

T.C.
ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA EĞİTİMİ BİLİM DALI

ERGENLERİN ÖZNEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ İLE
KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

Hazırlayan
Elif BAYRAM

Danışman
Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM

BOLU, MAYIS- 2018

YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Elif BAYRAM tarafından hazırlanan “Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeyleri İle Kişilerarası Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Eğitimi Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir. (23.05.2018)

Akademik Ünvan ve Adı Soyadı

Üye (Tez Danışmanı) :Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM
Üye :Doç. Dr. Baki DUY
Üye :Dr. Öğr. Üyesi Yasin AYDIN

İmza



Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün Onayı

Prof. Dr. Türkan ARGON
Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürü

ETİK İLKELERE UYULDUĞUNA İLİŞKİN BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum, ‘Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeyleri İle Kişilerarası İlişki Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi’ başlıklı çalışmanın yazılmasında bilimsel ve etik kurallara uyduğumu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda atıfta bulunduğumu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, tezin tamamının ya da bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitede bir tez çalışması olarak sunulmadığımı beyan ederim.



22/06/2018

Elif BAYRAM

TEŞEKKÜR

Tezimi hazırlama sürecinde rehberliği sayesinde yol aldığım, anlayışını ve desteğini esirgemeyen değerli tez danışmanım Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM'e en içten teşekkürlerimi sunuyorum.

Tez jüri üyelerim Doç. Dr. Baki DUY ve Dr. Öğr. Üyesi Yasin AYDIN'a önemli katkılarından dolayı ayrı ayrı teşekkür ederim.

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca bilgi ve deneyimlerini aktaran, bana emek harcayan ve bu alana gönül vermeme katkı sağlayan Dokuz Eylül Üniversitesi ve Abant İzzet Baysal Üniversitesi öğretim üyesi hocalarıma teşekkürü borç bilirim.

Varlıklarından güç aldığım, destek ve sevgilerini her zaman hissettiğim annem Emine BAYRAM ve babam Sefer BAYRAM, hayatıma neşe katan ve çalışmalarımnda beni hep yüreklendiren kardeşlerim Dilek BAYRAM, Özlem BAYRAM BARAN ve Mehmet BARAN'a minnettarım.

Elif BAYRAM

İÇİNDEKİLER

ETİK İLKELERE UYULDUĞUNA İLİŞKİN BEYAN.....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
İÇİNDEKİLER	iii
TABLolar DİZİNİ.....	vi
KISALTMALAR DİZİNİ.....	vii
ÖZET	viii
ABSTRACT.....	x
I. BÖLÜM	
1.Giriş	1
1.1.Problem Durumu	4
1.1.1..Alt problemler	4
1.2.Araştırmanın Amacı	5
1.3.Araştırmanın Önemi.....	5
1.4.Sınırlılıklar	8
1.5. Sayıtlılar	8
1.6. Tanımlar	9
II. BÖLÜM	
2. Kuramsal Temeller ve İlgili Alan Yazın.....	10
2.1. Öznel İyi Oluş Kavramı	10
2.1.1.Öznel iyi oluş ile ilgili kuramsal açıklamalar.....	12
2.1.2. Öznel iyi oluşu etkileyen etmenler	14
2.2. Ergenlikte Psikolojik İyilik Hali ve Öznel İyi Oluş	17
2.3. Ergenlerde Öznel İyi Oluş ile İlgili Araştırmalar.....	18
2.3.1.Yurtdışındaki ilgili araştırmalar	18
2.3.2.Yurtiçindeki ilgili araştırmalar	23
2.4.Kişilerarası İlişkiler Kavramı.....	26
2.4.1.Kişilerarası ilişkiler ile ilgili kuramsal açıklamalar.....	27
2.5.Kişilerarası İlişkiler ve Öznel İyi Oluş.....	29

2.6.Ergenlik Dönemi ve Kişilerarası İlişkiler	30
2.7.Kişilerarası İlişki Tarzı.....	31
2.8.Kişilerarası İlişki Tarzı ile İlgili Araştırmalar.....	32
2.8.1.Yurtdışındaki ilgili araştırmalar	32
2.8.2.Yurtiçindeki ilgili araştırmalar	34
III. BÖLÜM	
3.Yöntem.....	38
3.1. Araştırma Modeli	38
3.2. Evren ve Örneklem	39
3.3. Veri Toplama Araçları	41
3.3.1. Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu(ÖİO).....	41
3.3.2. Kişilerarası Tarz Ölçeği (KTÖ).....	42
3.3.3.Kişisel-Demografik Bilgi Formu.....	44
3.4. Verilerin Toplanması	45
3.5. Verilerin Analizi.....	45
IV. BÖLÜM	
4.Bulgular	48
4.1. Öznel İyi Oluş ve Kişilerarası İlişki Tarzlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	48
4.2.Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeyleri ile Kişilerarası İlişki Tarzları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	50
4.3.Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeylerinin Kişisel ve Demografik Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular	50
4.3.1.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bulgular.....	51
4.3.2. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulgular.....	51
4.1.3. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulgular	53
4.1.4.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne-baba tutumuna göre incelenmesine ilişkin bulgular	54
V. BÖLÜM	
5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler	58

5.1. Tartışma.....	58
5.1.1.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin kişilerarası ilişki tarzlarına göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması	58
5.1.2.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması	61
5.1.3. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması	61
5.1.4. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması	62
5.1.5. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne baba tutumuna göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması	63
5.2. Sonuç ve Öneriler.....	66
KAYNAKÇA.....	69
EKLER.....	91
Ek-1. ÖİÖ Lise Formu Örnek Maddeler	91
Ek-2.KTÖ Örnek Maddeler	92
Ek-3.KTÖ Alt Boyutları Örnek Maddeler	93
Ek-4. Kişisel-Demografik Bilgi Formu.....	94
Ek-5.Gönüllü Katılım Formu	95
Ek-6. Etik Kurul Onay Raporu.....	96
ÖZGEÇMİŞ	97

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 3.1. Araştırma katılımcılarının kişisel ve demografik özelliklere göre dağılımı ..	40
Tablo 3.2. Ergenlerin öznel iyi oluş, kişilerarası ilişki tarz puan, alt boyut puanlarına ilişkin Kolmogorov-Smirnov Testi, çarpıklık, basıklık testi sonuçları.....	46
Tablo 4.1. Ergenlerin öznel iyi oluş ve kişilerarası ilişki tarz puan ve alt boyut puanlarına ilişkin betimsel istatistikler	49
Tablo 4.2. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzı toplam puanı ve alt boyutları arası Spearman Sıra Farkları Korelasyon Testi sonuçları	50
Tablo 4.3. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin Mann-Whitney U Testi sonuçları	51
Tablo 4.4. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin Kruskal-Wallis H Testi sonuçları	52
Tablo 4.5. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin Bonferroni Düzeltmeli Mann-Whitney U Testi sonuçları	52
Tablo 4.6. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre incelenmesine ilişkin Kruskal-Wallis H Testi sonuçları.....	53
Tablo 4.7. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre incelenmesine ilişkin Mann-Whitney U Testi sonuçları.....	54
Tablo 4.8. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne-baba tutumuna göre incelenmesine ilişkin Kruskal-Wallis H Testi sonuçları.....	55
Tablo 4.9. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne-baba tutumuna göre incelenmesine ilişkin Bonferroni Düzeltmeli Mann-Whitney U Testi sonuçları	56

KISALTMALAR DİZİNİ

Akt	:Aktaran
Ed	:Editör
KİTO	: Kişilerarası İletişim Tarzı Ölçeği
KSE	: Kısa Semptom Envanteri
KTÖ	: Kişilerarası Tarz Ölçeği
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
OYÖ	: Offer Yalnızlık Ölçeği
ÖİÖ	: Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu
SSPS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
UNİCEF	: Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu
YMA	:Yaşam Memnuniyeti Araştırması

ÖZET

ERGENLERİN ÖZNEL İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ İLE KİŞİLERARASI İLİŞKİ TARZLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bayram, Elif
Yüksek Lisans Tezi
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışman Eğitimi Bilim Dalı
Tez Danışmanı: Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM
Mayıs-2018, xi + 97 Sayfa

Araştırmanın temel amacı, ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Bu ana amacın yanında, öznel iyi oluş düzeylerinin; cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi ve algılanan anne-baba tutumu gibi kişisel ve demografik değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmada ilişkisel ve betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreni 2016-2017 öğretim yılında İstanbul ili, Tuzla ilçesinde devlet ortaöğretim kurumlarından, Anadolu Lisesi ve Mesleki Teknik Anadolu Liselerinde öğrenim gören ergenlerden oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme uygun ve seçkisiz örnekleme yöntemi ile belirlenen, dört farklı lisede ve farklı sınıf düzeylerinde öğrenim gören, yaş ortalaması $\bar{X} = 16.48$ ($S=1,74$) olan, 313 (%52) kız 289 (%48) erkek olmak üzere 602 ergenden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu, Kişilerarası Tarz Ölçeği ve Kişisel-Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Spearman Sıra Farkları Korelasyon tekniği, kişisel ve demografik özelliklere göre gruplar arası karşılaştırmalar için ise Benforreni Düzeltmeli Mann-Whitney U testi ve Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri ile olumsuz kişilerarası ilişki tarzları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki negatif ilişkilerin yüksekten düşüğe doğru; duyarsız, kaçınan, baskın, manipülatif, öfkeli ve alaycı tarz şeklinde sıralandığı belirlenmiştir. Kişisel ve demografik özelliklerden; sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi ve algılanan anne-baba tutumuna göre ergenlerin öznel iyi oluş düzeyinin farklılık

gösterdiği, cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Dokuzuncu sınıf düzeyinde öğrenim gören ergenlerin 10.sınıf düzeyinde öğrenim görenlere göre öznel iyi oluş düzeyinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Gelir düzeyini orta ve yüksek olarak algılayan ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin, düşük algılayanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Anne-baba tutumunu demokratik olarak algılayan ergenlerin, baskıcı/otoriter, koruyucu, tutarsız ve ilgisiz algılayanlara göre öznel iyi oluş düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Bunun yanında anne-baba tutumunu koruyucu olarak algılayan ergenlerin öznel iyi oluş düzeyinin, tutarsız olarak algılayanlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ergen, Öznel iyi oluş, Kişilerarası ilişki tarzları.

ABSTRACT

THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SUBJECTIVE WELL-BEING AND INTERPERSONAL RELATIONSHIP STYLES OF ADOLESCENTS

Bayram, Elif
Master Thesis
Department of Educational Sciences
Counseling and Guidance Psychology Program
Supervisor: Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM
Mayıs-2018, xi + 97 Pages

The main aim of this study was to examine the relationship between subjective well-being and interpersonal relation styles of adolescents. Besides this main aim subjective well-being of adolescents was investigated according to some personal and demographic variables such as gender, grade level, perceived income level and perceived parental attitudes.

In this study relational and descriptive survey models were used. The population of study had been composed of the adolescents from the Anatolian High School and Vocational and Technical Anatolian High Schools in state secondary schools in Tuzla district of İstanbul at 2016-2017 school-term. The research sample consists of total 602 (313 female and 289 male) adolescents with the mean age was $\bar{X} = 16.48$ ($S=1,74$) from four different schools and different class levels which selected by convenience and random sampling method. In this study Subjective Well-Being Scale High School Form, Interpersonal Relation Styles Scale and Personal-Demographical Form were used for data collection. For the analysis Spearman Brown's Rank Correlation Coefficient Test was used for to determine the relations between subjective well being and interpersonal relation styles and Mann-Whitney U Test with Benferroni correction and Kruskal-Wallis H Test were used for group comparisons for personal and demographical qualities.

The results of study showed that there were significant negative correlations between subjective well being and interpersonal relation styles. The negative correlations between subjective well-being level and interpersonal relation styles were ranked from high to low as; insensitive, avoidant, dominant, manipulative, furious and sarcastic style. It was also found that the subjective well-being levels of adolescents were differentiated

according to their class levels, perceived income level and perceived parent attitudes, but not for gender. The subjective well being of adolescents from 9nd class level (junior) were found significantly higher than 10nd class level. It was found that adolescents who perceived their income level as middle and high have significantly higher subjective well-being than those who perceived their income level as low. There were the subjective well-being of adolescents who perceive their parental attitudes as democratic was higher than that of the adolescents who perceived their parents as authoritative, protective, careless, inconsistent. At the same time there were the level of subjective well-being of adolescents who perceived their parents as protective was higher than that of the adolescents who perceived their parents as inconsistent.

Key Words: Adolescents, Subjective well-being, Interpersonal relation style.

I. BÖLÜM

1.Giriş

İyi hissetmek, iyi hissettiren şeylerin araştırılması, olumlu bir yaşam sürme arzusu gibi pek çok şey 'iyi olma' ile ilişkilendirilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü, 1940'lardan önce iyi/sağlıklı olmayı, 'herhangi bir hastalık belirtisine sahip olmamak' olarak açıklarken, 1947'de 'kişinin fiziksel, ruhsal ve sosyal olarak tam anlamıyla sağlıklı/tam bir iyi olma hali' olarak yenilemiştir (Göçer, 2012). Psikoloji alan yazınında iyi olma hali; psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu, yaşam kalitesi gibi pek çok kavramla açıklanmakta ve bütün bu kavramlar olumlu ruh halini tanımlamaktadır. Öznel iyi oluş iyi olmanın kişisel değerlendirmesi olup, bireyin yaşama uyum sağlamanın ve olumlu bir ruh sağlığına sahip olmasının önemli bir ölçütü olarak görülmektedir (Eryılmaz, 2009b).

Öznel iyi oluş, bireyin yaşamındaki duygu ve düşüncelerine dair genel olumlu bir yargıya ulaşması olarak tanımlanmaktadır (Türkdoğan, 2010). Bilişsel ve duygusal alan olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Duygusal alan, bireyin mutluluk gibi olumlu duyguları ne sıklıkta deneyimlediğini, bilişsel alan ise bireyin hayattaki memnuniyet düzeyini içermektedir (Kartal, 2013). Olumlu duygulanımın olumsuz duygulanımdan çok olması ve yaşamdan alınan doyumun olumlu olması, öznel iyi oluşun yüksek olduğunu göstermektedir (Tuzgöl-Dost, 2004).

Öznel iyi oluşun yüksek olması fiziksel ve psikolojik sağlık açısından uzun süreli yarar sağlamaktadır (Diener ve Seligman, 2004). Araştırmalar öznel iyi oluş düzeyi yüksek olanların baş etme, kendini kontrol ve öz-düzenleme gibi becerilerinin de yüksek olduğunu (Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade, 2005) göstermektedir. Diğer yandan yaratıcılık ve enerji düzeylerinin daha yüksek olduğu ve dolayısı ile iş yaşamında daha iyi performans gösterdiklerini (Lyubomirsky, King ve Diener, 2005) yansıtan araştırma bulguları bulunmaktadır. Kişilerarası ilişkiler araştırma alan yazında, öznel iyi oluş ile

yakından ilişkili boyutlardan biri olarak geçmektedir. Öznel iyi oluş düzeyi yüksek olanların, kişilerarası ilişkilerinin ve sosyal desteklerinin daha olumlu olduğu (Diener ve Seligman, 2002; Diener ve Fujita, 1995; Holder ve Coleman, 2009), uzun süreli evlilik yaptığı (Diener, Suh, Lucas ve Smith 1999), çevreleri tarafından sosyal, dışadönük, samimi, yardımsever olarak nitelendirildikleri (Diener, Lucas ve Scollon, 2006) raporlaştırılmıştır.

Haidt (2014) mutluluğu bulunacak, sahip olunacak bir şey olmaktan çok kişinin çevresindeki ilişkilerle ve ilişkiler için doğru koşulları sağlamakla gerçekleştirebilecek bir durum olarak nitelendirmektedir. Tkach ve Lyubomirsky (2006) ise toplumsal ilişkiler içerisinde olmanın mutluluğu artırmaya yönelik stratejilerden biri olduğunu belirtmektedir. Birey çevresiyle etkileşime geçerek mutlu olmaya çalışmaktadır (Eryılmaz, 2014). Olumlu kişilerarası ilişkiler bireye sevgi, yakınlık ve rehberlik sunarak, mutlu olmasına katkıda bulunmaktadır. Olumsuz ilişkiler ise güveni, saygı ve ilişkilerde karşılıklılık boyutunu yıpratarak bireyleri mutsuz etmektedir (Prager, 1995; Rook, 1995; akt. Eryılmaz, 2014). Diener ve Seligman (2004), olumlu ve destekleyici ilişkilerin, öznel iyi oluş düzeyinin artmasında önemli bir rolü olduğunu belirtmektedir. Buna göre doyum sağlayıcı ve destekleyici ilişkiler kurabilmek için bireylerin iletişim tarzı önemli bir etkidir. Bireyin diğer insanlarla kurduğu ilişkide; nasıl iletişim kurduğu, kendisini nasıl ifade ettiği ve etkileşim hâlinde olduğu insanlara karşı yaklaşımı, kişilerarası ilişki tarzını oluşturmaktadır (Doğan ve Sapmaz, 2012). Kişilerarası ilişki tarzları, iletişim sürecindeki etkileşimler sonucunda ortaya çıkarak, kişilerarası ilişkilerin nasıl algılanacağından ruh sağlığına kadar birçok farklı alanda, bireylerin yaşamını etkilemektedir (Hasta ve Güler, 2013).

Ergenlik döneminde yaşanan yoğun fiziksel, bilişsel ve duygusal değişimlerin etkisiyle, ergenlerin duygu durumları yetişkinlere göre daha fazla dalgalanma göstermektedir (Steinberg, 2007). Bu bakımdan öznel iyi oluş ergenlik dönemi için ayrı bir önem taşımaktadır. UNICEF (Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu) Türkiye’de, 8-18 yaş aralığındaki çocuk ve gençlerin maddi durum, sağlık, eğitim gibi nesnel yaşam koşullarını ve öznel deneyimlerini belirlemek amacıyla ‘Çocukların Gözünden Çocuğun İyi Olma Hali Alanlarının ve Göstergelerinin Tanımlanması ve

Değerlendirilmesi' (2014) araştırmasını gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucuna göre çocuk ve gençlerde fiziksel olarak iyi olma, akademik başarı, arkadaş varlığı ve ilişkisi mutluluğun; anne-babanın çocuğa yönelik ilgisizliği ise çocuk ve gençlerde mutsuzluğun en temel nedenlerinden biri olarak saptanmıştır (UNICEF, 2017). Ergenlik döneminde, kişilerarası ilişkiler daha fazla önem kazanmakta ve bu ilişkiler ergenin mutluluğunu etkilemektedir (Çetin, Peker, Eroğlu ve Çetinel, 2011; Erözkan, 2009). Bu dönemde ergenler, fiziksel değişimlerin yansira ailesiyle, akranlarıyla ve karşı cinsle ilişkilerinde birtakım güçlükler yaşamaktadır. İlkokuldan ortaokula ve liseye geçiş gibi okul değişimleri ile; arkadaşlık ilişkilerinde değişimler yaşanmakta, ergenden ailenin ve okulun akademik beklentileri artmakta ve okul seçimi ya da gelecekteki kariyer yönelimi ile ilgili seçimler yapması beklenmektedir. Dolayısıyla ergenler yaşamın diğer dönemlerine oranla daha fazla güçlüklerle başa çıkmak durumunda kalmaktadır (Dinçel, 2006). Bu güçlüklerle mücadele ederken ergen ebeveyn desteğine, ilgisine ve kabulüne daha fazla ihtiyaç duymaktadır (Driscoll, Russell ve Crockett, 2008). Ergenin ailesiyle çatışma halinde olması, anne-babanın kabul ve anlayıştan uzak davranışları yüksek düzeyde olumsuz duygulara yol açabilmektedir (Aquilino ve Supple, 2001). Ergenler karşılaştıkları bu güçlüklerle baş etmeye çalışırken yaşadıkları stres ve zorlanmalar sonucunda zaman zaman psikolojik sorunlar yaşayabilmektedirler (Santrock, 2012; Üre, Yalçın ve Hamarta, 2001). Stresli yaşam olaylarını güçlü bir şekilde karşılayabilmenin, başa çıkma becerilerine sahip olma ve öznel iyi olma için önemli bir etken olduğu bilinmektedir (Cenkseven ve Akbaş, 2007). Birçok ergen için kişilerarası ilişkilere girme ve sürdürme stres kaynağı olarak algılanmaktadır (Oktan, 2012). Duygularını ifade etmekte, karşı cinsle ve arkadaşlarıyla ilişki kurmakta zorluk yaşayan ergenlerin sayıca fazla oluşu bildirilmektedir (Uzamaz, 2000). Akranları ve çevresindekilerle uyumlu ilişkiler kuramayan ergenlerin ise geçimsiz ve kavgacı oldukları, kural tanımadıkları, yetersizlik ve yalnızlık duyguları yaşadıkları görülmektedir (Buhrmester, 1990; Tümkaya, Aybek ve Çelik, 2010; Witvliet, Brendgen, Van-Lier, Koot ve Vitaro, 2010). İlişki kurmakta güçlük yaşayan ergen bir bakıma ilişkilerini sorgulamakta ve iletişim biçimi ile ilgili farkındalık gereksinimi duymaktadır. Ergenlerin kendi kişilerarası ilişki tarzlarını tanımaları, kendilerini sağlıklı bir şekilde ifade etmesine yardım edecek iletişim becerileri kazanmalarına ve böylece doyum verici kişilerarası ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilir. Olumlu ya da etkili kişilerarası ilişki tarzları kurma aynı zamanda

sosyal destek algısına katkı sağlayarak ergenin iyi oluşu üzerinde pozitif etki yaratabilir. Ergenlerin öznel olarak kendilerini iyi hissetmesini sağlayacak, iyilik halini olumlu yönde etkileyecek etkenlerin belirlenmesi, kişilerarası ilişki tarzlarını olumlu yönde düzenleyebilmeleri konusunda rehberlik yapılması, koruyucu ve önleyici rehberlik hizmetleri açısından katkı sağlayacaktır.

1.1.Problem Durumu

Bu araştırma kapsamında ‘Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri kişilerarası ilişki tarzları ile ilişkili midir? ve kişisel ve demografik özelliklere göre farklılık göstermekte midir?’ sorusuna cevap aranacaktır. Bu probleme yönelik alt problemler ise şu şekilde belirlenmiştir.

1.1.1.Alt problemler

1. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyi ve kişilerarası ilişki tarzları arasında anlamlı ilişki var mıdır?
2. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri kişisel ve demografik değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?
 - 2.1. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
 - 2.2. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri sınıf düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
 - 2.3. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri algılanan gelir düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
 - 2.4. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri algılanan anne-baba tutumuna göre farklılık göstermekte midir?

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı öznel iyi oluş düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Bunun yanında ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerini; cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi ve algılanan anne-baba tutumu gibi kişisel ve demografik değişkenler açısından incelemektir.

1.3.Araştırmanın Önemi

Kişilerin gelişimini ve çevreyle uyumunu engelleyen birçok sorunun temeli çocukluk ve ergenlik yıllarına dayanmaktadır (Çelik, 2008). Orta ergenlik dönemine denk gelen lise çağında; fiziksel, bilişsel ve sosyal yönden önemli değişimler yaşanmakta ve stresli yaşam olayları artmaktadır. Lise öğrencileri ile yapılan bir çalışma (Kouzma ve Kennedy, 2004); yakın ilişkilerde yaşanan sorunlar, meslek seçimi, akademik başarı, beden algısı memnuniyetsizliği gibi konuların ergenlerin önemli stres kaynakları olduğunu belirtmektedir. Ergenlik dönemine özgü gelişim görevleri, akran ve ebeveyn ilişkileri ve sevilen birinin kaybı gibi stresli yaşam olayları ruh sağlığı problemlerinin ortaya çıkmasını kolaylaştırıcı etkenler olarak kabul edilmektedir (Alşen, 2012). Bu dönemde yaşadıkları fiziksel değişimlerden hoşnut olmayan bazı ergenler kendilerini mutsuz hissetmekte, hatta zaman zaman yeme bozukluğu, madde bağımlılığı, ilişki sorunları, depresyon ve kaygı gibi duygusal ya da davranışsal sorunlar yaşayabilmektedir (Griffin ve diğerleri, 2002; Gürdal, 1996; Steinberg, 2007). Eskin (2000) lisede öğrenim gören öğrencilerin ruhsal belirti düzeylerini araştırdığı çalışmada; gençlerin 2/3'sinin hareketsizlik, günlük yaşamdan keyif almama, karar vermede güçlük, kendini olumsuz koşullar altında hissetme gibi yakınmalarının olduğunu, 1/4'ünün ise mutsuzluk, zorluklarda baş edemeyeceğini hissetme, yaptıkları işe odaklanamama, kişisel sorunlarla uğraşma gibi sorunlar yaşadıklarını raporlaştırmıştır. Lise öğrencileriyle yapılan bir başka araştırma (Eskin, Ertekin, Harlak ve Dereboy 2008), ergenlerin %18'inin depresyonda olabileceğine işaret etmektedir. Bu durum ergenlerde ruh sağlığını olumsuz etkileyen başta depresyon yatkınlığı olmak üzere farklı psikolojik sorunların yaygın olarak gözlemlendiğini ve dolayısı ile iyi oluş düzeylerinin düşük olabileceğini yansıtmaktadır.

Ayrıca ergenlik dönemi ile ilgili bu bulgular, yaşamdan doyum alma ve olumlu duyguların artmasını ifade eden öznel iyi oluşla ilişkili olabilecek özelliklerin belirlenmesinin önemli olacağını düşündürmektedir. Bu amaçla bu çalışmada, ergenlerde öznel iyi oluşun incelenmesi konusuna odaklanılmıştır.

