	Dış görünüşümden memnunum	1	2	3	4
5	Sıkıldığım zamanlarda duygularımı bir kağıda yazarım	1	2	3	4
6	Bir arkadaşımın sorununu çözerken hem onun hem kendimin yararını düşünürüm	1	2	3	4
7	Problemimi çözeceğim zaman, önce problemle ilgili bilgi toplamaya çalışırım	1	2	3	4
8	Kendime güvenirim	1	2	3	4
9	Duygularımı kelimelere dökebilirim	1	2	3	4
10	Bir problemim olunca önce problemin ne olduğunu anlamaya çalışırım	1	2	3	4
11	Başkalarıyla aynı fikirde olmadığımı onları kırmadan söylerim	1	2	3	4
12	Sorunumu çözmek için bulduğum çözümlerden en uygun olanı seçip uygulayabilirim	1	2	3	4
13	Eleştirileri kırılmadan kabul edebilirim	1	2	3	4
14	Arkadaşlarıma beğendiğim yönlerini söylerim	1	2	3	4
15	Kendimden memnunum	1	2	3	4
16	Bir problemim olduğunda bunu adım adım çözmeye çalışırım	1	2	3	4
17	İnsanlara yaklaşip bir sohbet başlatabilirim	1	2	3	4
18	Çok bunaldığımda spor yaparak rahatlarım	1	2	3	4
19	Bir isteğime hayır denildiğinde bunu anlayışla karşılarım	1	2	3	4
20	Kendimi güçlü ve sağlıklı hissediyorum	1	2	3	4
21	Sakinleşmek için içimden 10'a kadar sayarım	1	2	3	4
22	Söylediklerimi daha iyi anlatmak için ellerimi kullanırım	1	2	3	4
23	Karar vereceğim zaman, her seçeneğin olumlu ve olumsuz sonuçlarını tahmin etmeye çalışırım	1	2	3	4
24	Kendi özelliklerimle gurur duyarım	1	2	3	4
25	Sorun yaşayan iki kişinin uzlaşmalarına taraf tutmadan aracı olurum	1	2	3	4
26	Kitap okuyarak rahatlarım	1	2	3	4
27	Sınıfta arkadaşım beni çileden çıkardığında bunu şakaya vururum	1	2	3	4
28	Konuşurken, yüz ifademle anlattıklarımı desteklerim	1	2	3	4
29	Karşılaştığım problemlere uygun çözüm yolları bulabilirim	1	2	3	4
30	Problem çözerken bütün seçenekleri dikkate alırım	1	2	3	4
31	Birisini dinlerken onun ne hissettiğini anlamaya çalışırım	1	2	3	4
32	Bir sorunum olunca benzer sorunları olanlarla konuşurum	1	2	3	4
33	Başarılarımdan gurur duyarım	1	2	3	4
34	Gergin olduğumda kendimi sakinleştirebilirim	1	2	3	4
35	Bir konuda başarısız olursam, aynısını tekrar yaşamamak için bu olaydan ders çıkarırım	1	2	3	4
36	İsteklerimi ve ihtiyaçlarımı rahatça ifade edebilirim	1	2	3	4
37	Bir sıkıntım olduğunda başkalarına danışırım	1	2	3	4
38	Kendimi seviyorum	1	2	3	4
39	Birçok olumlu özelliğim var	1	2	3	4
40	Hatalarım, eksiklerim olsa da değerli bir insanım	1	2	3	4



T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü



Özgeçmiş

Adı Soyadı:	ÖZKAN SONGÜL
Doğum Yeri:	KONYA / KARAPINAR
Doğum Tarihi:	05.07.1986
Medeni Durumu:	EVLİ
Öğrenim Durumu	
Derece:	Okulun Adı:
İlköğretim:	DOĞAN MADEN SİTESİ İLKÖĞRETİM OKULU
Ortaöğretim:	DOĞAN MADEN SİTESİ İLKÖĞRETİM OKULU
Lise:	MÜKRİMİN HALİL İNANÇ LİSESİ
Lisans.	ON DOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
Yüksek Lisans.	SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Becerileri:	PSİKOEĞİTİM, TEMEL KABİLİYETLER TESTİ 7-11 (TKT 7-11) UYGULAYICI, ÇOCUK KORUMA KANUNU DANIŞMANLIK TEDBİRİ KARARLARI EĞİTİCİ, 07-19 YAŞ AİLE EĞİTİMİ PROGRAMI UYGULAYICI
İlgi Alanları:	SPOR , SİNEMA, DOĞA
Halen Yaptığı İş:	PSİKOLOJİK DANIŞMAN VE REHBER ÖĞRETMEN
İş Deneyimi: (Doldurulması isteğe bağlı)	11 YILDIR MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI BÜNYESİNDE PSİKOLOJİK DANIŞMAN VE REHBER ÖĞRETMEN OLARAK GÖREV YAPMAKTAYIM.
Aldığı Ödüller: (Doldurulması isteğe bağlı)	
Hakkımda bilgi almak için önerebileceğim şahıslar: (Doldurulması isteğe bağlı)	
Tel:	543 455 97 40
E-mail:	ozkansngl@gmail.com
Adres:	Kosova Mah. İftihar Sk. Taşpınarlılar Sitesi Dış Kapı No: 15 A Blok No:11 SELÇUKLU/ KONYA