Ergenlerde öznel iyi oluş ile ilgili araştırmalar incelendiğinde, ergenlerin yaşantılarından hoşnut ve mutlu olmalarının, hem duygusal ve sosyal gelişimleri açısından hem de ileriki yıllarda yaşamlarını kolaylaştırabilecek hazır bir ‘pozitif güce’ sahip olmaları bakımından önem taşıdığını vurgulamaktadır (Çivitci, 2009). Bu dönemde ergenlerin; fiziksel, duygusal ve psikolojik yönlerden iyi olmaları, kendilerini iyi hissetmelerine, bir yandan bireysel olarak daha az duygusal ve davranışsal sorunlar yaşamalarına yardımcı olacak (Garcia, 2011; Park, 2004; Suldo ve Huebner, 2006), diğer yandan toplumsal katkılarına artıracaktır (Deswal ve Sanhi, 2015). Olumlu kişilerarası ilişkiler öznel iyi oluşun ve mutluluğun artmasında aracı bir etken olarak görülmekte (Diener ve Seligman, 2002; Taylor, Chatters, Hardison ve Riley, 2001), güvenli ve uyumlu ilişkiler kurabilen, sosyal bağlılık duygusu geliştirmiş ergenlerin yüksek öznel iyi oluşa sahip olduğu bildirilmektedir (Jose, Ryan ve Pryor, 2012). Ayrıca ergenlerin destekleyici ve olumlu ilişkiler geliştirmelerinin öznel iyi oluşlarını artırdığı araştırma bulguları (Ash ve Huebner, 2001; Saföz-Güven, 2008) ile desteklenmektedir.

Ergenlerde öznel iyi oluş ile ilgili alan yazın incelendiğinde; cinsiyet, sınıf düzeyi, gelir düzeyi ve ebeveyn tutumu gibi kişisel ve demografik özelliklerin öznel iyi oluşu etkileyebilecek özellikler olarak ele alındığı gözlenmektedir. Kızların öznel iyi oluşunun daha yüksek olduğu (Deswal ve Sanhi, 2015; Nigar,2014) ya da bunun tam tersine erkeklerin öznel iyi oluşunun daha yüksek olduğu (Ben-Zur, 2003; Tümkaya, 2011) bulguları yanında her iki cinsiyetin farklılık göstermediğini yansıtan araştırma bulguları (Karakoç, Bingöl ve Karaca, 2013; Tong ve Song, 2004) bulunmaktadır. Bazı araştırmalar sınıf düzeyine göre öznel iyi oluş düzeyinde farklılıklar raporlaştırırken (Konu, Lintonen ve Rimpela, 2002), başka bazı çalışmalar sınıf düzeyi yönünden farklılık olmadığını (Akdoğan, 2017; Çakır, 2015; Saföz-Güven, 2008; Kartal, 2013) ortaya koymaktadır. Diğer yandan gelir düzeyinin ergenlerde öznel iyi oluş düzeyi ile ilişkili bir demografik özellik olduğunu bildiren araştırma bulguları bulunmaktadır (Demir-

Çelebi, 2014; Canbay, 2010). Ayrıca ebeveyn tutumu ve ebeveynle kurulan ilişkinin niteliği ergenlerde öznel iyi oluşla ilgili önemli bir özellik olarak geçmektedir. Buna göre ergen ile ebeveyni arasında yakın ilişki kurulmasının ya da ebeveynin ilgili olmasının (Eryılmaz, 2011b; Gutman, Brown, Akerman ve Obolenskaya, 2010; Park, 2004), hatta özerkliği destekleyici, hoşgörülü anne-baba tutumlarının (Boudreault Bouchard ve diğerleri, 2013; Eryılmaz, 2012a; Joronen ve Kurki, 2005; Özdemir, 2012) ergenlerde yüksek öznel iyi oluşla ilişkili olduğu bildirilmektedir.

Bu araştırmada, alan yazında geçen ve yukarıda kısaca yer verilen ergenlikte öznel iyi oluşun psikolojik iyilik hali açısından önemi ve koruyucu işlevi, ergenlikte sosyal ilişkilerin iyilik haline etkisi gibi araştırma bulgularına dayanarak olumsuz kişilerarası ilişki tarzları ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca öznel iyi oluşun ergenlerin içinde bulunduğu sosyal ortamlar, cinsiyet, gelir düzeyi ve ebeveyn tutumları ile ilişkisini yansıtan bulgulara dayanarak cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi ve algılanan anne-baba tutumu değişkenler ile öznel iyi oluşun incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmadan elde edilecek bulguların ergenlerde öznel iyi oluşun tanınması yönünden kuramsal çalışmalara ve geliştirilmesini hedefleyen uygulama çalışmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada öznel iyi oluş ile kişilerarası ilişki tarzları ilişkisi üniversite öğrencisi örnekleme ile incelenmiştir. Ancak lise öğrencisi ergenlerle yapılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ergenlere yönelik psikolojik yardım sunan profesyonellerin ve özellikle okul psikolojik danışmanlarının öznel iyi oluşu artırmaya yönelik çalışmalarında araştırmadan elde edilecek bulguların yararlı olacağı düşünülmektedir. Nigar (2014) ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin bilinmesinin, olumlu kişilik geliştirmeleri, etkin ve verimli bir eğitim yaşamı sürmeleri ve ergenlere yönelik psikolojik yardım hizmetlerinde daha bilinçli davranılmasına yardımcı olabileceğini belirtmiştir. Bu bakımdan bu araştırmanın sonuçlarının, ergenlere ve ergenlerin iyilik halini destekleme çabası gösteren ebeveynlere ve psikolojik yardım hizmeti sunan profesyonellere uygun hizmetlerin sunulması yönünden katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca daha çok psikopatoloji ile ilişkilendirilen olumsuz kişilerarası

ilişki tarzlarının, olumlu bir kavram olan öznel iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi alan yazına katkı sağlayabilir.

1.4.Sınırlılıklar

1. Bu araştırma verilerin toplandığı Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Anadolu lisesinin 9. 10. 11 ve 12. sınıf düzeylerinde öğrenim gören ergenleri kapsamaktadır. Bu nedenle araştırma sonuçları benzer öğrenim düzeyindeki ergenlere genellenebilir.
2. Araştırma Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu'nun ve Kişilerarası Tarz Ölçeği'nin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.
3. Araştırma katılımcısı ergenlerin gelir düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Kişisel-Demografik Bilgi Formu'nda 'Ailenizin gelir düzeyi aşağıdakilerden hangisine uygundur?' sorusu yöneltilmiş ve katılımcıların 'düşük-orta-yüksek' olarak sunulan seçeneklerden birini işaretlemeleri istenmiştir. Bu nedenle gerçek gelir düzeyinden çok algılanan gelir düzeyini yansıttığı göz önünde bulundurulmalıdır.
4. Araştırmada algılanan anne baba tutumu için ayrı bir ölçme aracı kullanılmamıştır. Kişisel-Demografik Bilgi Formu'nda kısa açıklamaları ile verilen anne-baba tutumlarından ergenlerin kendi bildirimlerine dayalı işaretlemeleri dikkate alınmıştır. Bu nedenle anne baba tutumlarının ergenin kişisel algısına ve bildirimine dayalı anne-baba tutumlarını yansıttığı göz önünde bulundurulmalıdır.

1.5. Sayıtlar

1. Gönüllülük esasına dayandığı için araştırma katılımcılarının ölçekleri gerçek durumlarını yansıtacak şekilde içtenlikle yanıtladıkları varsayılmaktadır.
2. Araştırmada kullanılan Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu'nun ve Kişilerarası Tarz Ölçeği'nin söz konusu özellikleri ölçtüğü varsayılmaktadır.

1.6. Tanımlar

Öznel iyi oluş (subjective well-being): Kişilerin yaşamlarını değerlendirmeleri sonucunda olumlu duyguların daha fazla, olumsuz duyguların ise daha az olması olarak tanımlanmaktadır (Diener, 2000).

Kişilerarası ilişki tarzları (interpersonal relation styles): Bireyin ilişkilerinde kendini ifade etme şekli, diğerlerine karşı yaklaşımı ve iletişim kurma biçimi olarak tanımlanmaktadır (Doğan ve Sapmaz, 2012). Bu araştırmada Kişilerarası Tarz Ölçeği'nin ölçtüğü; baskın, kaçınan, öfkeli, manipülatif, küçümseyici/alaycı, duygudan kaçınan\duyarsız olarak adlandırılan olumsuz kişilerarası ilişki tarzları dikkate alınmıştır.

Algılanan anne-baba tutumu: Anne ve babaların çocuklarına yönelik gösterdiği davranış örüntülerinin çocukları tarafından yorumlanmasıdır (Eldeleklioğlu, 1996). Anne-baba tutumları bu araştırmada; demokratik, otoriter, koruyucu, ilgisiz, tutarsız tutum şeklinde ele alınmıştır.

Algılanan gelir düzeyi: Araştırma katılımcısı ergenlerin ailelerinin gelir düzeyini; düşük, orta ve yüksek seçeneklerinden birini işaretlemeleri şeklinde kişisel bildirimlerine dayalı gelir düzeyini yansıtmaktadır.

II. BÖLÜM

2. Kuramsal Temeller ve İlgili Alan Yazın

Bu bölümde öznel iyi oluş ve kişilerarası ilişki kavramı ele alınmıştır. Öznel iyi oluşla ilgili kuramlar, öznel iyi oluşu etkileyen etmenler, ergenlikte öznel iyi oluş, kişilerarası ilişkilerle ilgili kuramlar, öznel iyi oluş ve kişilerarası ilişkiler, ergenlikte kişilerarası ilişkiler ve kişilerarası ilişki tarzı ile ilişkili açıklamalara yer verilmiştir. Ayrıca ergenlerde öznel iyi oluş ve kişilerarası ilişki tarzı ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında yapılmış bazı araştırmalar özetlenmiştir.

2.1. Öznel İyi Oluş Kavramı

İnsanlar, olumlu duygularla yaşamlarından memnun olmak istemekte; yaşam deneyimleri ve deneyimlerine yükledikleri anlam ile kendini iyi hissetmektedir. İyi olma, iyi hissetmek terimlerinin kullanımı giderek günlük hayatımızda önemli bir yere sahip olmuş; yaşam kalitesi gibi pek çok kavramı da beraberinde getirmiştir. İyi oluş kavramı yaşam doyumu, olumlu ruh sağlığı ve genel mutluluğu işaret eden çatı bir kavram olarak kullanılmaktadır (Dursun, 2012).

‘Bireyin iyi oluşu neyi ifade etmektedir? Nasıl artırabilir?’ gibi sorulara pek çok alanda yanıt aranmıştır. Mutluluk arayışı birçok kişi için önemli bir hedeftir (Lyubomirsky ve diğerleri, 2005). Öyle ki mutluluk tarih boyunca, çeşitli felsefi akımların, dinlerin ve siyasal ideolojilerin insanlara sundukları vaatlerin en başında gelmiştir (Türkdoğan, 2010). Psikoloji alan yazında ise iyi oluş kavramı ile ilgili, hazcılık (hedonizm) ve psikolojik işlevsellik (eudaimonism) olmak üzere iki temel bakış açısı görülmektedir (Deci ve Ryan, 2008). ‘Hedonizm’ boyutu haz ve mutluluğa odaklanırken, ‘Eudaimonic’ boyutu kişinin kendini gerçekleştirmesine, anlamasına ve gelişmesine odaklanmaktadır (Ryan ve Deci, 2000). Hedonizm boyutunda amaç olumlu duyguları en

üst düzeye çıkarmaktır (Ryff ve Keyes, 1995). İnsan yaşantısını hazcı boyut üzerinde değerlendiren birçok çalışma, iyi oluşu; ‘öznel iyi oluş’ olarak belirtmektedir (Diener ve diğerleri, 1999; Hybron, 2000).

Pozitif psikoloji mutluluğun araştırılması ve izlenmesi (Diener, 2000) temel ilkesi ile psikopatolojiyi yadsımadan; insanların potansiyel güçlerine, duygularına, olumlu özelliklerine vurgu yapmaktadır (Seligman, Steen, Park ve Peterson, 2005). Pozitif psikolojide mutluluk kavramı genelde öznel iyi oluş olarak tanımlanmaktadır (Suldo ve diğerleri, 2009). Öznel iyi oluş; insanların mutluluktan ne anladığı (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000), yaşamları hakkında ne düşündüğü ne hissettiği, varoluşlarını değerlendirdiklerinde bilişsel ve duygusal olarak ulaştıkları sonucu ifade etmektedir (Baytemir, 2014). Birey kendi yaşamını, kendi belirlediği değer ve standartlara göre değerlendirerek bir yargıya ulaşmaktadır (Diener, 2000). Olumlu ya da olumsuz olabilecek değerlendirmeler; bireyin genel olarak yaşam doyumunu, ilişkilerini, genel sağlığını, ilgilendiği aktiviteleri, olaylarına verilen olumlu ve olumsuz duygusal tepkileri içermektedir (Diener ve Ryan, 2009). Yaşam doyumunu öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu; olumlu ve olumsuz duygu deneyimleri ise duygusal boyutunu oluşturmaktadır (Diener, 1984). Günlük duygusal deneyimlerden; heyecan, güç ve ilham gibi duygular olumlu duyguları; sıkıntı, öfke, düşmanlık ve gerginlik gibi duygular ise olumsuz duyguları yansıtmaktadır. Öznel iyi oluşun ikinci bileşeni olan yaşam doyumunu ise; bireyin iş, evlilik, ebeveynlik, arkadaşlık ve diğer yaşantılarını içeren farklı yaşam alanlarından aldıkları doyumlarla ilgili yargılarını ifade etmektedir (Tsaousis, Nikolaou, Serdaris ve Judge, 2007).

İnsanlar yaşamlarını; yaşam doyumunu ya da bir işi gerçekleştirmek gibi genel bir yargıya, evlilik, sağlık veya iş hayatı gibi yaşam alanlarına ya da hissettikleri duygulara göre değerlendirmektedir (Diener, 2006). Olumlu duyguların daha fazla, olumsuz duyguların az olması; yaşamından doyum alma ve daha çok tatmin edici etkinlik yapma, daha az engellendiğini hissetme gibi özellikler, bireyin yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip olduğunu göstermektedir (Diener, 2000). Oysa olumsuz duygu deneyimlerinin süresinin ve yoğunluğunun artması, kişinin etkili davranımda bulunmasını engelleyerek yaşamdan memnuniyetsiz hale getirmektedir (Diener, 2006). Bu nedenle öznel iyi oluş

kavramı, anlık bir mutluluk ve iyi olma halini değil (Diener ve diğerleri, 1999), daha uzun süreli ve kapsamlı bir iyilik halini yansıtmaktadır (Uçan ve Esen, 2015). Ancak öznel iyi oluş, psikolojik iyilik halinin bütününe değil sadece bir boyutunu içermektedir (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Daha çok mutlu olma, kendini mutlu hissetmeyi yansıtan öznel iyi oluş kişinin kendi yargısına ve bildirimine dayalıdır. Bu nedenle kişinin mutlu olduğunu bildirmesi tam olarak psikolojik iyilik halini yansıtmamaktadır. Ancak değerlendirme sonucunda öznel iyi oluşu yüksek olan kişilerin diğerlerine göre, işlerinden doyum aldıkları, daha yüksek başarı gösterdikleri, daha olumlu sosyal ilişkiler kurduğu, daha çok yardım etkinliklerinde buldukları, karşılaştıkları zor durumlar karşısında daha kolay baş ettikleri, daha uyumlu mizaca sahip oldukları, daha hızlı ve daha iyi karar verdikleri, bağışıklık sistemlerinin daha güçlü olduğu ve daha uzun yaşadıkları bilinmektedir (Diener, 2000; Diener ve diğerleri, 1999; Joshi, 2010).

Öznel iyi oluş aynı zamanda, bireyin ve toplumun yaşam kalitesini gösteren bir ölçüt olup; yaşamından memnun olan bir toplumun varlığı için de önem arz etmektedir (Diener, Oishi ve Lucas, 2003). Türkiye’de bireylerin genel mutluluk algısını ve temel yaşam alanlarındaki genel memnuniyetini ölçmek amacıyla Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2003 yılından beri, düzenli olarak, ülke genelinde hane halkındaki 18 yaş üstü kişilerle görüşme yoluyla yapılan tarama çalışması sonucunda Yaşam Memnuniyeti Araştırmasını (YMA) gerçekleştirmektedir. Araştırmanın 2016 verilerine göre mutlu olduğunu bildiren bireylerin oranı % 61,3’ü, mutsuz olduğunu bildiren bireylerin oranı ise % 10,4 olarak raporlaştırılmıştır (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2017). 2017 yılında ise mutlu olduğunu bildiren bireylerin oranı % 58’dir (TÜİK, 2018).

2.1.1.Öznel iyi oluş ile ilgili kuramsal açıklamalar

Öznel iyi oluşu; ulaşılabilecek bir erek, etkinlikte bulunma, uyum sağlama, yargı ve doyum sağlamak mı mutluluğa sebep olur yoksa mutluluk mu doyum getirir tartışması ile açıklayan birtakım kuramsal görüşler bulunmaktadır. Erek kuramı, amaçların gerçekleşmesi ve ihtiyaçların doyurulması olmak üzere iki önemli boyutu vurgulamaktadır. Her amaç öznel iyi oluşa katkı sağlamamaktadır ancak amaçların

önemli ve gerçekleştirilebilir olduğuna ilişkin inanç, öznel iyi oluşu yükseltmektedir (Reisoğlu, 2014). İhtiyaçlar boyutundan bakıldığında bireyin doğuştan veya sonradan kazandığı birtakım ihtiyaçları bulunmaktadır. Bu ihtiyaçların doyurulması ile öznel iyi oluş artmaktadır (Diener, 1984).

Etkinlik kuramı, bireyin yeteneklerine uygun amaçlar doğrultusunda etkinliklerde bulunmasının ve istenen hedeflere ulaşmak için yapılan etkinliklerin doyum sağlayacağını belirtmektedir (Tuzgöl-Dost, 2004). Buna göre öznel iyi oluşta sonuçtan ziyade süreçte yaşanan faaliyetler, eylemler daha önemlidir (Çelik, 2008). Akış kavramı ile etkinlik kuramı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye açıklık getiren Csikszentmihalyi (2005) akışı, “insanların bir etkinliğe kendilerini başka hiçbir şeyi umursamayacak kadar kaptırmaları” (s.6) olarak tanımlamaktadır. Buna göre etkinlikler, bireyin yeteneğiyle doğru orantılı olduğunda ve ilgisini çektiğinde öznel iyi oluşu artırmaktadır (Csikszentmihalyi, 1975; akt. Diener, 1984).

Uyum kuramı, kişilerin yeni durumlara veya koşullara başlangıçta tepki göstereceğini fakat zaman geçtikçe uyum sağlayacaklarını belirtmektedir (Diener ve diğerleri, 1997). Yaşam olaylarına dayalı yüksek öznel iyi oluşun geçici olduğu söylenmektedir (Eryılmaz, 2014). Buna göre bireyler acı ve haz veren olaylardan sonra uzun süre mutsuz ya da mutlu kalmadıkları için, olumlu ve olumsuz olaylara rağmen dengelerini korumaktadırlar (Tuzgöl-Dost, 2004).

Aşağıdan yukarıya ve yukarıdan aşağıya kuramları öznel iyi oluşu açıklamada ‘kişilerin yaşadığı doyumlar sonucunda mı mutlu olmaktadır; yoksa mutlu oldukları için mi yaşantılarından doyum sağlamaktadır?’ sorusuna verdikleri yanıt ile ayrılmaktadır (Türkdoğan, 2010). Aşağıdan yukarıya kuramına göre öznel iyi oluş için evlilik, iş ve diğer yaşam alanlarında doyum sağlama önemlidir (Diener, 1984). Birey, yaşadığı olayları olumlu ya da olumsuz olarak değerlendirdiğinde, öznel açıdan iyi ya da kötü olduğuna karar vermektedir. Buna göre bireylerin yaşadıkları küçük öznel iyi oluşların toplamı, öznel iyi oluşu belirlemektedir (Eryılmaz, 2009a). Yukarıdan aşağıya kuramına göre birey genetik ve kişilik özellikleri nedeniyle içinde bulunduğu durumu olumlu ya da

olumsuz olarak algılama ve yorumlama eğilimindedir (Diener, 1984). Böylece, kişiliğin genel özellikleri, öznel iyi oluşu ve olaylara tepkilerini etkilemektedir (Yıldız, 2014).

Yargı kuramına göre, bireylerin yaşamında belirledikleri ölçütler doğrultusunda değerlendirmeleriyle öznel iyi oluş düzeyi belirlenmektedir (İşleroğlu, 2012). Sosyal karşılaştırma kuramı çerçevesinde bu ölçüt, bireyin durumunu karşılaştırdığı diğer insanlardır (Diener, 1984). Yapılan araştırma sonuçları değerlendirildiğinde de öznel açıdan iyi olan bireylerin kendilerini kendilerinden daha kötü durumda olan bireylerle karşılaştırmaya eğilimli oldukları; öznel açıdan iyi olmayan bireylerin ise, kendilerini kendilerinden hem daha iyi hem de daha kötü bireylerle karşılaştırmaya eğilimli oldukları vurgulanmıştır (Eryılmaz, 2014).

2.1.2. Öznel iyi oluşu etkileyen etmenler

Lyubomirsky ve diğerleri (2005), öznel iyi oluşun belirleyicilerini gösteren bir model geliştirmiştir. Bu modele göre genetik yatkınlık ve kişilik özellikleri, bireylerin öznel iyi oluşlarını % 50; kişilerarası ilişki kurma, dini etkinliklere katılma, egzersiz yapma ve hobiler gibi amaca yönelik etkinliklerde bulunma % 40'ını; yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyi gibi demografik özellikler ile gelir düzeyi, yaşanan yer, medeni hal ve içinde yaşanan ülke gibi yaşam koşulları ise % 10 oranında açıklamaktadır. Kişilik özellikleri ve bireyin etkinlikleri öznel iyi oluşun daha güçlü; demografik değişkenler ve yaşam koşulları ise daha zayıf yordayıcıları olarak belirtilmiştir (Tkach ve Lyubomirsky, 2006; Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011). Öznel iyi oluşla bağlantılı olduğu düşünülen etmenler çevresel (demografik ve yaşam koşulları), psikolojik (kişilik ve genetik) ve sosyal (kişilerarası ilişkiler, bağlanma tarzı, sosyal destek) etmenler olarak da sınıflandırılmaktadır.

Çevresel etmenler: Lyubomirsky ve diğerleri (2005), yaşam koşullarını bireyin nasıl yorumladığına ve başka durumlarla karşılaştırmasına göre öznel iyi oluşun değişebileceğini belirtmişlerdir. Öznel iyi oluşu olumlu ya da olumsuz olayların yorumlanmasına göre açıklayan aşağıdan yukarıya kuramı yaşam koşulları ve demografik

özelliklerin öznel iyi oluşun belirleyicisi olduğunu belirtmektedir (Diener ve diğerleri, 1999). Ancak yapılan araştırmalar demografik ve yaşam koşulları değişkenlerinin öznel iyi oluşla ilişkisinin düşük düzeyde olduğunu bildirmektedir (Diener ve Lucas, 2000; Myers ve Diener, 1995). Öznel iyi oluş ile ilişkili olabilecek demografik değişkenlerden cinsiyete göre bakıldığında, bazı çalışmalarda kızların öznel iyi oluşunun daha yüksek olduğu (Deswal ve Sanhi, 2015; Dilmaç ve Bozgeyikli, 2009; Erbaş, 2012) bazı çalışmalarda ise erkeklerin öznel iyi oluşunun daha yüksek olduğu (Ben-Zur, 2003; Tümkaya, 2011) belirtilmektedir. Ayrıca bazı çalışmalarda (Katja, Paivi, Marja-Terttu ve Pekka 2002; Tong ve Song, 2004) cinsiyet açısından farklılaşma olmadığı görülmektedir. Bu nedenle öznel iyi oluş konusunda cinsiyete özgü tutarlı bir farklılaşmanın bulunmadığı raporlaştırılmıştır. Demografik değişkenler arasında öznel iyi oluş üzerinde en fazla etkisi olduğu düşünülen ve bu nedenle öznel iyi oluş ile birlikte ele alınan değişkenlerden biri gelir düzeyidir. Araştırmalar sonucunda gelir düzeyi ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin güçlendiği ya da zayıfladığı farklı durumlar olabileceği bildirilmiştir (Türkdoğan, 2010). Örneğin, ülkeler boyutunda yapılan araştırmalar ekonomik yönden daha avantajlı ülkelerde yaşayanların öznel iyi oluşları daha yüksek bulunurken; aynı ülkede yaşayan ve gelir dağılımı farklı olan insanların öznel iyi oluşları arasında belirgin fark bulunmamıştır (Diener, 1984). Gelir düzeyindeki bu farklılaşma öznel iyi oluşu açıklık getiren kuramlardan yargı kuramı bağlamında ele alındığında, bireyler gelir durumlarını kendilerine göre daha fazlasına ya da daha azına sahip olan insanlarla karşılaştırarak değerlendiklerinde, karşılaştırdığı grubun standartlarının kendisinininkinden yüksek olması bireyi mutsuz edebilir (Çakır, 2015; Çirkin ve Göksel, 2016). Uyum kuramı bağlamında ise gelir düzeyinin artması ile zamanla gelir seviyesine uyum sağlanmakta ve gelirin öznel iyi oluş üzerinde etkisi bulunmamaktadır (Çirkin ve Göksel, 2016).

Psikolojik etmenler: Araştırmalar yaşamdan doyum aldığını belirten bireylerin, belli bir süre geçtikten sonra da yaşamlarını doyumlu olarak nitelendirmeye eğilimli olduklarını göstermektedir (Tuzgöl-Dost, 2004). Bu durum genetik faktörlerin ve bu faktörlerin etkisiyle birlikte oluşan yaşantılar sonucunda şekillenen kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşun belirleyicisi olduğunu savunan yukarıdan aşağıya kuramını desteklemektedir. Tek ve çift yumurta ikizleri ile yapılan araştırmalar kalıtımın (Lykken ve Tellegen, 1996) ve pek çok araştırma kişilik özelliklerinin (Garcia, 2011; Joshi, 2010;

Schimmack, Schupp ve Wagner, 2008) öznel iyi oluşun belirleyicileri olabileceğini belirtmektedir. Kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalarda dışadönüklük ve nevrotiklik öznel iyi oluşu anlamlı şekilde yordayan kişilik özellikleri olarak belirlenmiştir. Doğan (2013), dışa dönük kişilik özelliği ile öznel iyi oluş arasında pozitif, nevrotik kişilik özelliği ile negatif anlamlı ilişkiler olduğunu raporlaştırmıştır. Eryılmaz ve Ercan (2011), ergen öznel iyi oluşunu duygusal dengesizlik, sorumluluk ve dışa dönüklük gibi kişilik özelliklerinin anlamlı şekilde açıkladığını belirtmiştir. Bunların yanında kişilik özelliklerinden sayılabilecek özsaygı (Doğan ve Eryılmaz, 2013; İşleroğlu, 2012; Türkmen, 2011), öz yeterlik (Özbay, Palancı, Kandemir ve Çakır, 2012; Strobel, Tumasjan ve Sporrle, 2011; Telef ve Ergün, 2013; Tong ve Song, 2004), iyimserlik (Eryılmaz ve Atak, 2011; Lucas, Diener ve Suh, 1996; Öztürk, 2013) özelliklerinin öznel iyi oluş ile ilişkisini ortaya koymaktadır. Ayrıca yeterlik, özerklik ve ilişkide olma gibi temel psikolojik ihtiyaçlar karşılandığında öznel iyi oluş düzeyinin arttığını gösteren araştırma bulguları (Eryılmaz, 2011a; Kermen, 2013; İlhan ve Özbay, 2010; Sheldon ve Bettencourt, 2002; Özer, 2009) bulunmaktadır.

Sosyal etmenler: Öznel iyi oluşu açıklayan kuramlardan biri olan etkinlik kuramına göre etkinlikler, bir işi tamamlamak, bir şey öğrenmek veya geliştirmek ruhsal tatmin kaynağı olarak görülmektedir (Haidt, 2014). Etkinlik sonunda oluşan olumlu kazanımlar bireylerde mutluluk duygusu oluşturmaktadır (Eryılmaz, 2014). Seligman (2002) hoşnutluk duyulan gönüllü etkinliklere zaman ayırmanın öznel iyi oluşa katkı sağlayacağını ifade etmiştir. Olumlu kişilerarası ilişkilerin ve sosyal destek varlığının öznel iyi oluşta önemli rol oynadığı bilinmektedir. Sosyal destek varlığının öznel iyi oluşun güçlü yordayıcısı olduğu çeşitli araştırmalarda (Chu, Saucier ve Hafner, 2010; Çevik, 2010; Saygın 2008; Siewert, Antoniow, Kubiak ve Weber, 2011; Nur-Şahin 2011) raporlaştırılmıştır. Biswas-Diener, Diener ve Tamir (2004), öznel iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin arkadaşlık ilişkilerinin, aile desteğinin ve sosyal bağlarının daha güçlü olduğunu belirtmiştir. Kişilerarası ilişkilerin bir yönü olan bağlanma tarzları ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin ele alındığı Karreman ve Vingerhoets (2012)'nin çalışmasında, bağlanma tarzlarından güvenli bağlanma tarzının daha yüksek düzeyde iyi oluşla ilişkili olduğunu belirtmiştir. Bunun yanı sıra birçok araştırma güvenli bağlanma tarzının yüksek öznel iyi oluşla ilişkili olduğunu (Eken, 2010; Özer, 2009; Turp, 2017) göstermektedir.

2.2. Ergenlikte Psikolojik İyilik Hali ve Öznel İyi Oluş

Steinberg (2007), 10-13 yaş aralığını erken ergenlik, 14-18 yaş aralığını orta ergenlik, 19-22 yaş aralığını ise geç ergenlik olmak üzere ergenlik dönemini üç evreye ayırmaktadır. Ergenlik dönemi, fiziksel, bilişsel, duygusal değişimler yanında sosyal ilişkilerde de önemli değişimlerin gerçekleştiği, özerklik arayışlarını içeren, çocukluk ile yetişkinlik arasında kritik bir geçiş dönemi olarak kabul edilmektedir (Santrock, 2012). Ergenlikte gözlenen duygusal ve bilişsel değişimlerle ergenler, duygularını geniş bir yelpazede yaşamakta, kişisel güçlerini ve yetersizliklerini keşfetmekte ve değerler gibi soyut fikirlerle uğraşmaktadırlar (Morganett, 2013). Ergenlik döneminde olumlu değişimler yanında, potansiyel gelişimini engelleyen olumsuz davranışlar benimsenip yerleşebilmektedir (Jeammet, 2016). Diğer yandan, ergenlikteki gelişimsel değişimlerle birlikte zaman zaman belirsizlikten kaynaklanan kaygı, korku, çaresizlik gibi olumsuz ya da heyecan, umut, coşku gibi olumlu duygular da yaşanmaktadır.

Ergenlik döneminde yaşanan hızlı değişimler ergenlerin iyi oluşunu pek çok alanda, farklı derecelerde etkilemektedir. Bazı ergenler bu dönemle uyum içinde ve başarılı şekilde başa çıkabilirken, bazıları ise psikolojik, sosyal ve duygusal sorunlar yaşamakta, daha fazla bunalmakta, cesareti kırılmakta hatta başa çıkamamaktadır (Geldard ve Geldard, 2013). Örneğin stresli yaşam olaylarından sadece biri olan, anne ya da babanın ayrı olması ya da yeniden evlenmesine dayalı çatışmalar ergenlerin iyi oluş düzeyini olumsuz etkileyebilmektedir (McCullough, Huebner ve Laughlin, 2000). Gençler bir olayın kendi iyi oluşları için olumsuz sonuçlar doğuracağına dair bir değerlendirme yaptıklarında o olayın stresli olduğunu düşünmekte, stresle uyumlu bir şekilde başa çıkamadıklarında problemleri davranışlar geliştirmekte, birtakım ruh sağlığı sorunları yaşama riski taşımaktadırlar (Geldard ve Geldard, 2013). Duygusal ve davranışsal problemlerin, ruh sağlığı sorunlarının ergenlik döneminde arttığı bilinmektedir (Silk, Steinberg ve Morris, 2003). Bu dönemde yaşanan ruh sağlığı sorunları bireyin yetişkinlikteki ruh sağlığını da etkileyebilmektedir (Eskin, 2000). Bu bakımdan ergenlikte iyi oluş, ergenlik sırasında ve sonrasında, yaşamda karşılaşılabilecek olumsuzluk durumlarında riskli davranışları azaltmada ve ruh sağlığını korumada etkili olacaktır (Hoyt, Chase-Lansdale, McDade ve Adam, 2012).

Ergen öznel iyi oluşunda; aile ve arkadaş ilişkileri, kişilik özellikleri, okul yaşantıları, olumlu ya da olumsuz yaşam olayları, sosyal çevre, benlik algısı, kimlik biçimlenmesi gibi faktörlerin önemli olduğu görülmektedir (Baytemir, 2014). Ergenlerin yakın ilişkilerinde önemsendiğini, değer gördüğünü hissetmesi; beğenildiğini, anlaşıldığını, sevildiğini düşünmesi, özerkliğinin desteklenmesi gibi sosyal tepkiler öznel iyi oluşunu doğrudan yükseltmektedir (Eryılmaz, 2012b). Ailenin ve akran ilişkilerinin önemli olduğu bu dönemde, ergenler ailelerinden hem uzaklaşıp özerkleşmeyi hem de destek almayı istemektedir (Eryılmaz, 2014). Park (2004), doyum sağlayıcı ilişkilere sahip olma, zorluklarla başa çıkma gücü, ebeveynlerin destekleyici ve ilgili olması gibi durumların ergenlerin öznel iyi oluşlarını olumlu yönde etkilediğini vurgulamaktadır.

2.3. Ergenlerde Öznel İyi Oluş ile İlgili Araştırmalar

Bu başlık altında ergen öznel iyi oluşu ile ilgili yurtiçinde ve yurtdışında yapılan bazı araştırmalara yer verilmiştir. Ergenlik döneminin ortaokuldan başlayarak lise ve üniversiteyi kapsayan uzun yıllara yayılması sebebiyle ergenlerin öznel iyi oluşunu inceleyen araştırmalarda farklı eğitim kademelerinden ergen ve gençlerin araştırma örneklemini olarak alındığı araştırma bulgularına yer verilmiştir.

2.3.1. Yurtdışındaki ilgili araştırmalar

Yurtdışında ergenlerle yapılan araştırmalar incelendiğinde; olumlu sosyal ilişkiler, sosyal destek, aile ilişkileri ve akran ilişkileri gibi sosyal özellikler, ihtiyaç doyumu, iyimserlik, öz yeterlik, öz saygı ve kişilik gibi bireysel ve psikolojik niteliklerin yanı sıra sınıf düzeyi, cinsiyet, sağlık ve gelir düzeyi gibi sosyo-demografik özelliklerin ve akademik başarı, okul doyumu, öğretmen desteği, sınav kaygısı ve okul tükenmişliği gibi akademik özelliklerin öznel iyi oluş ile ilişkisinin incelendiği görülmektedir. Bu araştırmaların sonuçlarına aşağıda yer verilmiştir.

Diener ve Seligman (2002) 222 üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada, mutlu insanların bazı özelliklerini incelemişlerdir. Mutlu kişilerin mutsuzlara göre; daha sosyal, uyumlu ve dışadönük oldukları, olumlu duyguları daha fazla olumsuz duyguları ise daha az yaşadıkları, romantik ilişkilerinin ve diğer olumlu ilişkilerinin daha fazla olduğu gibi bulgular ortaya koymuşlardır. Bu bulgulara dayanarak olumlu sosyal ilişkilerin mutlu olmak için önemli bir etken olduğunu vurgulamışlardır.

Proctor, Linley ve Maltby (2010), 410 ergen ile yaptıkları araştırmada, ergenleri yüksek (% 10) orta (% 25) ve düşük (% 10) olmak üzere üç yaşam doyumu düzeyine ayırarak, yaşam doyumu yüksek olan ergenlerin özelliklerini incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda, yaşam doyumu yüksek olan mutlu ergenlerin okul ile ilgili tüm alanlarda ve kişilerarası ilişkilerde daha yüksek puanlar aldıkları; depresyon, olumsuz duygular ve stres puanlarının ise daha düşük olduğu bulunmuştur.

Siewert ve diğerleri (2011), üniversite öğrencilerinde beklenen ve algılanan sosyal destek düzeyi ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, beklenenden daha fazla sosyal desteğe sahip olmanın yüksek öznel iyi oluşla, oysa istenenden daha az sosyal desteğin ise düşük düzeyde öznel iyi oluşla ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca öznel iyi oluş ile algılanan sosyal destek arasında anlamlı ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir.

Suldo ve diğerleri (2009), ergen öznel iyi oluşu ile öğretmenden algılanan destek arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yaş ortalaması 12 olan 401 öğrencinin katıldığı çalışma sonucunda, genel olarak algılanan öğretmen desteğinin öğrencilerin öznel iyi oluşları ile kısmen ilişkili olduğu bulunmuştur. Öğretmenin öğrencisine güven ve sevgiye dayalı duygusal; öğrencisine zaman ayırma ve yardımcı olma gibi sosyal desteğinin ergenlerin öznel iyi oluşunu olumlu artırdığı bulunmuştur.

Rask, Astedt-Kurki, Paavilainen ve Laippala (2003), lise dönemindeki ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri ile anne-babalarının algıladıkları aile dinamikleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmaya 239 ergen ve ebeveynleri katılmıştır. Araştırma sonucunda ergenlerin öznel iyi oluşları ile aile dinamiğinin bir boyutu olan algılanan

ebeveynlik arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Ancak aile dinamiğinin öğelerinden ailede istikrarlı olma algısının yüksek olduğu, ailede önemli düzeyde sorunların yaşanmadığı ergenlerin öznel iyi oluşunun daha yüksek olduğu görülmüştür.

Joronen ve Kurki (2005), 7., 8. ve 9. Sınıflarda öğrenim gören 19 ergen ile yarı yapılandırılmış görüşme yöntemiyle öznel iyi oluş düzeyinde aile etkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda huzurlu ve demokratik aile ortamı, olumlu aile içi iletişim gibi özelliklerin ergen öznel iyi oluşunu belirlediği sonucuna ulaşılmıştır.

Carlsson, Lampi, Li ve Martinsson (2014) mutlulukta kuşaklararası aktarımı test etmek amacıyla, ön ergenlikteki ergenler ile ebeveynlerinin öznel iyi oluşlarını karşılaştırmışlardır. Ayrıca ergenler ve ebeveynlerin öznel iyi oluşu ile ilişkili değişkenleri belirlemeye çalışmışlardır. Araştırmanın sonucunda; anne babalar ile çocuklarının öznel iyi oluşları arasında ilişki olduğu, ancak ergen ve anne-babalarının öznel iyi oluşlarını etkileyen etkenlerin farklılık gösterdiği bulunmuştur. Buna göre ebeveynlerde iyi oluş; yüksek gelir düzeyinin olması, kadın olmak eğitim düzeyinin yüksek olması, sağlıklı olmak, boşanmamış olma gibi faktörlerle ilişkili bulunmuştur. Oysa ergenlerde öznel iyi oluş daha çok akranları ve anne-babaları ile etkileşimle ilişkili bulunmuştur. Yine bu bulguyla paralel olarak ergenlerde zorbalığa maruz kalma öznel iyi oluş düzeyinin düşüklüğü ile ilişkili bulunmuştur.

Quinn ve Duckworth (2007), ortaokul 5. sınıfa devam eden 257 öğrencinin örneklem alındığı araştırmada boylamsal yöntemle, öznel iyi oluş ile okul başarısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. İki yıl süren çalışma sonunda, öznel iyi oluşun akademik başarıyı artırdığı, akademik başarının ise öznel iyi olma düzeyini artırdığı vurgulanarak, karşılıklı ilişkiye dikkat çekilmiştir.

Tuominen-Soini, Salmela-Aro ve Niemivirta (2008), farklı alanlara ilişkin başarı amacı taşıyan ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri ile okul tükenmişliği ve eğitim amacına ilişkin değerlendirmelerinde farklılık olup olmadığını incelemişlerdir. Araştırmaya 9. ve 11. sınıflarda eğitim gören 1321 ergen katılmıştır. Araştırma sonucunda başarı odaklı

yönelimler ile başarı ve öğrenme arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun önemli bir etkisi olduğu vurgulanmıştır.

Steinmayr, Crede, McElvany ve Wirthwein (2015) ergenlerin öznel iyi oluşları, akademik başarıları ve sınav kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 11. sınıfta eğitim gören 290 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma sonucunda sınav kaygısının öznel iyi oluşun bilişsel bileşeni (yaşam doyumu) ve duygusal bileşeni (olumsuz-olumlu duygulanım) ile negatif yönde ilişkili olduğu, akademik başarının ise öznel iyi oluşun bilişsel bileşeni (yaşam doyumu) ile pozitif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Tong ve Song (2004), farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluş ve öz yeterlik arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 102 alt sosyo-ekonomik düzeyden ve 164 orta sosyo-ekonomik düzeyden ergen katılmıştır. Araştırma sonucunda, öz yeterlik ve öznel iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Sosyo-ekonomik düzeyin öz yeterlik ve öznel iyi oluşun önemli yordayıcısı olduğu ve düşük sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlerin orta sosyo-ekonomik düzeydeki ergenlere göre daha düşük öz yeterliğe ve öznel iyi oluşa sahip olduğu saptanmıştır. Ayrıca öznel iyi oluş puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı gözlenmiştir.

Patrick, Knee, Canevello ve Lonsbary (2007), yaş ortalaması 22.6 olan 1918 katılımcının örneklem aldığı çalışmada, ilişkilerde ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda ilişkilerde ihtiyaçların giderilmesinin, öznel iyi oluşu güçlü bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Ayrıca yüksek öznel iyi oluş; benlik saygısı, olumlu duygular, güvenli bağlanma, hoşgörü ve yoğun ilişki kalitesi ile ilişkiliyken; düşük öznel iyi oluş olumsuz duygular, kaygılı ve kaçınan bağlanma, çatışma algısı ve savunuculukla ilişkili bulunmuştur.

Karatzias, Chouliara, Power ve Swanson (2006), ergenlerin genel iyi oluşları ile benlik saygısı ve duygulanımları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 425 lise öğrencisinin katıldığı çalışmada yaş ve cinsiyete göre genel iyi oluş düzeyinde farklılık bulunmamıştır.

Bunun yanında evdeki benlik saygısının (home self esteem), ergenlerin genel iyi oluşlarının, okuldaki benlik saygısı (school self esteem) ise olumsuz duygulanım yaşamlarının güçlü yordayıcıları olduğu vurgulanmıştır.

Ben-Zur (2003), yetkinlik algısı ve iyimserlik ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi farklı örneklem grubu ile iki aşamada incelemiştir. İlk çalışmada yaşları 18 ile 30 arasında değişen 97 üniversite öğrencisi ve yaşları 15–17 arasında değişen 185 ergende olumlu-olumsuz duygulanım ile yetkinlik algısı (mastery) ve iyimserlik (optimimistizm) arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda genç yetişkinler ve ergenler örnekleminde yetkinlik algısı ve iyimserlik olumsuz duygulanım ile negatif, olumlu duygulanım ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Cinsiyete göre bakıldığında kız ergenlerin, erkeklere oranla olumsuz duygulanımlarının daha fazla olduğu bulunmuştur. Araştırmanın ikinci aşamasında ise 121 ergen ve ebeveynleri öznel iyi oluş, yetkinlik algısı ve iyimserlik özellikleri yönünden karşılaştırılmıştır. Ergenlerin öznel iyi oluşuyla ebeveynlerin ve özellikle babaların öznel iyi oluşu arasında olumlu yönde ilişki tespit edilmiş; ancak ergenlerin ve ebeveynlerinin iyimserlik özellikleri ve yetkinlik algısı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Tsaousis ve diğerleri (2007), 160 üniversite öğrencisiyle yaptıkları araştırmada, öz-değerlendirme, öznel iyi oluş ve sağlık işlevselliği arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada fiziksel sağlığın öznel iyi oluşu ve psikolojik sağlığı etkileyeceği hipotezi kurulmuştur. Ancak öz değerlendirme, fiziksel ve psikolojik sağlık ve öznel iyi oluş arasında ilişki bulunmadığı tespit edilmiştir.

Schimmack ve diğerleri (2008) yaşları 16 ile 94 arasında değişen 1053 kişinin katıldığı örnekleme, öznel iyi oluş düzeyi üzerinde çevre ve kişilik değişkenlerinin etkisini incelemiştir. Çalışma sonucunda kişiliğin nevrozizm boyutunun öznel iyi oluşun duygusal bileşeni olumsuz-duygulanımın; çevrenin ise öznel iyi oluşun bilişsel bileşeni olarak kabul edilen yaşam doyumunun güçlü bir yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Jovanovic (2011), üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, öznel iyi oluşu oluşturan duygusal ve bilişsel bileşenlerin kişilik özellikleri ile ilişkisini ayrı ayrı

incelemiştir. Araştırma sonucunda kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşun bilişsel yönü (yaşam doyumu) ile ilişki bulunmamış; kişilik özelliklerinden kaygı ve nevroitik eğilimlerin öznel iyi oluşun duygusal yönü (olumsuz ve olumlu duygular) ile ilişki tespit edilmiştir.

2.3.2.Yurtiçindeki ilgili araştırmalar

Türkiye’de ergenlerle yapılan araştırmalar incelendiğinde; cinsiyet, okul türü, sınıf düzeyi, gelir düzeyi, anne baba tutumları, akademik başarı durumları gibi sosyo demografik değişkenlerin yanı sıra beden imajı, kişilik özellikleri, özerklik, başa çıkma becerisi, öz saygı, öz yeterlik, ihtiyaç doyumu, internet bağımlılığı gibi psikolojik değişkenler ve sosyal beceri, sosyal destek, iletişim becerisi gibi sosyal değişkenlerle öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği görülmektedir. Bu araştırmaların sonuçları aşağıda yer almaktadır.

Canbay (2010), lisede öğrenim gören 445 ergen ile yaptığı çalışmada, öznel iyi oluş ve sosyal beceri düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonunda sosyal beceri düzeyi arttıkça, öznel iyi oluş düzeyinin yükseldiği bulunmuştur. Ayrıca lise öğrencilerinde öznel iyi oluş düzeyinin; gelir düzeyi, anne baba tutumları, akademik başarıları ve katıldıkları etkinliklere göre farklılık gösterdiği ancak cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre farklılık göstermediği bulunmuştur.

Kartal (2013), lisede öğrenim gören ergenlerin öznel iyi oluş ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 1541 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda ergenlerin öznel iyi oluş düzeyi yükseldikçe, iletişim becerilerinin de arttığı tespit edilmiştir. Ayrıca öznel iyi oluş düzeyi ile ebeveynlerin birlikte ya da ayrı oluşu, cinsiyet ve sınıf düzeyine göre anlamlı farklılaşma bulunamamış; ebeveynin öz olma durumu ve kardeş sayısına göre anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Karakoç ve diğerleri (2013) 14-19 yaş aralığındaki 1028 ergenin katılımıyla gerçekleştirdiği çalışmasında, olumlu gelecek beklentisi ve öznel iyi oluş arasındaki

ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonunda olumlu gelecek beklentisi ve öznel iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Ergen öznel iyi oluşunun cinsiyete göre farklılık göstermediği ancak okul başarısına göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Kermen (2013), 768 üniversite öğrencisi ile özerklik, yeterlik ve ilişkili olma gibi psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda psikolojik ihtiyaçlar giderildiğinde, öznel iyi oluş düzeyinin yükseldiği tespit edilmiştir. Ergen öznel iyi oluş düzeyinde cinsiyet ve yaşa göre farklılık bulunmamış ancak gelir düzeyine göre farklılaşma olduğu belirlenmiştir.

Eryılmaz ve Öğülmüş (2010), yaşları 14-18 yaş arasında olan 541 ergenlerle yaptıkları çalışmada, öznel iyi oluşun kişilik özellikleri ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerde öznel iyi oluşu sorumluluk, dışadönüklük ve duygusal dengesizlik kişilik özelliklerinin açıkladığı tespit edilmiştir.

Morsünbül (2011), 18-23 yaş aralığında olan 602 ergeni örneklem olarak aldığı çalışmada, öznel iyi oluş üzerinde özerklik ve kimlik biçimlenmesinin etkisini incelemiştir. Özerkliğin ve kimlik biçimlenmesinin öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca özerklik özelliğinin öznel iyi oluşu, kimlik biçimlenmesi aracılığıyla artırdığı tespit edilmiştir.

İşleroğlu (2012) çalışmada, duyguları ifade etme eğilimi, benlik saygısı ve sosyal yetkinlik beklentisinin öznel iyi oluşu yordama gücünü incelemiştir. Araştırmanın örneklemini lisede öğrenim gören 586 ergen oluşturmaktadır. Benlik saygısı ve sosyal yetkinlik beklentisinin öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde açıkladığı ancak duyguları ifade etme eğiliminin öznel iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur.

Derin (2013), farklı lise türlerinde ve sınıf düzeylerinde öğrenim gören 794 ergeni örneklem olarak aldığı çalışmada, internet bağımlılığı ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma sonunda internet bağımlılığın ergen öznel iyi oluş alt boyutlarından diğerleri ile ilişkide doyum ve olumlu duygular ile negatif yönde ilişkili olduğu, yaşam doyumu alt boyutu ile ise pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır.

Oktan (2012), 17-19 yaş grubu üniversite öğrencilerini örneklem olarak aldığı çalışmasında, ergenlerin beden imajı ve reddedilme duyarlılıklarının öznel iyi oluşları üzerindeki etkisini incelemiştir. Beden imajı reddedilme duyarlılığının öznel iyi oluşu yordadığı ve özellikle beden imajının öznel iyi oluşu açıklamada daha fazla katkısı olduğu bulunmuştur.

Işık ve Bedel (2015), yaş ortalaması 15 olan 400 ergen ile yaptıkları araştırmada, başa çıkma stili ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucunda, aktif ve olumsuz başa çıkmanın, ergen öznel iyi oluşunu anlamlı şekilde açıkladığı; kaçınan başa çıkma stiline ise öznel iyi oluşun yordayıcısı olmadığı bulunmuştur.

Telef ve Ergün (2013), öz yeterlik algısının öznel iyi oluş düzeyinin yordayıcısı olup olmadığını araştırmıştır. Araştırmanın örneklemini farklı liselerde öğrenim gören 311 ergen oluşturmuştur. Araştırma sonucunda duygusal, akademik ve sosyal öz yeterlik algıları, ergen öznel iyi oluşunun anlamlı yordayıcıları olarak tespit edilmiştir.

Malkoç (2011), 24 üniversite öğrencisinin deney grubu olarak alındığı 11 oturumluk deneysel çalışma ile öznel iyi oluş ve stresle başa çıkma düzeylerini geliştirmeyi hedeflemiştir. Araştırmanın sonucunda, deney grubunun öznel iyi oluş düzeyinin arttığı ancak stresle başa çıkma yaklaşımlarından sadece sosyal desteğe başvurma boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Dursun (2015), geliştirdiği öznel iyi oluş artırma programı ile parçalanmış aileden gelen ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerini geliştirmeyi amaçlamıştır. On bir oturumluk deneysel çalışmaya, 14-18 yaş aralığında 18 ergen katılmıştır. Öznel iyi oluş artırma programının deney grubundaki ergenlerin öznel iyi oluş düzeyine olumlu katkıları olduğu saptanmıştır.

Öznel iyi oluş ile ilgili araştırma bulguları ergen öznel iyi oluşunun; psikolojik, sosyal, demografik birçok özellik ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Öznel iyi oluş konusunda ülkemizde yapılan araştırmalarda öznel iyi oluşun daha çok sosyo-demografik

değişkenler ile psikolojik ve sosyal değişkenlerin sık kullanıldığı dikkat çekmektedir. Ergenin kişilik yapısı, sosyal becerisi, iletişim becerisi, başa çıkma stili, ihtiyaç doyumu, olumlu gelecek beklentisi, öz yeterliliği gibi pek çok değişken ile ergen öznel iyi oluşu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü gibi demografik değişkenlerin ise ergen öznel iyi oluş ile ilişkisinde farklı sonuçlar bulunmuştur. Yurtdışı araştırmalarda ise birçok değişkenin yanında yüksek öznel iyi oluş aile ve okul yaşantısı ile ilişkilendirilmiştir. Aile ortamı ve aile içi ilişkilerin, aile desteği, okul doyumu, öğretmen desteği gibi aileye ve okula ilişkin değişik özelliklerin ergen öznel iyi oluşu üzerindeki önemi vurgulanmıştır.

2.4. Kişilerarası İlişkiler Kavramı

İmamoğlu (2008)'e göre insanların varlığını sürdürmesi ve temel ihtiyaçlarını karşılaması, geliştirdiği ilişkiler ile olmaktadır. Ryan (1995), öz-belirleme kuramı çerçevesinde yeterlik ve özerlik ihtiyaçları ile birlikte ilişki ihtiyacını, bireylerin yaşamlarının doğasında olan temel psikolojik ihtiyaç olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle bu ihtiyaç, kişinin kendini ifade ettiği, geliştirdiği, doyum sağladığı, güven duyduğu bir ilişkiye gereksinimi ifade etmektedir.

Kişilerarası ilişkiler, kişilerin kendilerini ve başkalarını anlayabilmek amacıyla birbirleri arasında gelişen ve değişen sürekli etkileşimsel bir paylaşımdır (Erözkan, 2009; Siyez, 2010). Bireyler gerek ihtiyaçlarını karşılamak gerekse topluma uyum sağlamak adına neredeyse her anında, farklı şekilde kişilerarası ilişkiler kurmaktadır. Başka insanlarla ilişkilerde bireyler karşılıklı etkileşim ile birtakım şeyler alarak ya da vererek, birlikte olma, sosyalleşme, ait olmak, tamamlanma ihtiyaçlarını karşılamaktadırlar (Baumeister ve Leary, 1995). Bir bakıma birey ilişkileri ile sürekli yeniden tanımlanmakta ve gelişmektedir (Cüceloğlu, 2004).

Birey kendini, çevresini ve çevresiyle olan ilişkilerini anlamlandırma yoluyla tanımlamaktadır (Erdoğan, 2011). Öyle ki, birey gelişimi süresince kendine nasıl davranıldığını, çevresindeki kişilerin nasıl algıladığını incelemesi ile davranış biçimleri

geliştirmektedir (Erözkan, 2005). Ancak kişilerarası ilişkilerin başlatılması, geliştirilmesi ve sürdürülmesinde ilişkilerin algılanış, yorumlanış, değerlendiriliş biçimlerinin yanı sıra kişinin kendini algılayışı ve bireylerin karşılıklı beklentileri de belirleyici olmaktadır (Göçener, 2010; İmamoğlu ve Aydın, 2009).

2.4.1. Kişilerarası ilişkiler ile ilgili kuramsal açıklamalar

Kişilerarası ilişkiler kavramı ile ilgili ilk kuramsal açıklamalar çocukluk döneminde kişiliğin temellerinin atıldığını ve bu dönemde yetişkinlerle kurulan ilişkilerin önemini vurgulayan psikanalitik ve psiko-dinamik yaklaşımlardır. Bunlardan S. Freud'un psiko-seksüel ve E. Erikson'un psiko-sosyal gelişim kuramlarında doğrudan kişilerarası ilişkiler kavramı geçmese de farklı yaşam dönemlerindeki çatışmalar ve bunların kişilik üzerindeki etkisi ele alınmaktadır. Psikanalitik kurama göre psiko-seksüel gelişim dönemlerinde yaşanan yoksunluk ve yetersizlikler sonucu dönemin başarılı şekilde atlatılmaması, yetişkinlik dönemindeki kişilerarası ilişkileri olumsuz yönde etkilemektedir. Freud'un oral, anal, fallik, latent ve genital dönem olarak adlandırdığı psiko-seksüel gelişim dönemleri bulunmaktadır. Ergenlik yıllarının bir kısmına denk gelen genital dönemde, karşı cinsle ilişkilerin geliştirilmesinin yanında, ergen toplumsallaşma, grup etkinliklerinde bulunma gibi kişilerarası ilişkiler geliştirilmektedir (Geçtan, 2000). Yaşamı sekiz döneme ayıran E. Erikson ise, dönemlerden biri olan 'Yakın ilişkilere karşı soyutlama dönemi' ile kişilerarası ilişkilere vurgu yapmaktadır. Yakın ilişkilere karşı soyutlama döneminde, kişinin yakın ilişkilerin dostlukların geliştirilmediği durumlarda yalnızlık duygusunun yerleşmesi sonucunda, kişi diğer insanlarla yakınlık kurmaktan kaçınmakta ve toplumsal gruplardan soyutlanmaktadır (Geçtan, 2000).

Psikanalitik temelli psiko-dinamik kuramlardan içindeki Nesne İlişkileri Kuramı kişilerarası ilişkiler ve gelişimdeki rolü üzerine odaklanmıştır. Buna göre; kişilerarası ilişkilerde ilişki içerisinde olduğumuz bireylerden çok, ilişkilere içselleştirilmiş imgelere dönüştürülmektedir (Geçtan, 2000). Bu yönüyle nesne ilişkileri kuramı, içselleştirilmiş kişiler arası ilişkiler olarak ele alınmaktadır (Corey, 2008).

Kişilerarası ilişkilerin belirleyici rolünü vurgulayan Sullivan, kişiliği bireylerin diğer insanlarla olan ilişkisi olmadan var olamayacağını öne sürmüştür (Geçtan, 2000). İnsanları anlamak, onların insanlarla kurdukları ilişkilerde nasıl davrandıklarını gözlemekle mümkün olmaktadır (Burger, 2006). Kuramın temel kavramlarından biri olan kişileştirme (personifikasyon), bireyin kendisine veya başka bir insana oluşturduğu imaj olarak tanımlanmaktadır (Tolan ve Duy, 2015). Sullivan bu kavramı, iyi ben (good me) ve kötü ben (bad me) olarak ikiye ayırmıştır. İyi ben kişiselleştirilmesi ödül ve onay deneyimlerle, kötü ben kişiselleştirilmesi ise cezalandırılmış, kaygı verici, pişmanlık duyulan deneyimlerle gelişmektedir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2009). Kişilerin ilişkilerini bu imgeler çerçevesinde diğerlerini değerlendirerek oluşturduğu düşünüldüğünde, imgelerin değişmez ve sürekli olması kişiler arası problem ve çatışmalara yol açabilecektir (Saymaz, 2003).

Kişilerarası ilişkileri anlamaya yardımcı olan kuramlardan biri de Bowlby'nin Bağlanma Kuramıdır. Bağlanma kuramı, erken dönem ebeveyn çocuk etkileşimlerinin ve zihinsel örüntülerin, gelecek zamanlarda oluşan kişilerarası ilişkilere etki ettiğini belirtmektedir (Gökçe, 2013). Bağlanma kuramının iki temel varsayımından birisi olan kişinin bağlanma biçimi; olayları deneyimleme ve beklentilerine göre durumun yorumlamasında rol oynamaktadır. İkincisi ise, bağlanma biçimleri iletişim tarzlarını/davranışlarını etkilemektedir (Uluyol, 2014). Hazan ve Shaver (1987) tarafından yapılan araştırmaya göre yetişkinlerin büyük çoğunluğunun ilişki kurma tarzı çocuklukta bağlanma biçimleri ile benzer özellikler taşımaktadır.

Leary (1957)'nin kişilerarası teorisine göre kişilerarası davranış yakınlık (affiliation) ve baskınlık (dominance) olarak adlandırılan iki temel boyut ile açıklanmaktadır. Yakınlık boyutu soğuk-düşmanca davranışlardan yakın-arkadaşça davranışlara; baskınlık boyutu ise baskın-kontrolcü davranışlardan itaatkâr davranışlara değişkenlik göstermektedir (Akt. Akyunus ve Gençöz, 2016).

Kiesler (1983)'e göre ise kişilerarası davranış, etkileşimde bulunan iki insanın karşılıklı olarak birbirlerinin davranışlarını etkilemesi olarak tanımlanan tamamlayıcılık (complementarity) ilkesine göre olmaktadır. Buna göre bireyin davranışı diğer bireyin

davranışının hem nedeni hem de sonucudur (Karlı, 2008). Kişilerarası döngü üzerinde tamamlayıcı davranışlar, kontrol ve birliktelik boyutundan oluşmaktadır (Kiesler, 1983). Birlikte olma boyutu kendisiyle (benzeriyle), kontrol boyutu ise karşıtıyla tamamlanmaktadır (Soygüt ve Türkçapar, 2001). Kontrol boyutuna göre kişilerarası ilişkide baskın kişi, ilişkinin akışını yönlendirme ihtiyacı duyan ya da yön verenken pasif kişi ise yönlendirilme, uyum gösterme eğiliminde olmaktadır (Uluyol, 2014). Birliktelik boyutuna göre ise kişilerarası ilişkide dostluk konumundaki kişi, ilişki kurmaya ve yaklaşma eğilimindeyken düşmanlık konumunda kişinin temel motivasyonu tartışma ve uzaklaşma yönünde olmaktadır (Uluyol, 2014).

Kişilerarası ilişki kavramının ele alındığı bir başka kuram ise bireylerin diğerlerine ilişkin sahip olduğu şemaların ve kişilerarası ilişkilerin birlikte ele alınması gerektiğini savunan Safran'ın Bilişsel Kişilerarası Kuramıdır. Kuram 'tamamlayıcılık' ilkesi ile 'kişilerarası şema' ve 'kişilerarası döngü' kavramları üzerine kurulmuştur. Kişilerarası döngü, işlevsel olmayan ve uyumsuz davranışların sürdürülmesi olarak ifade edilmektedir (Safran, 1990; akt. Göçener, 2010). Kişilerarası şemalar ise, ilişkiler aracılığı ile gelişerek ve kişilerin davranışlarını şemalarla yeniden düzenlenmesiyle şekillenmektedir (Safran, 1990; akt. Uluyol, 2014). Tamamlayıcılık ilkesi doğrultusunda, etkileşim ile şekillenen şemalar, bilişsel kişilerarası döngü nedeniyle yeni durumlara uyum sağlamakta güçlük yaratabilmektedir (Soygüt ve Türkçapar, 2001).

2.5. Kişilerarası İlişkiler ve Öznel İyi Oluş

Bireyin başka bireylerle destekleyici ve derin ilişkilerinin varlığı, psikolojik sağlık açısından da önemsenen bir durumdur (Haidt, 2014; Heinrich ve Gullone, 2006). Cüceloğlu (2004)'na göre iletişim, doyum dolu bir yaşam gerçekleştirme yönünde en önemli araçtır. Eryılmaz (2014) ise sağlıklı ilişki kurmayı; karşılıklı paylaşımın olması, iletişim ihtiyacının karşılanması, anlaşılma duygusunu yaşamak, saygı göstermek, sevgi almak ve vermek, kendini tanıma ihtiyacına yanıt vermek, kendi sınırlarını oluşturmaya yardımcı olmak gibi örüntüler olarak tanımlamaktadır. Sağlıklı ve dengeli ilişki kurabilen bireyler; kendilerini güvende hissetmekte, olayları ve durumları olduğu şekliyle

yorumlayabilmekte, çevrelerindeki insanların ve kendilerinin gelişimine katkıda bulunmaktadırlar (Bilen, 1995). Sağlıklı kişilerarası ilişkiler bireyin kendini ve duygularını sağlıklı şekilde ifade etme, gerektiğinde kontrol etme gibi beceriler de kazandırmaktadır. Bireyin duygu ve düşüncelerine ilişkin farkındalığı ve ilişki kurduğu insanların kendisiyle ilgili tutum, davranış ve duygularını anlamlandırma tarzı destekleyici ve doyum sağlayıcı ilişkilerin sürdürülmesinde önemli rol üstlenmektedir (Uğur, 2013). İlişkiler, bireyin sağlığını belirlerken; bireyin sağlığı da aynı şekilde ilişkilerini belirlemektedir (İmamoğlu, 2008). Anlamlı ve derin ilişkiler insanların mutlu hissetmesine katkıda bulunmakta ve mutlu insanlar mutsuz olanlara göre daha fazla ve daha iyi ilişkilere sahip olmaktadır (Lyubomirsky ve diğerleri, 2005; Myers ve Diener, 1995; Uchida, Norasakkunkit ve Kitayama, 2004). Waldinger (2013) 75 yıl boyunca kişilerin yaşam alanlarını incelediği boylamsal araştırmaya dayanarak, destekleyici ve doyum sağlayıcı ilişkilere sahip kişilerin fiziksel ve öznel iyi oluşlarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

2.6. Ergenlik Dönemi ve Kişilerarası İlişkiler

Ergenlik döneminde yaşanan pek çok değişime paralel olarak, kişilerarası ilişki kavramında gelişmeler gözlenmektedir. Çocuklukta tek taraflı ve gereksinimleri karşılamaya odaklı kişilerarası ilişkilerin, ergenlik döneminde daha çok karşılıklı ve paylaşım ağırlıklı olduğu görülmektedir (İmamoğlu, 2008). Bu dönemde akran, aile ve okul ile kurulan kişilerarası ilişkiler; ergenin yaşamsal hedeflerini, kişisel gelişimini, sağlıklı kimlik gelişimini ve akademik başarısını da etkilemektedir (Uğur ve Murat, 2014). Özellikle ergenin ailesiyle kurduğu ilişkileri hem gelişim sürecini başarıyla atlatması hem de ergenin kendini mutlu hissetmesi için önemlidir (Eryılmaz, 2014). Anne ve babayla kurulan ilişkinin ya da anne babanı arasındaki ilişkinin bir benzerini, ergen kendi kişilerarası ilişkilerine yansıtmaktadır (Hay, 2017). Bu nedenle yakın ilişkiler kurmanın ailede öğrenilen bir beceri olduğu (Dolgin, 2013), aile bireyleriyle kurulan kişilerarası ilişkilerin arkadaşlık ilişkilerini de etkilediği söylenilebilir. Olumlu arkadaşlık ilişkilerinin ise ergenin psikolojik ve sosyal uyumuyla yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir (Dolgin, 2013). Ergen olumlu arkadaş ilişkisiyle, çevresindekilerle

ilişkilerinde destek arama ve sağlamayı uygun şekilde öğrenmektedir (Gökçe, 2013). Bu bağlamda ergenlerin kişilerarası ilişkilerinde ve sosyal yaşantılarında ebeveynlerin ve akranların önemli etkileri bulunduğu söylenebilir (Tümkiye ve diğerleri, 2010). Olumlu aile içi etkileşim, aileden ve akranlarından alınan sosyal destek ergenin benliğinin gelişmesine, kendisiyle ilgili olumlu duygular kazanmasına yardımcı olmakta; kişilik gelişimini biçimlendirmektedir.

2.7. Kişilerarası İlişki Tarzı

İnsan ilişkilerinin niteliği, bireyin sosyal ortamda kabul ve ret bağlamındaki konumu, deneyimler, gözlemler aracılığıyla belirleyici olmaktadır. İlişkilerin niteliği de davranış biçimi ile şekillenmektedir (Aydın, 2009). Bireyler duygu, istek ve ilgilerini, değişik iletişim biçimleriyle ifade etmektedir. Bazı bireyler çevreyle ilişki kurarken istediklerini elde etmek için diğerlerini küçük görme, kırma eğilimi gösterirken, bazıları çekingen özelliklerinden dolayı istediklerini elde etmekte güçlük çekmektedir (Voltan 1980). Yine bazı bireyler farklı davranış ve düşünce karşısında saygılı ve kabul edici tutum sergilerken, başka bazı bireyler olumsuz tutum geliştirebilmektedir (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010).

Bireylerin diğer kişilerle ilişkilerinde yaşadıkları duygu, düşünce ve davranış stillerini ifade ederken; ilişkilerindeki kullandıkları tarzlar için kişilerarası ilişki tarzları kavramı kullanılmaktadır (Saymaz, 2003). Kişilerarası ilişki tarzı insanların birbirleriyle kurdukları ilişkide nasıl etkileşim kurduğunu ifade etmektedir. Kişilik, değerlerimiz ve yaşadığımız çevre etkileşimde bulunduğumuz bireylerin tarzlarından etkilenmekte ve aynı zamanda kişilerarası ilişkilerimizi etkilemektedir. Bireyler farklı ilişkilerinde, farklı kişilerarası tarzları benimseyerek, bilinçsiz şekilde birbirlerini tamamlayıcı kişilerarası ilişki tarzları kullanabilmektedir (Sadler, 2001). Kişilerarası ilişkilerde, kişiler kendi tarzını ortaya koyarken, etkileşim içinde olduğu diğer bireyin kişilerarası ilişki tarzına da uyum sağlamakta ve etkilenmektedir (Sadler ve Woody, 2003). Bu nedenle kişilerarası tarzın bireyin karşılıklı ilişkileriyle belirlendiği söylenebilir (Erok, 2013).

İlişkinin niteliğini belirleyen, duygu ve düşüncelerin ifade edilmesine yardımcı olan ilişki tarzları, temelde besleyici ve ketleyici/zehirleyici olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Besleyici ilişki tarzı, diğerlerine kendini ifade ederken yapıcı, açık davranma ve kabullenici, saygılı bir tarzı benimseme gibi olumlu özelliklerle tanımlanırken; ketleyici ilişki tarzı, diğerleriyle ilişkilerde anlayış ve yakınlık göstermeme, çabuk öfkelenme, kendini üstün görme, başkalarını küçümseyerek alay etme gibi olumsuz özelliklerle açıklanmaktadır (Şahin, Durak ve Yasak, 1994). Besleyici ilişki tarzları bireylerin birbirine güven duymalarını ve anlayabilmelerini kolaylaştırırken, zehirleyici ilişki tarzları topluma uyum sağlamayı ve olumlu etkileşim kurmayı güçleştirmektedir (Aydın, 1996).

Olumsuz kişilerarası ilişki tarzı bireylerin yaşamlarına olumsuz yönde etki etmekte, uyumunu zorlaştırmakta, kişilerarası iletişim sorunlarına ve yetersizliklere yol açmaktadır. Araştırmalar olumsuz kişilerarası ilişki tarzı ile psikolojik belirtiler arasında pozitif ilişki olduğunu göstermektedir (Akdur, 2014; Bilim, 2012). Olumsuz ilişki tarzının, kaygı bozukluğu (Shean ve Uchenwa, 1990; Şahin, Batıgün ve Uzun, 2011), depresyon (Şahin, Batıgün ve Koç, 2011), cinsel işlev bozukluğu (Şahin, Batıgün ve Pazvantoglu, 2011), yeme bozukluğu (Oral ve Şahin 2008), psikosomatik rahatsızlıklar (Karlı, 2008), sosyal fobik (Bayramkaya, 2009), intihar riski taşıyan (Batıgün; 2008; Arsel ve Batıgün, 2011), aleksitimik (Oktay, 2010) ve psikotik eğilim gösteren (Tunç ve Kaygas, 2016) bireyler tarafından daha sık kullanıldığı belirtilmiştir.

2.8. Kişilerarası İlişki Tarzı ile İlgili Araştırmalar

2.8.1. Yurtdışındaki ilgili araştırmalar

Kişilerarası ilişki tarzları konusunda yapılan yurt dışı araştırmaları incelendiğinde; psikolojik iyi oluş, kaygı, aleksitimi, bağlanma tarzları, saldırganlık, kendine zarar verme davranışı, psikopatolojik özellikler, flört şiddeti, depresif belirtilerle ilişkisinin ele alındığı çalışmalar olduğu gözlenmektedir. Bu araştırmaların bazıları burada özetlenmektedir.

Segrin ve Taylor (2007), yaşları 18 ile 87 arasında değişen 703 kişinin katıldığı yetişkin örnekleminde sosyal beceri ve psikolojik iyi oluş arası ilişkide olumlu kişilerarası ilişkilerin rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda sosyal becerinin psikolojik iyi oluşun tüm göstergeleri ve olumlu kişilerarası ilişki ile pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda olumlu kişilerarası ilişkilerin, sosyal beceri ve psikolojik iyi oluş arasında aracı etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Saffrey, Bartholomew, Hernderson ve Kopman (2003), yaş ortalaması 25 olan 76 çift ile yaptıkları araştırmada kendilerine ilişkin algılamaları ile kişilerarası ilişkilerdeki problemler arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, kadınların kendilerine ilişkin algılamalarının, düşmanca-baskın kişilerarası ilişki sorunlarıyla ilişkili olduğu; erkeklerde ise kendilerine ilişkin algılamaları ile kişilerarası ilişki sorunları arasında ilişki olmadığı tespit edilmiştir.

Hillege, Das ve Rüter (2010), 776 ergen ile yaptıkları çalışmada, psikopatolojik özellikler ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, psikopatolojik özellikler arttıkça, baskın ve düşmanca/saldırgan kişilerarası tarzın arttığı saptanmıştır. Ayrıca manipülatif ve baskın ilişki tarzları erkeklerde, dürtüsel/duyarsız ilişki tarzı ise kızlarda psikopatolojik özellikleri yordayıcı olarak bulunmuştur.

Eberhart ve Hammen (2010), romantik ilişkisi olan 104 üniversite öğrencisiyle, romantik ilişkilerde stres ile kişilerarası ilişki tarzı ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda olumsuz kişilerarası ilişki tarzının romantik ilişkide yaşanan çatışma ve depresif belirtilerle pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur.

Yalch, Lannert, Hopwood ve Levendosky (2013), genç kadınlar ile yaptıkları araştırmada baskın ve uyumlu kişilerarası ilişki tarzlarının, flört şiddeti, kaygı ve depresyon ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda flört şiddeti arttığında, yüksek düzeyde baskın kişilerarası tarza sahip kadınların daha az kaygı ve depresyon belirtileri bildirdikleri saptanmıştır.

Shean ve Uchenwa (1990), üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada agorafobisi olan (agoraphobic anxiety) bireylerin kişilerarası ilişki tarzlarını incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda, agorafobinin boyun eğici, kendine güvensiz ve soğuk kişilerarası ilişki tarzları ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Darcy, Davila ve Beck (2005), 168 üniversite öğrencisiyle sosyal kaygı ile kişilerarası ilişki tarzları ilişkisini incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda, romantik ilişkilerde içeren kişilerarası ilişkilerde yaşanan sosyal kaygının, kaçınan ve bağımlı kişilerarası tarz ile ilişkili olduğu raporlaştırılmıştır. Aynı zamanda kaçınan bağlanma tarzının, bağımsız ilişki tarzla; korkulu bağlanmanın ise bağımlı ilişki tarzla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Spitzer, Siebel-Jurges, Barnow, Grabe ve Freyberger (2005), yatılı olarak psikiyatrik tedavi gören, grup psikoterapi programına katılan 149 yetişkinde aleksitimi ile kişilerarası ilişki tarzlarını incelenmişlerdir. Araştırma sonucunda, aleksitimik bireylerin soğuk ve kaçınan kişilerarası ilişki tarzına sahip olduğu belirtilmiştir. Aynı zamanda yüksek düzeyde aleksitimik bireylerin düşük düzeyde aleksitimik bireylere göre daha fazla kişilerarası ilişkilerde sorun yaşadığı saptamıştır.

Daffern ve diğerleri (2010), psikiyatrik tedavi gören hastaların kişilerarası ilişki tarzı, psikiyatrik belirtileri ile saldırganlık ve kendine zarar verme davranışı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda baskın tarz ve düşmanca-baskın tarzın; saldırganlık ile ilişkili olduğu ancak kendine zarar verme davranışı ile ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

2.8.2.Yurtiçindeki ilgili araştırmalar

Kişilerarası ilişki tarzları ile yapılan yurt içi araştırmalarında kişilerarası ilişki tarzları ilişkili olan kişilerarası ilişki kavramına da yer verilmiştir. Araştırmalar incelendiğinde; psikosomatik bozukluk, bağlanma tarzları, iletişim becerileri, istismar, psikolojik belirtiler, problem çözme becerisi, empatik eğilim, saldırganlık, kişilik

özellikleri gibi değişkenlerle kişilerarası ilişki tarz arasındaki ilişkinin araştırıldığı görülmektedir. Bu araştırmaların sonuçları aşağıda yer almaktadır.

Erözkan (2009), toplam 400 lise öğrencisi ile yaptığı araştırmada, ergenlerin bağlanma stilleri, iletişim becerileri ve problem çözme becerilerinin kişilerarası ilişki tarzlarının önemli yordayıcıları olduğunu bulmuştur. Sosyo-demografik değişkenlerin ise kişilerarası ilişki tarzlarını yordamadığını raporlaştırmıştır.

Çetinkaya (2013) problem çözme eğitiminin, 14-19 yaş aralığındaki erkek ergenlerde problem çözme becerisi, öfke kontrolü ve kişilerarası ilişki tarzları üzerindeki etkisini incelemiştir. Sekiz oturum yapılan yarı deneysel çalışmada, deney grubuna 30 ergen katılmıştır. Araştırma sonucunda, deney grubundaki erkek ergenlerin olumsuz kişilerarası ilişki tarz ölçek puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır.

Beşer (2008), olumlu kişilerarası ilişkiler programının, suç işlemeye eğilimi olan ergenlerin kişilerarası ilişki tarzları üzerindeki etkisini incelemiştir. Yarı deneysel yöntemle yapılan araştırmanın örneklemini olarak çocuk büroya kayıtlı 60 lise öğrencisi deney ve kontrol grubu olarak alınmıştır. Araştırma sonucunda, deney grubundaki ergenlerin ketleyici ilişki tarzının anlamlı düzeyde azaldığı; sosyal davranışlarında ve besleyici ilişki tarzlarında ise artış olduğu bulunmuştur.

Göçener (2010), yaş ortalaması 22 olan üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada, ebeveynlerine bağlılıkları ile kişilerarası ilişki tarzları ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda, ebeveyne güvenli bağlanma ile besleyici ilişki tarzı arasında pozitif ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca kadınların daha çok besleyici; erkeklerin ise ketleyici ilişkiler kurdukları tespit edilmiştir.

Kaya (2010), 20-48 yaş arası 300 yetişkini örneklem aldığı çalışmada çocukluk döneminde maruz kalınan istismarın, yetişkinlik dönemindeki olumsuz kişilerarası ilişki tarzları ve erken dönem uyum bozukluğu şemaları arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma sonucunda çocukluk döneminde maruz kalınan fiziksel istismarın yetişkinlik ilişkilerinde baskın ve öfkeli tarz; duygusal istismarın duygudan kaçınan ve manipülatif

tarz; fiziksel istismar ve cinsel istismarın birlikte ise alaycı ilişki tarzını yordadığı bulunmuştur.

Bilim (2012), 18-65 yaş arası 802 yetişkini örneklem olarak aldığı çalışmada çocuklukta yaşanan olumsuz deneyimlerin (cinsel, fiziksel ve duygusal istismar), genel psikolojik sağlık, duygu düzenleme güçlüğü ve kişilerarası tarz ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda ketleyici tarzın genel psikolojik belirtilerin anlamlı yordayıcısı olduğu, ketleyici tarz ile duygu düzenleme güçlüğü ve çocukluk çağı olumsuz yaşantıları arasında pozitif ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin daha çok ketleyici tarzı; kadınların ise besleyici tarzı kullandıkları saptamıştır.

Hasta ve Güler (2013), yaş ortalaması yaklaşık 21 olan üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada, yıkıcı ve edilgen saldırganlığın küçümseyici ilişki tarzı ile atılganlığın ise ben-merkezci ve açık ilişki tarzları ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca empatik eğilimin küçümseyici ilişki tarzı ile negatif, açık ve saygılı ilişki tarzları ile pozitif ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kadınların empatik eğilim, açık ilişki tarzı, saygılı ilişki tarzı ve atılganlık düzeylerinin erkeklerinkinden yüksek olduğu bulunmuştur.

Akdur (2014), mizah tarzları ile kişilik özellikleri, kişilerarası ilişki tarzları, psikolojik belirtiler ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma yaş ortalaması yaklaşık 22 olan 427 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda, ketleyici ilişki tarzın psikolojik belirtiler, dışadönüklük, nevroz ve kendini yıkıcı mizah ile pozitif ilişkili olduğu saptanmıştır. Diğer yandan ketleyici tarz ile özdenetim ve yumuşak başlılık arasında negatif ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Batıgün ve Atay-Kayış (2014), algılanan stres düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzları, problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 18-30 yaş aralığındaki üniversite öğrencileri ile yapılmıştır. Araştırma sonucunda algılanan stres düzeyi yüksek olan bireylerin olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarını daha fazla kullandıkları belirlenmiştir. Ayrıca kişilerarası ilişkilerinde kaçınan, öfkeli ve manipülatif tarzı

kullanan, problem çözümünde ise aceleci, plansız ve değerlendirci yaklaşımı kullanan bireylerin algıladıkları stres düzeyinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Karslı (2008), psikosomatik rahatsızlıkları olan bireylerle sağlıklı bireyleri karşılaştırdığı çalışmada psikosomatik rahatsızlığı olan bireylerin, öfkeli, manipülatif, baskın, kaçınan ve duyarsız ilişki tarzlarını daha fazla kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Kişilerarası ilişki tarzları konusunda yapılan ve yukarıda özetlenen araştırmaların daha çok yetişkin bireylerle yapıldığı gözlenmektedir. Öznel iyi oluş ve kişilerarası ilişki tarzlarının birlikte ele alındığı çalışmaların daha sınırlı sayıda olduğu, bu çalışmalarda psikolojik iyi oluş ile olumlu kişilerarası ilişkiler arasında pozitif ilişki olduğu dikkat çekmektedir. Olumlu kişilerarası ilişki tarzlarının aynı zamanda iletişim becerileri, problem çözme becerileri, empatik eğilim gibi olumlu özelliklerle ilişkisi sıklıkla raporlaştırılmıştır. Olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarının ise daha çok kaygı, aleksitimi, saldırganlık, kendine zarar verme davranışı, psikopatolojik rahatsızlıklar, flört şiddeti ve depresif belirtiler gibi özelliklerle ilişkili olduğu bulgular bulunmaktadır. Bu araştırmalardaki bulgular, olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarının farklı psikolojik sorunlarla ilişkili bir özellik olduğunu; psikolojik sağlık açısından ise önemli bir boyut olduğunu yansıtmaktadır.

III. BÖLÜM

3.Yöntem

Bu bölümde araştırma modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel tekniklerle ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma, değişkenler arası ilişkiyi açıklayan ilişkisel ve var olan durumu inceleyen betimsel tarama modelinde bir araştırmadır. Araştırmanın bağımlı değişkeni ergenlerin öznel iyi oluş düzeyidir. Bağımsız değişkenleri ise öznel iyi oluş düzeyi ile ilişkisinin test edildiği kişilerarası ilişki tarzları ve gruplar arası farklılıkların test edildiği; cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi, algılanan anne-baba tutumu gibi kişisel ve demografik bazı özelliklerdir.

Araştırmada ergenlerin öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel araştırmalar, neden sonuç ilişkisini test etmeden, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi betimleyen araştırmalardır (Can, 2017). Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin; cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi ve algılanan anne-baba tutumu değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğinin test edilmesi amacıyla betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Betimsel araştırma modeli bir durumu dikkatlice ve eksiksiz şekilde tanımlamayı hedeflemektedir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2011).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni İstanbul ili Tuzla ilçesinde Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı devlet ortaöğretim kurumlarından, Anadolu Lisesi ve Mesleki Teknik Anadolu Liselerinde öğrenim gören lise öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırma verilerinin toplandığı 2016-2017 öğretim yılı ikinci döneminde Tuzla ilçesinde toplam 4 Anadolu Lisesi, 10 Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi olduğu belirlenmiştir. İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden, İstanbul ili Tuzla ilçesinde Mesleki Teknik Anadolu Lisesi ve Anadolu Lisesine devam eden toplam öğrenci sayısının 9,656 olduğu bilgisi elde edilmiştir. Araştırmada ele alınan değişkenlerden, algılanan gelir düzeyi ve algılanan anne-baba tutumu yönünden farklı özelliklerde ergenlerin araştırma kapsamına alınabilmesi amacıyla gelir düzeyi yönünden karma öğrenci profilinin bulunduğu ve araştırmacının ulaşabilirliği dikkate alınarak, tesadüfi ve uygun örnekleme yöntemi ile belirlenen, iki Anadolu Lisesi ve iki Mesleki Teknik Anadolu Lisesi öğrencileri araştırma örnekleme kapsamına alınmıştır. Araştırma örnekleme; İstanbul Menkul Kıymetler Borsası (İMKB) Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Toki Yahya Kemal Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Tuzla Anadolu Lisesi ve Mehmet Tekinalp Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören öğrencilerden oluşturmaktadır. Örnekleme oluşturan okullarda, uygulama öncesinde okul yönetiminin belirlediği, her sınıf düzeyinden ikişer sınıfa ölçekler uygulanmıştır. Uygulama yapılacak sınıfların belirlenmesinde tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Araştırmanın örnekleme yaş aralığı 14-18, yaş ortalaması ise $\bar{X} = 16.48$ ($S=1,74$) olan, 313 (%52) kız ve 289 (%48) erkek olmak üzere, toplam 602 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Örnekleme oluşturan öğrencilerin kişisel ve demografik özelliklerine ilişkin sayı ve oranlar Tablo 3.1.'de verilmiştir.

Tablo 3.1. Araştırma katılımcılarının kişisel ve demografik özelliklere göre dağılımı

	Gruplar	Sayı (N)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kız	313	52
	Erkek	289	48
Yaş	14	15	2,5
	15	151	25,1
	16	151	25,1
	17	175	29,1
	18	110	18,3
Sınıf Düzeyi	9. Sınıf	153	25,4
	10. Sınıf	156	25,9
	11. Sınıf	144	24,8
	12. Sınıf	149	23,9
Okul Türü	Anadolu Lisesi	296	49,2
	Meslek Lisesi	306	50,8
Algılanan Gelir Düzeyi	Düşük	28	4,7
	Orta	538	89,4
	Yüksek	36	6
Algılanan Anne-Baba Tutumu	Baskıcı/Otoriter	51	8,5
	Demokratik	382	63,5
	Koruyucu	84	14
	Tutarsız	69	11,5
	İlgisiz	16	2,7
Toplam		602	100

Araştırma katılımcısı ergenlerin cinsiyete göre dağılımına bakıldığında katılımcıların 313'ü (% 52) kız, 289'u (% 48) erkektir. Katılımcıların yaş aralığı 14-18 arasında değişmektedir. Yaş dağılımına bakıldığında 15'i (% 2,5) 14 yaşında, 151'i (% 25,1) 15 yaşında, 151'i (% 25,1) 16 yaşında, 175'i (% 29,1) 17 yaşında, 110'u (% 18,3) ise 18 yaşındadır. Sınıf düzeyi dağılımına bakıldığında; 153'ü (% 25,4) 9. Sınıf, 156'sı (% 25,9) 10. Sınıf, 144'ü (% 24,8) 11. Sınıf, 149'u (% 23,9) ise 12. Sınıf düzeyinde öğrenim görmektedir. Sınıf düzeyi yönünden katılımcı sayıları dengeli bir dağılım göstermektedir. Okul türüne göre dağılımları; 296'sı (% 49,2) Anadolu Lisesi öğrencisi, 306'sı (% 50,8) Mesleki Teknik ve Anadolu Lisesi'nde öğrenim görmektedir. Algılanan gelir düzeyi yönünden katılımcı ergenlerin en fazla orta gelir düzeyinde 538 (% 89,4) oldukları gözlenmektedir. Bunun yanında gelir düzeyini 28 (% 4,7) ergen düşük, 36 (% 6) ergen ise yüksek olarak işaretlemiştir. Algılanan anne-baba tutumuna bakıldığında, araştırmaya katılan ergenlerden 382'si (% 63,5) anne-baba tutumunu demokratik, 84'ü (% 14) koruyucu, 69'u (% 11,5) tutarsız, 51'i (% 8,5) baskıcı/otoriter, 16'sı (% 2,7) ilgisiz olarak işaretlemiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek için Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu (Özen, 2005), kişilerarası ilişki tarzlarını değerlendirmek için geliştirilen Kişilerarası Tarz Ölçeği (Şahin ve diğerleri, 2007) ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel-Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır.

3.3.1. Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu(ÖİO)

Ölçeğin orijinali, Tuzgöl-Dost (2004) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik olarak geliştirilmiştir. Bu araştırmada Özen (2005) tarafından lise öğrencilerine uyarlanan Öznel İyi Oluş Lise Formu kullanılmıştır. ÖİO Lise Formu, bireylerin yaşamları hakkındaki bilişsel değerlendirmeleri, yaşadıkları olumlu ya da olumsuz duyguların sıklığını ve yoğunluğunu belirlemeye yönelik kendini değerlendirme ölçeğidir (Ek-1). Ölçek 22'si olumlu, 15'i olumsuz ifade olmak üzere toplam 37 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin yanıtlanması beşli derecelendirme niteliğinde; 5-Tamamen Uygun, 4-Çoğunlukla Uygun, 3-Kısmen Uygun, 2-Biraz Uygun ve 1-Hiç Uygun Değil şeklinde yanıtlanma seçeneklerinden oluşmaktadır. Ölçek maddelerinden; 1, 3, 5, 9, 12, 16, 17, 20, 22, 25, 28, 30, 31, 33 ve 36. maddeleri ters yönde puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 37, en yüksek puan 185'dir. Ölçekten alınan puanın yüksekliği öznel iyi oluş düzeyinin yüksekliğini yansıtmaktadır.

ÖİO ölçeğinin geçerlilik çalışmaları: Ölçeğin lise öğrencilerine uyarlama çalışmasında açımlayıcı faktör analizi ve benzer ölçekler geçerlilik çalışmaları yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda, ölçeğin orijinalinde yer alan 46 maddeden 9 madde çıkarılarak madde sayısı 37'ye düşürülmüştür. Üniversite öğrencileri için geliştirilen ölçek ile formun faktör yapısı karşılaştırılarak uyuşum katsayısı .85 olarak bulunmuş ve bu bulguya dayanarak her iki ölçeğin büyük ölçüde benzerlik gösterdiği şeklinde yorumlanmıştır. Ölçeğin benzer ölçek geçerliliği ise 'Reynolds Ergen Depresyon Ölçeği'

ile yapılmış ve iki ölçek arasında anlamlı negatif ilişki ($r = -.60$) raporlaştırılmıştır (Özen, 2005).

OİO ölçeğinin güvenirlik çalışmaları: Ölçeğin uyarlama çalışmasında, test-tekrar-test uygulaması güvenirlik katsayısı $r = .82$, Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı ise $\alpha = .91$ olarak raporlaştırılmıştır (Özen, 2005). Aynı ölçeğin kullanıldığı başka araştırmalarda (Nigar, 2014; İşleroğlu, 2012; Çevik, 2010) ölçeğin farklı örneklerde Cronbach alpha iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .88, .91 ve .92 olarak raporlaştırılmıştır. Bu araştırmanın katılımcıları ile yapılan güvenirlik çalışmasında Cronbach alpha iç tutarlılık güvenirlik katsayısı $\alpha = .90$ olarak hesaplanmıştır. Bu bulgulara dayanarak, lise öğrencilerinin iyi oluş düzeylerini belirlemek için kullanılacak güvenilir bir araç olarak kabul edilmiştir.

3.3.2. Kişilerarası Tarz Ölçeği (KTÖ)

Kişilerarası Tarz Ölçeği, kişilerin kişilerarası ilişkilerde nasıl bir tarz kullandıklarını belirlemek amacıyla Şahin ve diğerleri (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 60 maddeden oluşan, beşli derecelendirme tipinde kendini değerlendirme ölçeğidir (Ek-2). Ölçekte; baskın tarz 14 madde (5., 6., 8., 9., 31., 42., 43., 46., 48., 49., 51., 52., 59., 60. maddeler), öfkeli tarz 9 madde (4., 20., 21., 25., 33., 34., 54., 56., 57. maddeler), duygudan kaçınan/duyarsız tarz 11 madde (2., 3., 15., 17., 23., 24., 26., 28., 29., 30., 39. maddeler), manipülatif tarz 10 madde (7., 16., 18., 19., 40., 41., 44., 45., 53., 55. maddeler), kaçınan tarz 11 madde (11., 12., 13., 27., 32., 35., 36., 37., 38., 50., 58. maddeler) ve alaycı tarz 5 madde (1., 10., 14., 22., 47. maddeler) olmak üzere altı alt boyut bulunmaktadır (Ek-3). Baskın tarz, kişilerarası ilişkilerde emir kiplerinin kullanılarak, diğerlerine karşı üstünlük kurma çabası olarak ifade edilmektedir. Kaçınan tarz; bireylerin ilişki kurarken çekingen ve pasif davranması, empati kurmada problem yaşamaları olarak tanımlanmaktadır. Öfkeli tarz; bireylerin öfke yönetiminde zorlanarak, ilişkilerinde kırıcı, aşağılayıcı ya da iğneleyici sözlerin yoğun kullanılması olarak ifade edilmektedir. Manipülatif tarz; bireylerin ilişki kurarken diğerlerine yönlendirici ya da çelişkili davranışlarda bulunma olarak tanımlanmaktadır. Küçümseyici/alaycı tarz; bireylerin ilişki kurarken etrafındakilere karşı alaycı bir tutum sergileme şeklinde

tanımlanmaktadır. Son olarak duygudan kaçınan\duyarsız tarz ise bireylerin ilişki kurarken duygularını ifade etmekte zorlanması ya da duygusal yakınlık kurmaktan kaçınması olarak tanımlanmaktadır (Çolakoğlu, 2012). Ölçek genelinden alınabilecek en düşük puan 60 ve en yüksek puan 300' dür. Alt boyutlar için alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar; baskın tarz için 14 ve 70, öfkeli tarz için 9 ve 45, duyarsız tarz için 11 ve 55, manipülatif tarz için 10 ve 50, kaçınan tarz için 11 ve 55, alaycı tarz için 5 ve 25'dir. Ölçekten ve alt ölçeklerden alınan puanların yüksekliği bireyin olumsuz ilişki tarzını daha fazla kullandığını göstermektedir.

KTÖ'nün geçerlilik çalışmaları: Ölçeğin geliştirilme çalışmasında, geçerlilik çalışması, Kişilerarası İletişim Tarzı Ölçeği (KİTÖ), Offer Yalnızlık Ölçeği (OYÖ) ve Kısa Semptom Envanteri (KSE) ile yapılmıştır. Kişilerarası Tarz Ölçeğinin (KTÖ) alt ölçekleri ve toplam puanı ile KSE, OYO ve KİTO arasındaki korelasyonlara Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile bakıldığında, KTÖ'nün alt ölçekleri ve toplam puanı ile KSE'nin her bir alt ölçeği arasında .49 ve .17 arasında değişen pozitif yönde anlamlı ilişki, KİTÖ'nun alt ölçekleri arasında .71 ve -.29 arasında anlamlı ilişki, OYÖ'nun alt ölçekler arasında ise .34 ve .22 arasında değişen pozitif yönde anlamlı ilişki raporlaştırılmıştır (Şahin ve diğerleri, 2007).

KTÖ'nün güvenirlik çalışmaları: Ölçeğin güvenirlik çalışmasında, Cronbach alpha iç tutarlılık güvenirlik katsayısı $\alpha = .93$, test-tekrar-test güvenirlik katsayısı ise $r = .72$ olarak raporlaştırılmıştır (Şahin ve diğerleri, 2007). Ölçeğin alt boyutlar için ayrı ayrı hesaplanan korelasyon katsayılarının $r = .64$ ile $r = .81$ arasında değiştiği belirtilmiş; alt ölçekleri için elde edilen güvenirlik katsayıları; 'Baskın Tarz' için $\alpha = .88$, 'Kaçınan Tarz' için $\alpha = .79$, 'Öfkeli Tarz' için $\alpha = .79$, 'Duygudan Kaçınan/Duyarsız Tarz' için $\alpha = .77$, 'Manipülatif Tarz' için $\alpha = .74$, 'Küçümseyici/Alaycı Tarz' için ise $\alpha = .67$ olarak raporlaştırılmıştır (Karlı, 2008). Ölçeğin kullanıldığı farklı örneklemdeki başka çalışmalarda (Koç, 2008; Karlı, 2008), KTÖ'nün güvenirlik katsayısı .91 ve .94 olarak bildirilmiştir. Bu araştırmanın katılımcıları ile yapılan güvenirlik çalışmasında, Cronbach alpha iç tutarlılık güvenirlik katsayısı alt boyutlar için; duygudan kaçınan/duyarsız tarz .70, öfkeli tarz için .78, baskın tarz için .88, manipülatif tarz .73, kaçınan tarz .79,

küçümseyici/alaycı tarz ise .65 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin bütününde ise Cronbach alpha iç tutarlılık güvenirlik katsayısı $\alpha=.93$ olarak bulunmuştur.

3.3.3.Kişisel-Demografik Bilgi Formu

Araştırmaya katılan ergenlerin kişisel ve demografik özellikleri ile ilgili bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel-Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu form ile katılımcıların yaşı, cinsiyeti, sınıf düzeyi, okul türü, algılanan gelir düzeyi, algılanan anne-baba tutumu gibi özellikleri hakkında bilgiler toplanmıştır (Ek-4). Algılanan gelir düzeyi için katılımcılara ‘Sizce ailenizin gelir düzeyi aşağıdakilerden hangisine uygundur?’ sorusu yöneltilmiş ve ‘düşük-orta-yüksek’ seçenekleri verilerek işaretlemeleri istenmiştir. Uygulanan ölçeklerin madde sayısının fazlalığı göz önünde bulundurularak ek bir ölçeğin öğrenciler üzerinde yorucu ve dikkat dağıtıcı olabileceği düşüncesiyle algılanan anne baba tutumu için ayrı bir ölçme aracı kullanılmamıştır. Algılanan anne-baba tutumunun toplanmasında ise alan yazından yararlanılarak anne-baba tutumları; baskıcı/otoriter, demokratik, koruyucu, tutarsız, ilgisiz olarak sıralanmış ve parantez içinde kısa açıklamalar verilerek uygun buldukları tutumu işaretlemeleri yönergesi verilmiştir. Demokratik tutum, anne ve babaların çocuklarına koşulsuz sevgi ile ihtiyaçlarının olanak tanırken denetleyen, güven verici ve kararlı davranışlar göstermesi olarak tanımlanmaktadır. Otoriter tutum, anne babaların çocuklarının, kişiliğini, ihtiyaç ve isteklerini dikkate almadan, çocuktan kendilerinin istediği şekilde davranmalarını beklemeleri, istekleri gerçekleşmediğinde cezaya başvurmaları olarak ifade edilmektedir. Koruyucu tutum, anne babaların çocukların yapabileceği pek çok şeyin kendileri yaparak, aşırı korumacı davranması ve denetlemesi olarak tanımlanmaktadır (Sezer, 2010). İlgisiz tutum anne babaların çocuklarına sevgi ve ilgilerinin yetersiz, maddi ve manevi ihtiyaçlarına karşı duyarsız olmaları olarak ifade edilmektedir. Tutarsız tutum anne babaların görüş ayrılıklarını, kararlılık göstermeden çocuklarına bazen aşırı hoşgörülü ve serbest bazen engelleyici ve baskıcı olmaları olarak ifade edilmektedir (Aydın, 2003).

3.4. Verilerin Toplanması

Örneklemin belirlendiği okullarda araştırma verilerinin toplanması için, İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne izin başvurusu yapılarak gerekli izinler (Ek-6) alınmıştır. 2016-2017 öğretim yılı ikinci döneminde, okullardan randevu alınarak okul yönetimi ve ders öğretmenleri tarafından uygun görülen uygulama zamanlaması planlanmış ölçekler sınıflarda uygulanmıştır. Araştırmacı verilerin toplanacağı sınıflara bizzat kendisi girerek, öncelikle kendisini tanıtmış, araştırmanın amacı ve ölçeklerin nasıl cevaplanacağı hakkında bilgi vermiştir. Katılım konusunda tamamen gönüllülük ilkesi gözetilerek, öğrencilere sorulara içten yanıt vermelerini sağlamak amacıyla kimlik bilgilerinin gizli tutulacağı ve sonuçların bireysel değerlendirilmeyeceği belirtilerek, 'Gönüllü Katılım Formu' (Ek-5) ile uygulama başlatılmıştır. Uygulama süresince öğrencilerin ölçek maddelerine ilişkin soruları yanıtlanmıştır. Öğrencilerin ölçekleri doldurma motivasyonlarının yüksek olduğu ancak madde sayısı yüksek olan Kişilerarası Tarz Ölçeği'nde zaman zaman dikkatlerinin dağıldığı gözlemlenmiştir. Uygulamanın süresi, her grupta 30-35 dakika arasında değişmiştir. Veri toplama süreci ise yaklaşık üç ayda tamamlanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Toplamda 623 öğrenciye uygulanan ölçeklerden elde edilen verilerin analizden önce kayıp veriler belirlenmiştir. Buna göre maddelerin %5'ten fazlası boş bırakılan 21 veri elenmiş (Tabachnick ve Fidell, 2015) ve sınırlı sayıdaki kayıp veriler için (6 veri) ortalama değer atama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan 602 öğrencinin verileri analize alınmıştır. Verilerin analizinde SPSS 20,0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin dağılımı Kolmogorov-Smirnov yöntemi ile test edilmiş ve araştırmanın bağımlı değişkeni olan öznel iyi oluş puanlarının normal dağılım varsayımını karşılamadığı gözlenmiştir (Tablo 3.2). Bu bulguya dayanarak öznel iyi oluş puanına ilişkin en yüksek ve en düşük uç değerler çıkarılarak yeniden normallik varsayımı test edilmiştir. Ancak uç değerler çıkarıldığında normallik varsayımının halen karşılanmadığı gözlenmiştir. Ayrıca veriler z puanına dönüştürüldüğünde z değerlerinin +3.29 ve -3.29 aralığında olduğu, normalden aşırı sapma olmadığı (Tabachnick ve Fidell, 2015) gözlenmiştir. Bu sebeple uç değerler

çıkarılmadan toplam 602 katılımcıdan elde edilen veriler için parametrik olmayan analiz yöntemleri kullanılarak araştırma sorularına yanıt aranmıştır. Araştırma katılımcısı ergenlerin Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Kişilerarası Tarz Ölçeği'nden aldıkları puanların dağılımına ilişkin Kolmogorov-Smirnov testi ve çarpıklık, basıklık testi sonuçları Tablo 3.2.'de verilmiştir.

Tablo 3.2.Ergenlerin öznel iyi oluş, kişilerarası ilişki tarz puan, alt boyut puanlarına ilişkin Kolmogorov-Smirnov Testi, çarpıklık, basıklık testi sonuçları

Değişkenler	Çk	Bk	Z	p
ÖİÖ	-,38	-,04	3,8	,007
KTÖ	,49	-,01	3,7	,000
Baskın Tarz	,92	,35	3,2	,000
Öfkeli Tarz	,20	-,48	2,05	,000
Duyarsız Tarz	,52	,49	3,7	,000
Kaçınan Tarz	,41	-,40	3,1	,000
Manipülatif Tarz	,35	-,21	3,5	,000
Alaycı Tarz	,45	-,39	3,5	,000

Tablo 3.2. incelendiğinde ergenlerin öznel iyi oluş puanlarının normal dağılım varsayımını karşılamadığı ($p=,007$; $p<,05$), $-,38$ çarpıklık ve $-,04$ basıklık değeri ile sola çarpık bir eğilim sergilediği gözlenmektedir. Bu sonuç araştırma katılımcısı ergenlerin öznel iyi oluş puanlarının yüksekliğini yansıtmaktadır. Benzer şekilde kişilerarası ilişki tarz ve alt boyutları puanlarının da normal dağılım varsayımını karşılamadığı ($p=,000$; $p<,05$), çarpıklık değerlerinin pozitif (+) olması nedeniyle sağa çarpık olduğu gözlenmektedir. Örneklemin bu özelliği sosyal bilimlerde birçok özelliğin normal dağılım varsayımını karşılamadığı yönündeki teorik bilgilerle (Kilmen, 2015) örtüşmektedir. Bu sonuçlara dayanarak araştırma verilerinin analizinde parametrik olmayan tekniklerden yararlanılmıştır. Bu amaçla, öznel iyi oluş ile kişilerarası ilişki tarzlarının karşılaştırılmasında Spearman Sıra Farkları Korelasyon Testi kullanılmıştır. Öznel iyi oluş puanının kişisel ve demografik özelliklere göre test edilmesinde ise, ikili karşılaştırmalar için Mann-Whitney U Testi, çoklu karşılaştırmalar için Kruskal-Wallis H Testi teknikleri kullanılmıştır. Kruskal-Wallis H testi sonucunda gruplar arasında

anlamli farklılaşma tespit edildiğinde, hangi gruplar arasında farklılaşma olduğunu belirlemek amacıyla Bonferroni düzeltmeli Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Çoklu karşılaştırılmalarda oluşabilecek hataların engellenmesi için bu yöntem kullanılmaktadır (Can, 2017). Karşılaştırılan gruplar arasında farkın anlamlı olduğu durumlar etki büyüklüğü ile incelenmiş ve raporlaştırılmıştır.



IV. BÖLÜM

4.Bulgular

Araştırma bulguları sunulurken öncelikle araştırma katılımcısı ergenlerin öznel iyi oluş ve kişilerarası ilişki tarzı puanlarına ilişkin betimsel istatistikleri raporlaştırılmıştır. İkinci sırada araştırmanın birinci alt problemi olan ‘Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasında ilişki var mıdır?’ sorusuna yanıt verecek nitelikte bulgulara yer verilmiştir. Üçüncü sırada ise ‘Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri kişisel ve demografik değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?’ şeklinde ifade edilen ikinci alt probleme yanıt arayacak nitelikte bulgulara yer verilmiştir.

4.1. Öznel İyi Oluş ve Kişilerarası İlişki Tarzlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Ergenlerin Öznel İyi Oluş Lise Formu (ÖİO) ve Kişilerarası Tarz Ölçeği’nden (KTÖ) aldıkları puanlara ilişkin betimsel istatistikler Tablo 4.1.’de yer almaktadır.

Tablo 4.1.Ergenlerin öznel iyi oluş, kişilerarası ilişki tarzı ve alt boyut puanlarına ilişkin betimsel istatistikler (n=602)

Değişkenler	\bar{X}	S	Katılımcıların Aldığı Puanlar		Ölçekten Alınabilecek Puanlar	
			En Büyük	En Küçük	En Büyük	En Küçük
ÖİÖ	136,98	22,93	183	58	185	37
KTÖ	136,30	35,45	250	63	300	60
Baskın Tarz	27,48	10,46	65	14	70	14
Öfkeli Tarz	24,92	7,32	45	9	45	9
Duyarsız Tarz	22,99	6,29	50	11	55	11
Kaçman Tarz	24,87	8,09	51	11	55	11
Manipülatif Tarz	24,08	7,11	47	10	50	10
Alaycı Tarz	11,96	4,36	24	5	25	5

Tablo 4.1. incelendiğinde, ergenlerin öznel iyi oluş ölçeğinden aldıkları en düşük puan 58, en yüksek puan 183 ve puan ortalamaları $\bar{X}=136,98$ ($S=22,93$)'dir. Kişilerarası ilişki tarzı puanlarının ortalaması $\bar{X}=136,30$ ($S=35,45$), en düşük puan 63 ve en yüksek 250'dir. Kişilerarası ilişki tarzı alt boyutları incelendiğinde; ergenlerin baskın tarz boyutunda aldıkları en düşük puan 14, en yüksek puan 65 ve puan ortalaması $\bar{X}=27,48$ ($S=10,46$); öfkeli tarz boyutu en düşük 9, en yüksek 45 ve ortalama $\bar{X}=24,92$ ($S=7,32$); duyarsız tarz boyutu en düşük 11, en yüksek 50 ve ortalama $\bar{X}=22,99$ ($S=6,29$); kaçınan tarz boyutu en düşük 11, en yüksek 51 ve ortalama $\bar{X}=24,87$ ($S=8,09$); manipülatif tarz en düşük 10, en yüksek 47 ve ortalama $\bar{X}=24,08$ ($S=7,11$) ve son olarak, alaycı tarz en düşük puan 5, en yüksek puan 24 ve ortalama $\bar{X}=11,99$ ($S=4,36$)'dur. Araştırma katılımcısı ergenlerin öznel iyi oluş düzeyi puan ortalamasının genel olarak yüksek olduğu, standart sapma puanlarının yüksekliğine dayanarak öznel iyi oluş düzeyi ve kişilerarası ilişki tarzı yönünden örneklemin heterojen bir dağılım gösterdiği gözlenmektedir.

4.2.Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeyleri ile Kişilerarası İlişki Tarzları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyi, kişilerarası ilişki tarzları toplam puanı ve alt boyutlarından; baskın tarz, öfkeli tarz, kaçınan tarz, duygudan kaçınan/duyarsız tarz, manipülatif tarz ve alaycı/küçümseyici tarz boyutları arasındaki ilişkiyi gösteren Spearman Sıra Farkları Korelasyon Testi sonuçları Tablo 4.2.'de sunulmuştur.

Tablo 4.2.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzı toplam puanı ve alt boyutları arası Spearman Sıra Farkları Korelasyon Testi sonuçları

	KTÖ	Baskın Tarz	Öfkeli Tarz	Duyarsız Tarz	Kaçınan Tarz	Manipülatif Tarz	Alaycı Tarz
ÖiÖ	-,293**	-.220**	-.196**	-.335**	-.324**	-.225**	-.099*

**p <,01 ve * p <,05

Tablo 4.2. incelendiğinde, öznel iyi oluş puanı ile kişilerarası ilişki tarzı toplam puanı arasında anlamlı düzeyde negatif ilişki bulunmuştur ($r = -.293$; $p <,01$). Kişilerarası ilişki tarzları alt boyutları açısından incelendiğinde; öznel iyi oluş düzeyi ile duyarsız/duygudan kaçınan ($r = -.335$; $p <,01$), kaçınan ($r = -.324$; $p <,01$), manipülatif ($r = -.225$; $p <,01$), baskın ($r = -.220$; $p <,01$), öfkeli ($r = -.196$; $p <,01$) ve alaycı/küçümseyici ($r = -.099$; $p <,05$) ilişki tarzları arasında negatif anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öznel iyi oluş puanı ile kişilerarası ilişki tarz alt boyutlardan en yüksek ilişkinin duyarsız/duygudan kaçınan tarz ile ($r = -.335$; $p <,01$), en düşük ilişkinin ise alaycı/küçümseyici tarz ile ($r = -.099$; $p <,05$) olduğu görülmektedir.

4.3.Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeylerinin Kişisel ve Demografik Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin; cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi, algılanan anne-baba tutumu gibi kişisel ve demografik özelliklere göre farklılık

gösterip göstermediğinin test edilmesinde betimsel analiz tekniklerinden yararlanılmıştır. Araştırmada ele alınan her bir değişkene ilişkin bulgular ayrı ayrı raporlaştırılmıştır.

4.3.1. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?’ probleminin test edilmesi amacıyla Mann-Whitney U testi kullanılmış ve bulgular Tablo 4.3.’de verilmiştir.

Tablo 4.3. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin Mann-Whitney U Testi sonuçları

	Cinsiyet	N	SO	ST	U	p
Öznel İyi Oluş Düzeyi	Kız	313	289,85	90723,00	41582,00	,087
	Erkek	289	314,12	90780,80		

Tablo 4.3’e göre, ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre farklılık göstermediği ($U=41582,00$; $p=,087>,05$) bulunmuştur. Buna göre, erkek ergenlerin puan ortalamaları kız ergenlerden daha yüksek olmasına rağmen bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir. Her iki cinsiyetteki ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri benzerlik göstermektedir.

4.3.2. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri sınıf düzeyine göre farklılık göstermekte midir?’ probleminin test edilmesinde Kruskal-Wallis H testi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 4.4.’de verilmiştir.

Tablo 4.4.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

	Sınıf Düzeyi	N	SO	χ^2	p
Öznel İyi Oluş Düzeyi	9.sınıf	153	330,88	9,031	,029
	10.sınıf	156	274,77		
	11.sınıf	149	290,57		
	12. sınıf	144	310,56		

Tablo 4.4.'e göre, ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterdiği ($\chi^2 =9,031$; $p=,029$; $p<,05$) bulunmuştur. Sınıf düzeyleri arasındaki farkın test edilmesi amacıyla gruplar arası karşılaştırmalar için Bonferroni düzeltilmeli Mann-Whitney U testi yapılmıştır. Bu amaçla sınıf düzeyi ikili karşılaştırmalarının yapıldığı altı grup belirlenmiş, Mann-Whitney U testi anlamlılık düzeyi 0,0083 (0,05/6) olarak kabul edilmiştir ve sonuçlar Tablo 4.5.'de verilmiştir.

Tablo 4.5.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin Bonferroni Düzeltilmeli Mann-Whitney U Testi sonuçları

	Sınıf Düzeyi	N	SO	U	Z	p	r
Öznel İyi Oluş Düzeyi	9. sınıf	153	169,68	9688,500	-2,860	,004	-0,16
	10. sınıf	156	140,61				
	9. sınıf	153	161,82	9819,000		,037	
	11. sınıf	149	140,90				
	9. sınıf	153	153,38	10346,500		,365	
	12. sınıf	144	144,35				
	10. sınıf	156	149,16	11022,500		,436	
	11. sınıf	149	157,02				
	10. sınıf	156	142,00	9906,500		,077	
	12. sınıf	144	159,70				
	11. sınıf	149	142,65	10079,500		,371	
	12. sınıf	144	151,50				

Tablo 4.5.'e göre 9. sınıf düzeyinde öğrenim gören ergenlerin öznel iyi oluş düzeyi (medyan=146) 10. sınıf düzeyindekilerden (medyan=134,5) anlamlı düzeyde daha

yüksek bulunmuştur ($U=9688,500$; $Z = -2,860$; $p=,004 < 0,008$). Bu farklılığın etki büyüklüğü düşük düzeydedir ($r=-0.16$). Ancak 9. ile 11. sınıf düzeyinde öğrenim gören ergenlerin ($U= 9819,000$; $p=,037 > 0,008$) öznel iyi oluş puanları arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Benzer şekilde 9. ile 12. sınıf düzeyinde öğrenim gören ($U= 10346,500$; $p=,365 > 0,008$), 11 ile 12. sınıf düzeyinde öğrenim gören ergenlerin ($U=10079,500$; $p=,371 > 0,008$) öznel iyi oluş puanları açısından anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Diğer yandan öznel iyi oluş puanlar farkının 10. ile 11. sınıf düzeyinde öğrenim gören ergenler ($U=11022,500$; $p=,436 > 0,008$) ve 10. ile 12. sınıf düzeyinde öğrenim gören ergenler ($U=9906,500$; $p=,077 > 0,008$) arasında da anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür.

4.1.3. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri algılanan gelir düzeyine göre farklılık göstermekte midir?’ probleminin test edilmesinde Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır ve sonuçlar Tablo 4.6.’da verilmiştir.

Tablo 4.6.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre incelenmesine ilişkin Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

	Algılanan Gelir Düzeyi	N	SO	χ^2	p
Öznel İyi Oluş Düzeyi	Düşük	28	225,98	7,133	,028
	Orta	538	302,81		
	Yüksek	36	340,63		

Tablo 4.6.’ya göre, ergenlerin öznel iyi oluş düzeyinin algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği ($\chi^2=7,133$; $p=,028$; $p < ,05$) bulunmuştur. Düşük, orta ve yüksek olarak sınıflandırılan algılanan gelir düzeyi yönünden gruplar arası karşılaştırmalar için Mann-Whitney U testi sonuçları Tablo 4.7.’de verilmiştir.

Tablo 4.7.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre incelenmesine ilişkin Mann-Whitney U Testi sonuçları

	Algılanan Gelir Düzeyi	N	SO	ST	U	Z	P	r
Öznel İyi Oluş Düzeyi	Düşük	28	214,57	6008,00				
	Orta	538	287,09	154453,00	5602,00	-2.288	,022	-0,09
	Düşük	28	25,91	725,50				
	Yüksek	36	37,63	1354,50	319,500	-2.498	,012	-0,31
	Orta	538	285,22	153451,00				
	Yüksek	36	351,50	11574,00	8460,000		,204	

Tablo 4.7. incelendiğinde orta gelir düzeyindeki ergenlerin öznel iyi oluş puanlarının (medyan=138) düşük gelir düzeydekilerin puanlarına (medyan=123,5) göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($U=5602,00$; $Z=-2.288$; $p=,022<,05$) gözlenmektedir. Farklılığın etki büyüklüğü düşük düzeydedir ($r= -0,09$). Benzer şekilde yüksek gelir düzeydeki ergenlerin öznel iyi oluş düzeyinin (medyan=142,5) düşük gelir düzeydeki ergenlere (medyan=123,5) göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($U=319,500$; $p=,012<,05$) bulunmuştur. Farklılıktaki etki büyüklüğünün orta düzeyde olduğu görülmektedir ($r= -0,31$). Ancak orta ve yüksek gelir düzeyindeki ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki fark anlamlı ($U=8460,000$; $p=,204$; $p>,05$) bulunamamıştır.

4.1.4.Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne-baba tutumuna göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri algılanan anne-baba tutumuna göre farklılık göstermekte midir?’ probleminin test edilmesinde Kruskal-Wallis H testi kullanılmıştır ve sonuçlar Tablo 4.8.’ de verilmiştir.

Tablo 4.8. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne-baba tutumuna göre incelenmesine ilişkin Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

	Algılanan Anne-Baba Tutumu	N	SO	χ^2	P
Öznel İyi Oluş Düzeyi	Baskıcı/Otoriter	51	239,60	77,381	,00
	Demokratik	382	343,40		
	Koruyucu	84	279,89		
	Tutarsız	69	174,45		
	İlgisiz	16	159,81		

Tablo 4.8.'e göre, ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne-baba tutumuna göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile hesaplanan $\chi^2=77,381$ değeri istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=,00 < 0,05$). Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne-baba tutumuna göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Anne-baba tutumları arasındaki farkın test edilmesi amacıyla Bonferroni düzeltilmeli Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Bu amaçla anne-baba tutumu değişkeni için on karşılaştırma grubu belirlenmiş ve Mann-Whitney U testi anlamlılık düzeyi 0,005 (0,05/10) olarak kabul edilmiştir. Sonuçlar Tablo 4.9.'da verilmiştir.

Tablo 4.9. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne-baba tutumuna göre incelenmesine ilişkin Bonferroni Düzeltmeli Mann-Whitney U Testi sonuçları

	Algılanan Anne Baba Tutumu	N	SO	ST	U	Z	p	r
Öznel İyi Oluş Düzeyi	Baskıcı/Otoriter	51	151,78	7741,00				
	Demokratik	382	225,71	86220,00	6415,00	-3.963	,000	-0,19
	Baskıcı/Otoriter	51	61,92	3158,00				
	Koruyucu	84	71,69	6022,00	1832,000		,159	
	Baskıcı/Otoriter	51	67,84	3460,00				
	Tutarsız	69	55,07	3800,00	1385,00		,047	
	Baskıcı/Otoriter	51	36,05	1838,50				
	İlgisiz	16	27,47	439,50	303,500		,124	
	Demokratik	382	242,54	92651,50				
	Koruyucu	84	192,38	16159,50	12589,50	-3.092	,002	-0,14
	Demokratik	382	245,24	93680,00				
	Tutarsız	69	119,51	8246,00	5831,00	-7.376	,000	-0,34
	Demokratik	382	204,41	78086,00				
	İlgisiz	16	82,19	1315,00	1179,00	-4.164	,000	-0,20
	Koruyucu	84	89,52	7519,50				
	Tutarsız	69	61,76	4261,50	1846,50	-3,856	,000	-0,31
	Koruyucu	84	53,81	4520,00				
	İlgisiz	16	33,13	530,00	394,000		,009	
	Tutarsız	69	43,11	2974,50				
	İlgisiz	16	42,53	680,50	544,500		,933	

Anne ve babalarını demokratik olarak algılayan ergenlerin (medyan=144) öznel iyi oluş düzeyi baskıcı/otoriter (medyan= 130; U=6415,00; Z=-3.963; p=,00 <,005), koruyucu (medyan=135; U=12589,50; Z=-3.092 p=,002<,005), tutarsız (medyan=120;

U=5831,00; Z=-7.376; p=,00 <,005) ve ilgisiz (medyan=118,5; U=1179,00; Z=-4.164; p=,00 <,005) olarak algılayan ergenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Demokratik anne baba tutumundaki farklılığın etki büyüklükleri incelendiğinde; tutarsız anne baba tutumu (r= -0,34) orta seviyede iken, baskıcı/otoriter (r= -0,19), koruyucu (r= -0,14), ilgisiz (r= -0,20) anne baba tutumu düşük seviyededir. Ayrıca anne ve babalarını koruyucu (medyan=135) olarak algılayan ergenlerin öznel iyi oluş düzeyinin tutarsız (medyan=120; U=1846,500; Z=-3,856; p=,00<,005) olarak algılayanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.



V. BÖLÜM

5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

5.1. Tartışma

Bu bölümde araştırma bulgularının ilgili alan yazın bulguları ile tartışılmasında ve yorumlanmasına yer verilmiştir. Bu amaçla öncelikle ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin kişilerarası ilişki tarzlarına göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışma ve yorumuna, daha sonra ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin kişisel ve demografik bazı değişkenlere göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışma ve yorumuna yer verilmiştir

5.1.1. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin kişilerarası ilişki tarzlarına göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması

Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasında anlamlı düzeyde negatif bir ilişki saptanmıştır. Buna göre öznel iyi oluş düzeyi yükseldikçe olumsuz kişilerarası ilişki tarzları azalmaktadır. Ayrıca öznel iyi oluş düzeyleri ile en güçlü negatif ilişkinin duyarsız ve kaçınan kişilerarası ilişki tarzı ile olduğu, baskın ve manipülatif tarzların birbirine yakın ilişki değerinde olduğu, en zayıf negatif ilişkinin ise öfkeli ve alaycı ilişki tarzı ile olduğu saptanmıştır. Doğan ve Sapmaz (2012), üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada, bu bulgularla benzer şekilde olumlu kişilerarası ilişki tarzı arttıkça öznel iyi oluşuna arttığı sonucunu elde etmişlerdir. Alan yazında öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda araştırmaya rastlanırken, olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarının daha çok birtakım psikolojik rahatsızlıklarla ilişkisinin incelendiği dikkat çekmektedir. Yetişkin gruplarla yapılan bazı çalışmalarda, psikosomatik rahatsızlığa sahip (Karlı, 2008), kaygı bozukluğu yaşayan (Uzun, 2008), yeme bozukluğu tanısı olan (Oral ve Şahin, 2008), depresyon tanısı olan (Koç, 2008), sosyal fobi belirtileri yüksek (Bayramkaya, 2009) ve

aleksitimik (Oktay, 2010) kişilerin olmayanlara göre daha fazla olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarına sahip olduğu belirtilmiştir. Türk, Duy, Hamamcı ve Altınok (2017) üniversite öğrencileriyle yaptıkları araştırmada, ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arttığında olumsuz kişilerarası ilişki tazınının da arttığını belirtmektedirler. Üniversite öğrencileriyle yapılan bazı çalışmalar olumsuz kişilerarası ilişki tarzları ile psikolojik belirtiler arasında ilişki olduğunu (Akdur, 2014; Altınok ve Kara, 2017) raporlaştırmıştır. Ancak Ayna (2014)'e denetimli serbestlik kapsamında eğitim tedbiri alınan lise öğrencilerinde psikolojik belirti düzeyi ile olumsuz kişilerarası ilişki tarzları arasında ilişki olmadığını raporlaştırmıştır. Olumlu ilişki tarzları ile ilgili yapılan araştırmalarda ise anne ve babaya duygusal erişebilirliğinin artması (Gökçe,2013), ebeveynlere güvenli bağlanma (Göçener,2010), ebeveynle kurulan olumlu ilişkilerin (Tümkiye ve diğerleri, 2010), kişilerarası ilişkilerde olumlu ve besleyici tarzlar ile ilişkili olduğu raporlaştırılmıştır.

Araştırmanın öznel iyi oluş düzeyi ile en yüksek negatif ilişkinin olduğu duyarsız ve kaçınan ilişki tarzı olduğu sonucu, kişilerarası ilişkilerde duygularını ifade edemeyen, empati kuramayan, kendini geri çekerek ilişkilerden kaçınan kişilerin öznel iyi oluşunun olumsuz yönde etkilendiğini yansıtmaktadır. Bu iki tarzın da kişilerarası etkileşimden kaçınan ilişki kurma biçimi olduğu dikkat çekmektedir. Alan yazında, depresyon ile kaçınan ve duyarsız ilişki tarzı arasında ilişkinin olduğunu belirten çalışmalar bulunmaktadır (Koç, 2008; Tolan ve Duy, 2015). Benzer şekilde Kaya (2010) çocukluk döneminde maruz kalınan duygusal istismarın duyarsız ve kaçınan ilişki tarzını yordadığını raporlaştırmıştır. Kaçınan ve duyarsız ilişki tarzını benimseyen kişilerin başkalarını önemsemeyerek, yakın ilişki kurmaktan kaçınması sonucunda ilişkilerinde bozulmalar yaşaması olası görünmektedir. Duyguların ifade edildiği, karşılıklı anlayışın olduğu bir ilişkide ise öznel iyi oluşun yükselmesi beklenen bir durumdur.

Araştırmanın bir başka bulgusunda öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzı alt boyutlarından baskın ve manipülatif tarzda ilişki değerlerinin birbirine yakın düzeylerde olmasıdır. Alan yazında koşullu/başarı odaklı anne baba tutumunun baskın, manipülatif ve alaycı ilişki tarzını yordadığı (Çolakoğlu,2012), psikosomatik rahatsızlığı olan bireylerin baskın ve manipülatif tarzı daha yoğun kullandıkları (Batıgün, Şahin ve Demirel, 2011) bulguları bulunmaktadır. Baskın ilişki tarzı sürecinde, kişinin diğerlerine

kırıcı sözler söylediği ve üstünlük kurmaya çalıştığı, manipülatif ilişki tarzında ise ilişkilerde isteklerini kabul ettirmek için ikna etme, yüceltme gibi yöntemleri kullandığı şeklinde özellikler gözlenmektedir. Bu iki ilişki tarzında benzer şekilde kişinin istekleri doğrultusunda süreci yönetme isteği olduğunu söylemek mümkündür. İlişkide karşılıklılığın esas olduğu düşünüldüğünde tek tarafın bu şekilde davranması iletişime zarar vererek, öznel iyi oluşu olumsuz yönde etkileyebilir.

Öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki en düşük negatif ilişkinin alaycı tarz ile olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer yandan öfkeli tarz ile öznel iyi oluş düzeyi arasında zayıf negatif ilişki bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde; Batıgün ve Kayış-Atay (2014), kişilerarası ilişkilerinde kaçınan, öfkeli ve manipülatif tarzı kullanan bireylerin, problem çözümünde aceleci, plansız ve değerlendirci yaklaşımlar kullandıklarını, algıladıkları stres faktörlerinin daha fazla olduğunu belirtmektedir. Erok (2013), öfkeli ve alaycı ilişki tarz kullanımı arttıkça evlilik çatışması sıklığının arttığını raporlaştırmıştır. Öfkeli tarz ile sürdürülen ilişkide; kontrolün az olduğu, öfke ve saldırganlık tepkileri içerdiği, alaycı tarzın ise ilişki süresince iğneleyici, küçük düşürücü sözler söylediği görülmektedir. Alaycı tarzı benimseyen kişilerin ilişkilerinde alaycı bir tutum sergilemeleri ve her zaman haklı olduğu inancına sahip olmaları, diğer kişilerarası ilişki tarz benimseyenlere göre, kendilerini daha iyi hissetmelerine katkıda bulunduğu düşünülebilir.

Öznel iyi oluş ile olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarının negatif ilişkisi genel olarak olumsuz ilişki biçimlerinin öznel iyi oluş açısından önemli bir özellik olduğunu yansıtmaktadır. Bu bakımdan olumlu ve destekleyici kişilerarası ilişkilerin, yakın ilişkiler kurmanın öznel iyi oluşu olumlu, olumsuz kişilerarası ilişkilerin ise öznel iyi oluşu olumsuz yönde etkilediği (Biswas-Diener ve diğerleri, 2004; Diener ve Seligman, 2004; Diener ve Seligman, 2002; Diener, 2006; Taylor ve diğerleri, 2001) söylenebilir. Bu bulgulara dayanarak olumsuz ilişki tarzlarına sahip ergenlerin kendi öznel iyi oluşlarını olumsuz yönde etkiledikleri söylenebilir.

5.1.2. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması

Araştırmada ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin, cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Yurt dışında ergenlerle yapılan araştırmalar (Karatzias ve diğerleri, 2006; Mahon, Yarcheski ve Yarcheski, 2005; Rask ve diğerleri, 2002; Tong ve Song, 2004) ve ülkemizde lise öğrencisi ile ve daha büyük yaş grubundan üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalar (Cihangir-Çankaya, 2009; Çakır, 2015; Güney, 2017; Eken, 2010; Saygın, 2008; Tatay, 2015; Tuzgöl-Dost, 2010; Uçan ve Esen, 2015; Uğur, 2013; Zeytin, 2015) araştırmanın bu bulgusunu desteklemektedir. Ancak bu bulgudan farklı olarak lise ve üniversitede öğrenim gören erkek ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu (Ben-Zur, 2003; Saföz-Güven, 2008; Tümkaya, 2011) ya da tam tersine kızların öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar (Deswal ve Sanhi, 2015; Dilmaç ve Bozgeyikli 2009; Nigar, 2014; Reisoğlu, 2014) bulunmaktadır. Bu araştırmada ve öznel iyi oluş düzeyinin cinsiyet açısından ele alındığı başka bazı araştırmalarda cinsiyet farklılığına ilişkin bulguların birbirinden farklı sonuçlar yansıttığı gözlenmektedir. Bu araştırmanın ergenlerde öznel iyi oluşun cinsiyete göre farklılık göstermediği bulgusu, aynı okul ortamında öğrenim gören kız ve erkek ergenlerin benzer yaşantılar ve kültürel paylaşımlarla birbirlerini etkilemelerinden kaynaklanabileceğini düşündürmektedir.

5.1.3. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması

Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri sınıf düzeylerine göre incelendiğinde; 9. sınıfta öğrenim gören ergenlerin, 10. sınıf düzeyindeki ergenlere göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın bu bulgusu daha önce lise öğrencileri ile yapılan çalışmalar tarafından pek fazla desteklenmemektedir. Öznel iyi oluş düzeyinin sınıf düzeyine göre karşılaştırıldığı bazı çalışmalar sınıf düzeyine göre farklılık olmadığını (Akdoğan, 2017; Canbay, 2010; Çakır, 2015; Nigar, 2014; Özen, 2005; Saföz-Güven, 2008; Uğur, 2013; Turp, 2017) raporlaştırmıştır. Ancak tam tersine

üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini inceleyen Saygın (2008), üniversite 1. ve 2. sınıf öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyinin 3. sınıfa devam eden öğrencilerden yüksek olduğunu bulmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinde (Şahin ve diğerleri, 2012), sınıf düzeyi yükseldikçe öznel iyi oluş düzeyinin yükseldiği bulgusu da bulunmaktadır. Sekizinci ve 9. sınıf düzeyinde öğrenim gören ergenlerin öznel iyi oluş düzeyinin incelendiği bir araştırmada (Konu ve diğerleri, 2002), sınıf düzeyi ile öznel iyi oluş düzeyi arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu araştırmadan elde edilen 9. sınıf düzeyindeki ergenlerin 10. sınıf düzeyindekilere göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu bulgusu, lise başlangıç düzeyi olan 9. sınıf düzeyinde ergenlerin daha önceki aşamada geçtikleri lise giriş sınavı (Temel Eğitimden Orta Öğretime Geçiş-TEOG) sonrası daha rahat bir dönem geçirdiklerini ve bunun öznel iyi oluş düzeyine yansıdığını düşündürmektedir. Ayrıca lise 9. sınıf düzeyinde henüz üniversiteye giriş sınavları ile ilgili ya da genel olarak akademik yoğunluğun henüz pek fazla olmayışı öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olmasına yansımış olabileceği şeklinde yorumlanabilir.

5.1.4. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması

Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algıladıkları gelir düzeyi yönünden anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Gelir düzeyini orta ve yüksek olarak belirten ergenlerin, düşük olarak belirtenlere göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ancak orta ve yüksek gelir düzeyi arasında öznel iyi oluş düzeyine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Gelir düzeyini orta ve yüksek olarak algılayan ergenlerin, düşük olarak algılayanlara göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu bulgusunu, üniversite öğrencileri ile yapılan bazı çalışmalar (Kermen, 2013; Tuzgöl-Dost, 2004; Tuzgöl-Dost, 2010) desteklemektedir. Ancak yurt içi alan yazında benzer veya farklı yaş grubundan ergenlerle yapılan çalışmalarda, gelir düzeyi ve öznel iyi oluş arasında ilişki olmadığını (Çakır, 2015; Nur-Şahin, 2011; Resioğlu, 2014; Topuz, 2013; Zeytin, 2015) ortaya koyan çalışmalarda bulunmaktadır. Öznel iyi oluşun duygusal (olumsuz-olumlu duygular) ve bilişsel bileşenini (yaşam doyumu) ayrı olarak inceleyen çalışmalarda (Boysan, 2012; Diener, 1984; Stevenson ve Wolfers, 2008; Tuzgöl-Dost,

2010), gelir düzeyi ile yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmüş, yüksek gelirin yaşam doyumunu artıran bir değişken olduğu saptanmıştır. Bu araştırmadan elde edilen gelir düzeyini orta ve yüksek algılayan ergenlerin düşük olarak algılayanlara göre öznel iyi oluş düzeyinin daha yüksek olduğu bulgusu, gelir düzeyinin ergenlerin iyi oluş düzeyini etkileyen önemli bir demografik özellik olabileceğini yansıtmaktadır. Diener ve Biswas-Diener (2002), öznel iyi oluş ile gelir düzeyi arasındaki ilişkiyi tartışırken kişinin temel ihtiyaçlarını karşıladığı, arzuladığı bir gelire sahip olmasının öznel iyi oluş düzeyini artırdığını vurgulamaktadırlar. Bu görüşe dayanarak gelir düzeyinin bireyin temel ya da üst düzey ihtiyaçlarını karşılamasını sağlayan, yaşadığı sosyal ve kültürel çevreyi belirleyici çok yönlü kapsamlı bir özellik olduğu söylenebilir. Özellikle ergenler için düşünüldüğünde; ergenlik döneminde erinlik değişimleri sonrası olumlu beden algısı geliştirme, arkadaşları arasında ilgi görme, beğenilme ve onaylanma, zaman zaman dış görünümü ya da sahip olduğu materyallerle kendini tanımlama gibi özellikler görülebilmektedir. Ergenin bu ihtiyaç ve beklentilerinin karşılanacağı bir gelir düzeyinde olması öznel iyi oluşunun yükselmesine sebep olabilir. Diğer yandan orta ve yüksek gelir düzeyi arasında öznel iyi oluş düzeyine göre anlamlı farklılık bulunmadığına ilişkin araştırma bulgusu ise belirli bir düzeyde gelir düzeyinin öznel iyi oluşla ilişkiye katkı sağladığını düşündürmektedir. Ancak bu araştırmanın gelir düzeyini orta ve yüksek algılayan ergenlerin düşük olarak algılayanlara göre öznel iyi oluş düzeyinin daha yüksek olduğu bulgusunun yorumlanmasında, algılanan gelir düzeyinin ergenlerin gerçek gelir düzeyini tam olarak yansıtmayabileceği, hatta ergenlik dönemine özgü sosyal beğenirlik etkisi, kendini farklı yansıtmaya eğilimi ile gelir düzeyini olduğundan daha olumlu ya da olumsuz yansıtan ergenlerin olabileceği sınırlılığını da göz önünde bulundurarak sonuçların yorumlanması gerektiği düşünülmektedir.

5.1.5. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algılanan anne baba tutumuna göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışması

Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin algıladıkları anne-baba tutumuna göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Ailelerini demokratik olarak algılayanların, baskıcı/otoriter, koruyucu, tutarsız ve ilgisiz algılayanlara göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek

olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ailelerini koruyucu algılayanların, tutarsız ve ilgisiz olarak algılayanlardan; baskıcı/otoriter olarak algılayanların ise tutarsız olarak algılayanlardan öznel iyi oluş düzeyi yüksektir. Ergenlerin öznel iyi oluş puanları sıralaması incelendiğinde; aile tutumunu demokratik olarak algılayan ergenlerin en yüksek puana sahip olduğu, bunu ikinci sırada koruyucu tutum, üçüncü sırada baskıcı otoriter tutum, dördüncü sırada tutarsız tutumun izlediği, en düşük öznel iyi oluş puanlarının ise ilgisiz aile tutumu olduğu bulunmuştur. Yurt içi ve yurt dışı alan yazında demokratik anne-baba tutumunun öznel iyi oluş düzeyini olumlu yönde etkilediğine ilişkin bu araştırma bulgusunu destekleyici çalışmalar bulunmaktadır. Özkan (2014), üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada anne babasını demokratik ve hoşgörülü olarak algılayan gençlerin öznel iyi oluş düzeylerinin, ihmalkâr ve otoriter olarak algılayanlara göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Benzer şekilde Tuzgöl-Dost (2010), farklı kültürden üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmada, algılanan anne-baba tutumuna göre Güney Afrikalı öğrencilerde öznel iyi oluş düzeyinde anlamlı bir farklılığa rastlanmazken, Türk öğrencilerde demokratik olarak algılanan anne-baba tutumu öznel iyi oluşu olumlu yönde etkileyen bir değişken olarak saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini konu alan başka bir çalışmada (Eken, 2010) aile yapısını demokratik olarak algılayan öğrencilerin, koruyucu algılayanlardan daha yüksek öznel iyi oluş düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Nur-Şahin (2011) anne babasını demokratik olarak algılayan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Fletcher ve diğerleri (2008) ise 4. sınıf öğrencileriyle yaptığı çalışmada, demokratik anne-baba tutumunun öznel iyi oluşu arttırdığını bildirmişlerdir.

Ülkemizde anne-baba tutumlarının ve davranışların çocuk ve gençler üzerindeki etkilerine ilişkin yayınların derlendiği bir çalışmada (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010), çoğunluğu çocuk ve ergenlerden alınan veriler doğrultusunda, demokratik aile tutumunu benimseyen ailede yetişen gençlerde; kaygı, depresyon, madde kullanımı ve saldırganlık gibi psikolojik ve davranışsal sorunların daha az gözleendiği, başka kimselere daha güvenli bağlandıkları, daha fazla olumlu sosyal davranışlar gösterdikleri ve akademik başarılarının daha yüksek olduğu raporlaştırılmıştır. Ergenlerde psikolojik belirtilerin incelendiği bir çalışmada (Çelikkaleli, 2015), anne-baba tutumunu demokratik ve koruyucu olarak algılayan ergenlerin psikolojik belirtilerinin, ebeveyn tutumunu red edici

(ilgisiz-tutarsız) ve otoriter olarak algılayan ergenlerden daha az olduğu tespit edilmiştir. Carlsson ve diğerlerinin (2014) yaptıkları çalışmada, ergen öznel iyi oluşunun büyük ölçüde akranları ve anne-babaları ile etkileşimden etkilendiği saptanmıştır. Akdoğan (2017), lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada, öznel iyi oluşu yordayan faktörlerin; aile desteği ve aile içi ilişkiler olduğunu raporlaştırmıştır. Alferi ve diğerleri (2016) ise 118 ergen ve ailesinin katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmada, ergenlerin öznel iyi oluş düzeyinin anne babalarıyla kurdukları olumlu iletişim ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Eryılmaz (2012a), ergen iyi oluşunun yüksek olmasında; ebeveynlerin demokratik tutum içerisinde ergenlerle olumlu etkileşimde bulunmasının, birlikte etkinlik yapmalarının ve aile birliğine önem verilmesinin gerekliliğine vurgu yapmıştır. Araştırma bulgularından öznel iyi oluşun en yüksek olduğu tutum olan demokratik anne baba tutumunda, anne babalar yeterli sevgi ve ilgili bir ortamda kurallar belirlemekte veya aile ile ilgili karar alırken çocuklarının istek ve ihtiyaçlarını dikkate almakta, özerk davranmalarına izin vermekte ve aynı zamanda çocuklarının davranışlarını denetleyerek disiplin sağlamaktadır. Araştırmanın ebeveynlerini tutarsız olarak algılayan ergenlerin öznel iyi oluş düzeyinin, koruyucu algılayanlara göre daha düşük olduğu bulgusuna paralel olarak Aydoğdu ve Dilekmen (2016), tutarlı ve düzenli ebeveyn tutumunun çocukların psikolojik uyumu açısından önemli olduğunu vurgulamaktadır. Ünal (2012), olumsuz ebeveyn tutumları ile yetişen bireylerin psikopatolojik belirti düzeylerinin yüksek olduğunu belirtmektedir. Ergenin yaşadığı sorunlarla baş edebilmesinde ve gelişim sürecini sağlıklı geçirmesinde, olumlu anne baba tutumun önemli etkisi vardır. Tutarsız anne baba tutumu karşısında ergen yaşamının diğer alanları gibi öznel iyi oluşunda da dalgalanmalar olabilir. Ergen öznel iyi oluşunun yüksek olmasında, ebeveynleriyle olan ilişkilerin niteliğinin önemli bir etken olduğunu pek çok araştırma belirtmektedir (Alferi ve diğerleri, 2016; Akdoğan, 2017; Carlsson ve diğerleri, 2014; Eryılmaz, 2011b). Buna göre ebeveynlerin kabul ve anlayış çerçevesinde olumlu iletişim kurmaları ancak sınırlamayı dengelemesinin ergenin öznel iyi oluşunu ve genel ruh sağlığını olumlu etkilediği söylenebilir.

5.2. Sonuç ve Öneriler

Bu bölümde araştırmanın bulgularına dayalı sonuçlar özetlenmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda, ergenlerle çalışan ruh sağlığı profesyonellerine, okul psikolojik danışmanlarına ve yeni yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıdaki şekilde özetlenmiştir.

1. Ergenlerin olumsuz kişilerarası ilişki tarzları ile öznel iyi oluş düzeyleri arasında negatif yönde düşük anlamlı ilişkiler gözlenmiştir. Bu sonuca göre öznel iyi oluş düzeyi yüksek ergenler olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarını daha az kullanmaktadır. Öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki negatif ilişkilerin yüksekten düşük ilişkiye doğru; duyarsız, kaçınan, baskın, manipülatif, öfkeli ve alaycı tarz şeklinde sıralandığı sonucuna ulaşılmıştır.
2. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet bakımından farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Erkek ergenlerin öznel iyi oluş puanları kız ergenlerinkinden kısmen daha yüksek olsa da cinsiyetler arasındaki puan farkı istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.
3. Sınıf düzeylerine göre incelendiğinde, 9. sınıf düzeyinde öğrenim gören ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin 10.sınıf düzeyinde öğrenim görenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak diğer sınıf düzeyleri arasında anlamlı farklılık gözlenmemiştir.
4. Algılanan gelir düzeyini orta ve yüksek olarak algılayan ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin, düşük olarak algılayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Orta ve yüksek gelir düzeyi arasında öznel iyi oluş düzeyine göre anlamlı farklılık bulunmamaktadır.
5. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri algılanan anne-baba tutumu yönünden farklılık göstermektedir. Buna göre ebeveynlerinin tutumunu demokratik algılayan ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin; baskıcı/otoriter, koruyucu, tutarsız ve ilgisiz olarak algılayan ergenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanında ailelerini koruyucu algılayan ergenlerin, tutarsız algılayanlardan öznel iyi oluş düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bu sonuçlara dayanarak öncelikle ergenlerle çalışan ruh sağlığı profesyonellerine ve okul psikolojik danışmanlarına, ikinci sırada ise yeni yapılacak araştırmalara yönelik bazı öneriler sıralanabilir. Ergenlerle çalışan ruh sağlığı profesyonellerine ve okul psikolojik danışmanlarına yönelik öneriler aşağıda verilmiştir.

1. Araştırmanın öznel iyi oluş düzeyi ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki negatif ilişki dikkate alınarak, farklı ortamlarda ergenlerle çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin ve okul psikolojik danışmanlarının ergenlere yönelik psikolojik destek çalışmalarında, öznel iyi oluş ile negatif ilişkili; kaçınan, duyarsız, baskın, manipülatif, öfkeli, alaycı gibi olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarını belirlemelerinin ve ergenlerin olumlu kişilerarası ilişkiler kurma becerilerini geliştirecek çalışmalar yapmalarının, öznel iyi oluş düzeylerini artırmada uygun olduğu düşünülmektedir.
2. Okul psikolojik danışmanlarının sıklıkla karşılaştıkları; akran zorbalığı, okulda şiddet, öfke kontrolü güçlükleri, sosyal beceri eksikliği gibi kişilerarası ilişki temelli sorunlarda ergenlerin olumsuz ilişki tarzlarını belirlemesinin uygun olduğu düşünülmektedir.
3. Okul psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin önleyici ve koruyucu rolü dikkate alınarak, okulda öğrenimini sürdüren ergenlerin öznel iyi oluş düzeyine dolaylı olarak katkı sağlayacak nitelikte olumlu kişilerarası ilişki kurma becerilerini geliştirecek; sosyal beceri, iletişim becerileri, öfke yönetimi ve problem çözme becerileri gibi grup rehberliği çalışmaları yapılabilir.
4. Okul rehberlik servislerinin aile ve öğretmenlere yönelik müşavirlik hizmetlerinde sadece madde bağımlılığı, cinsel istismar, internet bağımlılığı gibi problem davranışlar hakkında bilgilendirmek yerine ergenlerin iyilik hali, öznel iyi oluş gibi olumlu psikolojik gelişimlerine dikkat çekerek bu özellikleri geliştirici anne-baba tutumunun, aile içi olumlu ilişkilerin önemi hakkında bilgilendirme çalışmaları yapılabilir.
5. Okul rehberlik servisinde hizmet sunan okul psikolojik danışmanları tarafından öznel iyi oluş düzeyi düşük öğrencilerin belirlenmesi amacı ile standart bir takım test ya da test dışı tekniklerden ve ebeveyn, akran ve öğretmen görüşlerinden yararlanılabilir. Bu durumun olası nedenleri araştırılarak, ihtiyaç halinde daha

uzun süreli ve beceri geliştirme amaçlı bireysel veya grupla psikolojik danışma, psiko-eğitim grubu uygulamaları yapılmasının uygun olduğu düşünülmektedir.

Araştırma bulguları ışığında yeni yapılacak araştırmalara öneriler aşağıda verilmiştir.

1. Bu araştırmanın örnekleminin İstanbul ilinde, Anadolu Lisesi ve Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören ergenlerden oluştuğu sınırlılığı dikkate alınarak farklı okul türlerinden ergenlerle, daha büyük örneklerle benzer çalışmaların yapılması ergen öznel iyi oluşu hakkında daha kapsamlı bilgi edinilmesine katkı sağlayabilir.
2. Bu çalışmada kullanılan Kişilerarası Tarz Ölçeği'nin, madde sayısının fazlalığı ergenler için dikkat dağıtıcı bir faktör olarak gözlenmiştir. Ölçeğin bu özelliği ergenlerin ilişki tarzlarını belirlemek amacıyla kullanımını sınırlandırmaktadır. Bu amaçla ölçeğin ergenler için kullanışlı bir ölçme aracı hazırlamak üzere kısaltma çalışması yapılmasının ve psikometrik özelliklerinin yeniden test edilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.
3. Bu araştırma katılımcılarının kendi bildirimlerine göre ölçekleri yanıtlaması sınırlılığına dayanarak kişilerarası ilişki tarzlarının ve öznel iyi oluşlarının sosyometrik ölçümlerle belirlendiği, ergeni yakından tanıyan ebeveyn, akran veya öğretmen görüşlerinin alınması boyutu gelecek araştırmalara dahil edilebilir.
4. Araştırmanın katılımcıları olarak 14-18 yaş grubu ergenler alınmıştır. Ergenliğin farklı yaş dönemlerini öznel iyi oluş ve kişilerarası ilişki tarzları yönünden karşılaştırma çalışmaları yapılabilir.
5. Bu çalışmada lise öğrencisi ergenlerin öznel iyi oluşları ile olumsuz kişilerarası ilişki tarzları ilişkisi incelenmiştir. Ancak olumsuz kişilerarası ilişkiler yanında öznel iyi oluşu etkileyebilecek başka ilişkili değişkenlerin test edildiği yeni araştırmalar yapılabilir.
6. Araştırma bulgularının elde edilmesinde nicel yöntem kullanılmıştır. Öznel iyi oluşu yüksek kişilerin ya da olumlu kişilerarası ilişki tarzına sahip kişilerin hangi özelliklere sahip olduğunu belirlemeye yönelik nitel çalışmalar yapılabilir.

7. Araştırma bulgusu olan öznel iyi oluş ve olumsuz kişilerarası ilişki tarzlarının ters yönlü ilişkisi düşünüldüğünde, olumlu kişilerarası ilişki becerilerini artırmayı hedefleyen deneysel çalışmalar yapılmasının uygun olduğu düşünülmektedir.



KAYNAKÇA

- Akdoğan, B. (2017). *Lise öğrencilerinde psikolojik dayanırlık ve çatışma çözme davranışlarının öznel iyi oluşlarını yordaması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Akdur, S. (2014). *Kişilik özellikleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide kişilerarası ilişki tarzları ve mizah tarzlarının aracı rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Akyunus, M. ve Gençöz, T. (2016). Kişilik bozukluğu inanışlarının kişilerarası döngüsel model üzerindeki temsili. *Türk Psikoloji Dergisi*, 31 (77), 1-7.
- Alfieri S., Ranieri S., Tagliabue S., Pozzi M., Lanz M. and Marta E. (2016). I feel good at home and with myself: How does companionship within the family affect adolescents' well-being? *Rivista Internazionale di Scienze Sociali*, 1, 3-20.
- Alşen, S. (2012). *Çocuklar için depresyon değerlendirme ölçeği gözden geçirilmiş formunun Türkçe uyarlamasının Türk popülasyonundaki ergenlerde psikometrik özellikleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Altınok, A. ve Kara, A. (2017). Beden imajı ile psikolojik belirti düzeyi ve kişilerarası tarz arasındaki ilişkiler: Alternatif modeller. *The Journal of Psychiatry and Neurological Science*, 30(3), 170-180, DOI: 10.5350/DAJPN2017300301.
- Arsel, C.O. ve Batıgün, A.D. (2011). İntihar ve cinsiyet: Cinsiyet rolleri, iletişim becerileri, sosyal destek ve umutsuzluk açısından bir değerlendirme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(68), 1-10.
- Aydın, A. (1996). *Empatik becerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Aydın, B. (Ed). (2009). *Ergenlikten yetişkinliğe grup çalışmaları* (2. Baskı) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aydın, M. (2003). Ailede ahlak eğitimi. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7(2), 125-158.
- Aydoğdu, F. ve Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2). <http://dergipark.gov.tr/befdergi/issue/28762/307860>.

- Ayna, Y.E. (2014). *Denetimli serbestlik uygulaması kapsamında eğitim tedbir kararı alınan lise öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzı ve psikolojik belirtileri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Malatya.
- Aquilino, W. S. and Supple, A. J. (2001). Long-term effects of parenting practices during adolescence on well-being outcomes in young adulthood. *Journal of Family Issues*, 22(3), 289-308. <http://jfi.sagepub.com/cgi/content/abstract22/3/289>.
- Baumeister, R.F. and Leary, M.R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Batıgün, A.D. (2008). İntihar olasılığı ve cinsiyet: iletişim becerileri, yaşamı sürdürme nedenleri, yalnızlık ve umutsuzluk açısından bir inceleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 65-75.
- Batıgün, A.D., Şahin, N.H. ve Demirel, E.K. (2011). Psikosomatik hastalıkları olan bireylerde stres, kendilik algısı, kişilerarası tarz ve öfke ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(4), 245-254.
- Batıgün, A.D. ve Kayış, A.A. (2014). Üniversite öğrencilerinde stres faktörleri: kişilerarası ilişki tarzları ve problem çözme becerileri açısından bir değerlendirme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 69-80.
- Bayramkaya, E. (2009). *Sosyal fobi belirtileri, yetişkin bağlanma boyutları ve kişilerarası ilişki biçimleri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Baytemir, K. (2014). *Ergenlikte ebeveyn ve akrana bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide kişilerarası yeterliğin aracılığı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32 (2), 67-79.
- Beşer, N. G. (2008). *Suçta yatkın ergenlerde olumlu kişilerarası ilişkiler geliştirme programının etkililiğinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Bilen, M. (1995). *Sağlıklı İnsan İlişkileri*. İstanbul: Armoni Yayınları.

- Bilim, G. (2012). *Çocukluk çağı örselenme yaşantıları: Duygu düzenleme, kişilerarası tarz ve genel psikolojik sağlık açısından bir inceleme*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Biswas-Diener, R., Diener, E., and Tamir, M. (2004). The psychology of subjective well-being. *Daedalus*, 133(2), 18-26. <https://doi.org/10.1162/001152604323049352>.
- Boudreault Bouchard, A.M., Dion, J., Hains, J., Vandermeersch, J., Laberge, L. And Perron, M. (2013). Impact of parental emotional support and coercive control on adolescents' self-esteem and psychological distress: Results of a four-year longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 36, 695-704, DOI: 10.1016/j.adolescence.2013.05.002.
- Boysan, M. (2012). *Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Buhrmester, D. (1990). Intimacy of friendship, interpersonal competence, and adjustment during preadolescence and adolescence. *Child Development*, 61(4), 1101-1111.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (Çev.İ.D. Erguvan Sarıoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, S., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, S. ve Demirel F. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (6. baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Can, A. (2017). *SPSS İle Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*. (5. Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Canbay, H. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Carlsson, F., Lampi, E., Li, W., and Martinsson, P. (2014). Subjective well-being among preadolescents and their parents—Evidence of intergenerational transmission of well-being from urban China. *The Journal of Socio-Economics*, 48, 11–18. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1053535713001443>.
- Cenkseven, F. ve Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 43-65.

- Chu, P.S., Saucier, D.A. and Hafner E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(6): 624-45.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2009). Özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve öznel iyi olma: Öz belirleme kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 23-31.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (Çev. T. Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Csikszentmihalyi, M. (2005). *Akış: Mutluluk Bilimi*. (Çev. S. Kunt Akbaş). Ankara: Hyb Yayıncılık.
- Cüceloğlu, D. (2004). *Yeniden İnsan İnsana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakır, G. (2015). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir
- Çelik, Ş. (2008). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal zekâ açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Çelikkaleli, Ö. (2015). Ergenlerin cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü ve algılanan ebeveyn tutumlarına göre psikolojik belirtilerinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26, 148-162.
- Çetin, B., Peker, A., Eroğlu, Y. ve Çitemel, N. (2011). Siber zorbalığın bir yordayıcısı olarak ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar: Ergenler için bir ön çalışma. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(3), 1064-1080.
- Çetinkaya, Ş. (2013). *Lise öğrencisi erkek ergenlerde problem çözme eğitiminin; problem çözme becerisi, kişilerarası ilişki tarzı ve öfke kontrolü üzerine etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Çevik, N. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordayan bazı değişkenler*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Ankara.
- Çirkin, Z. ve Göksel, T. (2016). Mutluluk ve gelir. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 71(2), 375-400.

- Çivitci, A. (2009). İlköğretim öğrencilerinde yaşam doyumu: bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolü. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 29-52.
- Çolakoğlu, E.T. (2012). *Genç yetişkinlerde kendilik algısı, erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve kişilerarası ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Daffern, M., Howells, K., Tonkin, M., Krishnan, G., Milton, J., and Ijomah, G. (2010). The impact of interpersonal style and perceived coercion on self-harm and aggression in personality psychiatric hospital. *Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 21, 426-445, DOI:10.1080/14789940903505951.
- Darcy, K., Davila, J. and Beck, J.G. (2005). Is social anxiety associated with both interpersonal avoidance and interpersonal dependence? *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 171–186, DOI: 10.1007/s10608-005-3163-4.
- Deci, E.L. and Ryan, R.M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9 (1), 1-11.
- Demir Çelebi, Ç. (2014). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşları ile ahlâkî olgunluk seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Derin S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Deswal, A. and Sanhi, M. (2015). General well-being in adolescents on the basis of gender and locale. *Scholarly Research Journal For Humanity Science & English Language*, (2), 2001-2013.
- Diener E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34–43.
- Diener, E. (2006). Frequently asked questions (FAQ's), about subjective well being (Happiness&LifeSatisfaction).11 Şubat 2017 tarihinde <http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/faq.html> sitesinden alınmıştır.
- Diener, E. and Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well being? A literature review and guide to needed research. *Social Indicators Research*, 57, 119–169, DOI: 10.1023/A:1014411319119.

- Diener, E. and Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: a nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 926-935.
- Diener, E. and Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406.
- Diener, E. and Seligman, M.E.P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being., *Psychological Science In the Public Interest*, 5(1), 1-31, DOI: 10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.
- Diener, E. and Seligman, M.E.P. (2002). Very happy people. *American Psychological Society*, 13 (1), 81-84.
- Diener, E. and Lucas, R.E. (2000). Explaining differences in social levels of happiness: relative standarts, need fulfillment, culture and evaluation theory. *Journal of Happiness Studies*, 1, 47-78.
- Diener, E., Lucas, R.E. and Scollon, C.N. (2006). Beyond the hedonic treadmill, revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61(4),305-314. <http://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.305>.
- Diener, E., Oishi, S. and Lucas, E. R. (2003). Personality, culture, and subjective well-being emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425, DOI:10.1146/annurev.psych.54.101601.145056.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. and Smith, H.E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Diener, E., Suh, E. and Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41.
- Dilmaç, B. ve Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen adaylarının öznel iyi olma ve karar verme stillerinin incelenmesi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 171-187.
- Diñçel, E. (2006). *Ergenlik Dönemi Gelişimsel Problemleri ve Psikolojik Problemler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Dolgin, K.G. (2014). *Ergenlik Psikolojisi: Gelişim, İlişkiler ve Kültür*. (Çev D. Özen). İstanbul: Kaknüs Yayınları
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14 (1), 56-64.

- Doğan T. ve Eryılmaz A. (2013). İki boyutlu benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (33), 107-111.
- Doğan, T. ve Sapmaz, F. (2012). Kişilerarası ilişki tarzları ve öznel iyi oluş. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(3), 585–601.
- Driscoll, A.K., Russell, S.T. and Crockett, L.J. (2008). Parenting styles and youth well-being across immigrant generations. *Journal of Family Issues*, 29(2), 185-209, DOI: 10.1177/0192513X07307843.
- Dursun, A. (2015). *Anne Babası Boşanmış Ergenlerin Öznel İyi Oluşunu Arttırma Programının Etkililiğinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Dursun, P. (2012). *The role of meaning in life, optimism, hope and coping styles in subjective well-being*. Unpublished Doctoral Thesis, Middle East Technical University, Ankara.
- Eberhart, N.K. and Hammen, C.L. (2010). Interpersonal style, stress, and depression: an examination of transactional and diathesis-stress models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29, 23–38, DOI:10.1521/jscp.2010.29.1.23.
- Eken, A. (2010). *Ergenlerin anne-babaya bağlanma biçimleri öznel iyi oluş durumlarının sosyal yetkinlik beklentileriyle ilişkileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Eldeleklioğlu, J. (1996). *Karar stratejileri ile ana-baba tutumları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Erbaş, M.M. (2012). *Öğretmen adaylarının mükemmeliyetçilik düzeylerinin red duyarlılığı ve öznel iyi oluş düzeylerine göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Erdoğan, İ. (2011). *İletişimi Anlamak* (4. Baskı). Ankara: Erk Yayınları.
- Erok, M. (2013). *İlişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar, ilişkiye dair inançlar, kişilerarası öfke, kişilerarası ilişkiler, problem çözme ve evlilik çatışması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Erözkan, A. (2005). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22, 135-150.
- Erözkan, A. (2009). Lise öğrencilerinde kişilerarası ilişki tarzlarının yordayıcıları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 543 –551.
- Eryılmaz, A. (2009a). *Başa çıkma stratejilerinin kişilik özellikleriyle ergen öznel iyi oluşu arasındaki aracı rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Eryılmaz, A.(2009b). Ergen öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7 (4), 975-989.
- Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte öznel iyi oluş ve beş faktörlü kişilik modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 189-203.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10 (37),170-181.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2011). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 139-151.
- Eryılmaz, A. (2011a). İhtiyaç doyumu ve yaşam amaçları belirleme: Lise öğrenimi gören ergenler için bir öznel iyi oluş modeli. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri* 11 (4), 1747-1764.
- Eryılmaz, A.(2011b). Ergenlerin öznel iyi oluşlarıyla aile ortamları arasındaki ilişki. *Aile ve Toplum*, 25, 93-101.
- Eryılmaz, A. (2012a). Ergenler öznel iyi oluşlarını anne ve babaları ile ilişki kurmak aracılığıyla nasıl yükseltmektedirler? *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25, 252-257.
- Eryılmaz, A.(2012b). Ergenler öznel iyi oluş düzeylerini çevreyle ilişkiler aracılığıyla nasıl artırır? *TAF Prev Med Bull*,11(4), 407-414.
- Eryılmaz, A. (2014). *Herkes İçin Mutluluğun Başucu Kitabı: Kuramdan Uygulamaya Pozitif Psikoloji*. Ankara: Pegem A Yayınevi.
- Eskin, M. (2000). Ergen ruh sağlığı sorunları ve intihar davranışıyla ilişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*,3(4), 228–234.

- Eskin, M., Ertekin, K., Harlak, H. ve Dereboy, Ç. (2008). Lise öğrencisi ergenlerde depresyonun yaygınlığı ve ilişkili olduğu etmenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(4): 382-389.
- Fletcher, A.C., Walls, J.K., Cook, E.C., Madison, K.J. and Bridges, T.H. (2008). Parenting styles as a moderator of associations between maternal disciplinary strategies and child well being. *Journal of Family Issues*, 29(12), 1724-1744. <http://www.sagepub.com/>.
- Garcia D. (2011.) *Adolescents' happiness: The role of the affective temperament model on memory and apprehension of events, subjective well-being, and psychological wellbeing*. Doctoral Thesis, University of Gothenburg, Gothenburg, Sweden.
- Geçtan, E. (2000). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Remzi Kitapevi
- Geldard, K. and Geldard, D. (2013). *Ergenler Ve Gençlerle Psikolojik Danışma-Proaktif Yaklaşım*. (Çev. M. Pişkin). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Griffin, K.W., Botvin, G.J., Scheier, L.M., Epstein, J.A. ve Doyle, M.M. (2002). Personal competence skills, distress, and well-being as determinants of substance use in a predominantly minority urban adolescent sample. *Prevention Science*, 3(1), 23–33. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1014667209130>.
- Göçer, G. (2012). *Şükür ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişki üzerine bir alan araştırması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Göçener, D. (2010). *Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gökçe, G. (2013). *Ebeveynin duygusal erişilebilirliği ve genel psikolojik sağlık: Duygu düzenleme, kişilerarası ilişki tarzı ve sosyal desteğin rolü*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gutman, L. M., Brown, J., Akerman, R. and Obolenskaya, P. (2010). *Change in wellbeing from childhood to adolescence: risk and resilience*. Retrieved April 1, 2018, from <http://discovery.ucl.ac.uk/10019040/1/WBLResRep34.pdf>.
- Güney, M.A. (2017). *Ergenlerde duygusal özerklik, sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Gürdal, A. (1999). Yeme bozuklukları. *Klinik Psikofarmakoloji Dergisi*, 9(1),21-27.
- Haidt, J. (2014). *Mutluluk Varsayımı: Modern Gerçekliği Kadim Bilgelikte Bulmak*. (Çev.Ö. Özgür). İstanbul: Hill Yayınevi
- Hasta, D. ve Güler, M.E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4 (1), 64-104.
- Hay, L. (2017). *Düşünce Gücüyle Tedavi*. (45. Baskı). (Çev. N. Gün). İstanbul: Altın Kitaplar.
- Hazan, C. and Shaver, P.R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Heinrich, L.M. and Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002>.
- Hillege, S., Das, J. and Ruiter, C. (2010). The youth psychopathic traits inventory: psychometric properties and its relation to substance use and interpersonal style in a dutch sample of non-referred adolescents. *Journal of Adolescence*, 33, 83-91, DOI: 10.1016/j.adolescence.2009.05.006.
- Holder, M.D. and Coleman, B. (2009). The contribution of social relationships to children's happiness. *Journal of Happiness Studies*, 10, 329-349.[http:// dx.doi.org/10.1007/s10902-007-9083-0](http://dx.doi.org/10.1007/s10902-007-9083-0).
- Hoyt, L.T., Chase-Lansdale, P.L., McDade, T.W. and Adam, E.K. (2012). Positive youth, healthy adults: Does positive well-being in adolescence predict better perceived health and fewer risky health behaviors in young adulthood? *Journal of Adolescent Health*, 50, 66-73, DOI: 10.1016/j.jadohealth.2011.05.002.
- Hybron, D. (2000). Two philosophical problems in the study of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 1,207-225.
- Işık, E. ve Bedel, A. (2015). Ergenlerde başa çıkma stratejileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (34), 53-60.
- İlhan, T. ve Özbay, Y. (2010). Yaşam amaçların ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 34 (2), 109-119.

- İmamoğlu, S. (2008). *Genç yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- İmamoğlu, S.E. ve Aydın, B. (2009). Kişilerarası ilişki boyutları ölçeğinin geliştirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 29, 76-90.
- İşleroğlu, S. (2012). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluşun benlik saygısı, sosyal yetkinlik beklentisi ve duyguları ifade etme eğilimine göre yordanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Jeammet, P. (2016). *Ergenlik*. (Çev. M. I. Ertüzün). (2. Baskı). Ankara: Bağlam Yayınevi.
- Joronen, K. and Kurki, A. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well being. *International Journal of Nursing Practice*, 11(3), 125–133.
- Jose, P. E., Ryan, N. and Pryor, J. (2012). Does social connectedness promote a greater sense of well-being in adolescence over time? *Journal of Research on Adolescence*, 22 (2), 235-251. <https://doi.org/10.1111/j.15327795.2012.00783.x>.
- Joshi, U. (2010). Subjective well-being by gender. *Journal of Economics and Behavioral Studies*, 1 (1), 20- 26.
- Jovanovic, V. (2011). Personality and subjective well-being: One neglected model of personality and two forgotten aspects of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 50, 631–635. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.12.008>.
- Karakoç, A., Bingöl, F. ve Karaca, S. (2013). Lise öğrencilerinde ergen öznel iyi oluş ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 3(6), 43-50.
- Karatzias, A., Chouliara, Z., Power, K. and Swanson, V. (2006). Predicting general well-being from self-esteem and affectivity: An exploratory study with Scottish adolescents. *Quality of Life Research*, 15, 1143-1151.
- Karreman, A. and Vingerhoets, A.J. (2012). Attachment and well-being: The mediating role of emotion regulation and resilience. *Personality and Individual Difference*, 53, 821-826. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.06.014>.
- Karlı, E. (2008). *Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve psikosomatik bozukluklar*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Kartal, M.A. (2013). *Ortaöğretim öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve iletişim beceri düzeyleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, On dokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Katja, R., Paivi, A. K., Marja-Terttu, T. and Pekka, L. (2002). Relationships among adolescent' subjective well being, health behavior and school satisfaction. *Journal of School Health*, 72 (6), 243-250.
- Kaya, F. (2010). *Çocukluk döneminde yaşanan istismarın kişilerarası ilişki tarzları üzerindeki etkisi: erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kermen, U. (2013). *Üniversite öğrencilerinin ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Kiesler, D. J. (1983). The 1982 Interpersonal Circle: A taxonomy for complementarity in human transactions. *Psychological Review*, 90, 185– 214.
- Kilmen, S. (2015). *Eğitim Araştırmaları İçin SPSS Uygulamalı İstatistik*. Ankara: Edge Akademi.
- Koç, V. (2008). *Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Konu, A.I., Lintonen, T.P. and Rimpela, M.K. (2002). Factors associated with school children's general subjective well-being. *Health Education Research*, 17(2), 155-165.
- Kouzma, N.M. and Kennedy, G.A. (2004). Self-reported sources of stress in senior high school students. *Psychological Reports*, 94(1), 314-316, DOI:10.2466/ pr0.94.1. 314-316.
- Lucas, R.E., Deiner, E. and Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Lykken, D. and Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186-189.
- Lyubomirsky, S., King, L. and Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M. and Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131.

- Malkoç, A. (2011). *Öznel iyi oluş müdahale programının üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Mahon, N.E., Yarcheski, A. and Yarcheski T.J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*. 14(2), 175– 190.
- McCullough, G., Huebner, E.S. and Laughlin, J.M. (2000) Life events, self-concept, and adolescents' positive subjective well-being. *Psychology in the Schools*, 37, 281-290.
- Morganett, R.S. (2013). *Yaşam Becerileri: Ergenler İçin Grupla Psikolojik Danışma Uygulamaları*. (Çev. S. Güçray. A. Kaya, M. Saçkes). Ankara: Pegem A. Yayınevi.
- Morsümbül, Ü. (2011). *Ergenlikte özerkliğin ve kimlik biçimlenmesinin öznel oluş üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Myers, D. G. and Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Nigar, F. (2014). *Ortaokul öğrencileri ile yatılı bölge ortaokul öğrencilerin öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaçlar düzeyinin karşılaştırması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Nur Şahin. G. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Oktan, V. (2012). Beden imajı ve reddedilme duyarlılığının öznel iyi oluşu yordama gücü. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 11(22), 119-134.
- Oktay, B. (2010). *Aleksitimi: Bağlanma, kendilik algısı, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke değişkenleri açısından bir değerlendirme*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Oral, N. ve Şahin, N.H. (2008). Yeme tutum bozukluğunun kişilerarası şemalar, bağlanma, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke ile ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 37-52.
- Özbay, Y., Palancı, M., Kandemir, M. ve Çakır, O. (2012). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal düzenleme, mizah, sosyal öz-yeterlik ve başa çıkma davranışları ile yordanması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(2), 325-345.

- Özen, Ö. (2005). *Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özer, G. (2009). *Öz-Belirleme kuramı çerçevesinde ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, Y. (2012). Ergenlerin öznel iyi oluşunun demografik değişkenler, ana-baba kontrolü ve ana-baba kabul/ilgisi açısından incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 37 (165), 20-33.
- Özkan, İ. (2014). *Ergenlerde anne baba tutumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Öztürk, A. (2013). *Uludağ üniversitesi eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile tinsellik, iyimserlik, kaygı ve olumsuz duygu düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 25-39.
- Patrick, H., Knee, C.R., Canevello, A. and Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A selfdetermination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 434-457.
- Proctor, C., Linley, P.A. and Maltby, J. (2010). Very happy youths: benefits of very high life satisfaction among adolescents. *Social Indicators Research*, 98(3), 519-532, DOI 10.1007/s11205-009-9562-2.
- Quinn, P.D. and Duckworth, A.L. (2007). Happiness and academic achievement: evidence for reciprocal causality. *Poster session presented at the annual meeting of the American Psychological Society*, Washington, D. C.
- Rask, K., Astedt-Kurki, P., Paavilainen, E. and Laippala, L. (2003). Adolescent subjective well-being and family dynamics. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 17 (2), 129–138.

- Reisoğlu, S. (2014). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordamada beş faktör kişilik özellikleri, mizah tarzları ve duygusal zekânın rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative process. *Journal of Personality*, 63(3), 397-423.
- Ryan, R. and Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78. https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SDT.
- Ryff, C.D. and Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Saffrey, C., Bartholomew, K., Hernderson, A.J. and Kopman, R. (2003). Self-and partner-perceptions of interpersonal problems and relationship functioning. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20 (1), 117-139.
- Saföz Güven, İ.G. (2008). *Fen ve genel lise öğrencilerinin cinsiyet ve sosyometrik statülerine göre öznel iyi oluş düzeyleri, genel sağlık örüntüleri ve psikolojik belirti türleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Sadler, P. (2001). *Complementarity in social interaction: interpersonal style and mutual influence in mixed-sex dyads*. Unpublished doctorate thesis. University of Waterloo, Ontario.
- Sadler, P. and Woody, E. (2003). Is who you are who you're talking to? Interpersonal style and complementarity in mixed-sex interactions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (1), 80-96.
- Santrock, J. W. (2012). *Ergenlik* (Çev. D. M. Siyez). (14. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Saymaz, İ. (2003). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Schimmack, U., Schupp, J. and Wagner, G.G. (2008). The influence of environment and personality on the affective and cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 89, 41-60.
- Segrin, C. and Taylor, M. (2007). Positive interpersonal relationships mediate the association between social skills and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 43(4), 637-646.
- Seligman, M.E.P., Steen, T. A., Park, N. and Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410-421, DOI:10.1037/0003-066X.60.5.410.
- Seligman, M.E.P. and Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology an introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5- 14.
- Sezer, Ö. (2010). Ergenlerin kendilik algılarının anne baba tutumları ve bazı faktörlerle ilişkisi. *Yüzüncüyıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*,1, 1-19.
- Shean, G. and Uchenwa, U. (1990). Interpersonal style and anxiety. *The Journal of Psychology*, 124(4), 403-408.
- Sheldon, K.M. and Bettencourt, B.A. (2002). Psychological need-satisfaction and subjective well-being within social groups. *British Journal of Social Psychology*, 41, 25–38.
- Siewert, K., Antoniw, K., Kubiak, T. and Weber, H. (2011). The more the better? The relationship between mismatches in social support and subjective well-being in daily life. *Journal of Health Psychology*, 16 (4), 621-63.
- Silk, J. S., Steinberg, L. and Morris, A.S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74, 1869–1880.
- Siyez, D.M. (2010). Kişilerarası İlişkiler ve Etkili İletişim. A. Kaya (Ed)., *Kişilerarası İlişkilerin Başlangıcı ve Gelişimi* (70 – 103). Ankara: Pegem Akademi.
- Soygüt, G. ve Türkçapar, H. (2001). Anti sosyal kişilik bozukluğunda kişilerarası şema örüntüleri: bilişsel kişilerarası bir bakış. *Türk Psikoloji Dergisi*, 16 (47), 55-69.
- Spitzer, C., Siebel-Jurges, U., Barnow, S., Grabe, H. J. and Freyberger, H. J. (2005). Alexithymia and interpersonal problems. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 74, 240-246, DOI: 10.1159/000085148.
- Steinberg, L. (2007). Ergenlik (Çev. F. Çok). Ankara: İmge Kitapevi Yayınları.

- Steinmayr, R., Crede, J., McElvany, N. and Wirthwein, L. (2015). Subjective well-being, test anxiety, academic achievement: Testing for reciprocal effects. *Frontiers in Psychology*, 6, 1-13, DOI:10.3389/fpsyg.2015.01994.
- Stevenson, B. and Wolfers J. (2008). Economic growth and subjective well-being: reassessing the easterlin paradox. *Brookings Papers on Economic Activity*. 1–102.
- Strobel, M., Tumasjan, A., and Spörle, M. (2011). Be yourself, believe in yourself, and be happy: Self-efficacy as a mediator between personality factors and subjective well-being. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52, 43-48, DOI:10.1111/j.1467-9450.2010.00826.x.
- Suldo, S. M., Friedrich, A. A., White, T., Farmer, J., Minch, D. and Michalowski, J. (2009). Teacher support and adolescents' subjective well-being: A mixed-methods investigation. *School Psychology Review*, 38(1), 67-85.
- Suldo, S. M. and Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78, 179–203, DOI: 10.1007/s11205-005-8208-2.
- Sümer, N., Gündoğdu, E. ve Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye’de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13, 42-59.
- Şahin, N.H., Batıgün A.D. ve Pazvantoğlu, E.A. (2012). Cinsel işlevlerdeki sorunlarda kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfkenin rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi* 23(1),18-25.
- Şahin, N.H., Batıgün A.D.ve Koç, V. (2011). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22, 17-25.
- Şahin, N.H., Batıgün, A.D. ve Uzun, C. (2011). Anksiyete bozukluğu: Kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 107-113.
- Şahin, N.H., Çeri, Ö., Düzgün, G., Ergün, H., Karlı, E., Koç, V., Örfli, P. ve Uzun, C. (2007). Kişilerarası Tarz Ölçeği. Ankara: Yayımlanmamış Çalışma.
- Şahin, N.H., Durak, A.ve Yasak, Y. (1994). Interpersonal style, loneliness anddepression. *23rd International Congress of Applied Psychology*, July 17-22, Madrid, Spain.
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, V., Kaya, S. ve Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20 (3), 827–836.

- Tabachnick G. B. and Fidell S. L. (2015). *Çok Değişkenli İstatistiklerin Kullanımı* (6. Baskı), (Çev. Edt., Baloğlu, M.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Tatay, E. (2015). *Parçalanmış ve parçalanmamış aileye sahip ergenlerin akademik başarı, öznel iyi oluş ve yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Taylor, R.J., Chatters, M.L., Hardison, C.B. and Riley, A. (2001). Informal social support networks and subjective well-being among african americans. *Journal of Black Psychology*, 27(4), 439-463, DOI: 10.1177/0095798401027004004.
- Telef, B.B. ve Ergün, E. (2013). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının yordayıcısı olarak öz-yeterlik. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 6(3), 423-433.
- Turp, H.H. (2017). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin öznel iyi oluş ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- TÜİK. (2017). Yaşam memnuniyeti araştırması, 2016. 20.05.2017 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=24641> sitesinden alınmıştır.
- TÜİK. (2018). Yaşam memnuniyeti araştırması, 2017. 01.03.2018 tarihinde www.tuik.gov.tr/PdfGetir.do?id=27590 sitesinden alınmıştır.
- Tümkaya, S. (2011). Türk üniversite öğrencilerinde öznel iyilik halini yordayan sosyo-demografik değişkenler ve mizah tarzları. *Eğitim ve Bilim*, 36 (160), 158-170.
- Tümkaya, S., Çelik, M. ve Aybek, B. (2010). Ergenlerin kişilerarası ilişkilerini etkileyen sosyal yaşantı değişkenlerinin incelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (24), 163-178.
- Türk, F., Duy, B., Hamamcı Z. ve Altınok, A. (2017). Ebeveynlik biçimleri, çatışma eğilimi, kişilerarası tarz arasındaki ilişkide ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların aracı rolü. *International Online Journal of Educational Sciences*, 420-438, DOI: <http://dx.doi.org/10.15345/iojes.2017.02.01>.
- Türkmen, M. (2011). *Öznel iyi oluşun yapısı ve ana baba tutumları, özsaygı ve sosyal destekle ilişkisi: bir model sınaması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Tkach, C. and Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness? Relating personality, happiness increasing strategies and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 7,183–225.
- Tolan, Ö. ve Duy, B. (2015). Kadın merkezlerine başvuran kadınlarda kişilerarası tarzlar, depresyon ve öznel iyi olma (Diyarbakır ili örneği). *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24,390-414. <http://www.zgefdergi.com/OncekiSayilarDetay.aspx?Sayi=24>
- Topuz, C. (2013). *Üniversite öğrencilerinde özgeciliğin öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tong, Y. and Song, S. (2004). A study on general self-efficacy and subjective well-being of low-ses college students in a chinese university. *College Student Journal*, 38(4), 637–642.
- Tsaousis, I., Nikolaou, I., Serdaris, N. and Judge, T.A. (2007). Do the core self-evaluations moderate the relationship between subjective well-being and physical and psychological health? *Personality and Individual Differences*, 42, 1441-1452.
- Tunç, E. ve Kaygas, Y. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik eğilimlerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 53-74.
- Tuominen-Soini, H., Salmela-Aro, K. and Niemivirta, M. (2008). Achievement goal orientations and subjective well-being: A person centred analysis. *Learning and Instruction*, 18, 251-266, DOI: 10.1016/j.learninstruc.2007.05.003.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Ankara.
- Tuzgöl Dost, M. (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim* 35(158), 77-89.
- Türkdoğan, T. (2010). *Üniversite öğrencilerinde temel ihtiyaçların karşılanma düzeylerinin öznel iyi oluş düzeyini yordamadaki rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.

- Uchida, Y., Norasakkunkit, V. and Kitayama, S. (2004). Cultural constructions of happiness: Theory and emprical evidence. *Journal of Happiness Studies*, 5(3), 223-239.
- Uçan, A.A. ve Esen, B.B. (2015). Ergenlerin öznel iyi oluşlarının toplumsal konum ile ilgili risk alma değişkenine göre incelenmesi. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 11(2), 288-299. DOI: <http://dx.doi.org/10.17860/efd.22192>.
- UNİCEF, (2017). Türkiye’de Çocukların Gözünden Çocuğun İyi Olma Hali Alanlarının ve Göstergelerinin Tanımlanması ve Değerlendirilmesi, 2014. 26.10.2017 tarihinde <http://www.unicef.org.tr/files/bilgimerkezi/doc/CWB%20Indicators%20through%20the%20Eyes%20of%20the%20Children%20%20TR%20Published%20Version.pdf> sitesinden alınmıştır.
- Uluyol, M.F. (2014). *Bağlanma örüntüleri, eşe yönelik kişilerarası şemalar ve evlilik sorunlarıyla başa çıkabilme düzeyleri arasındaki ilişkiler*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Uğur, E. (2013). *Lise Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmaları ve Saldırganlık Tepkileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Uğur, E. ve Murat, M. (2014). Lise öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve saldırganlık tepkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 13 (2), 525-543.
- Uzamaz, F. (2000). *Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Kişilerarası İlişki Düzeylerine Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Ünal, B. (2012). *Early maladaptive schemas and well-being: Importance of parenting styles and other psychological resources* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Üre, Ö., Yalçın, B. ve Hamarta, E. (2001). Psikolojik danışma servisine başvuran üniversite öğrencilerinin psikolojik belirti düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12.
- Voltan, N. (1980). Ratus atılganlık envanterinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Psikoloji Dergisi*, 10,23-25.
- Waldinger, R. (2013). What are the secrets to a happy life? 13 Nisan 2018 tarihinde <http://www.adultdevelopmentstudy.org> istesinden alınmıştır.

- Wei, M., Liao, K. Y.H., Ku, T.Y. and Shaffer, P.A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective wellbeing among college students and community adults. *Journal of Personality*, 79(1), 191-221. DOI:10.1111/j.1467-6494.2010.00677.x
- Witvliet, M., Brendgen, M., Van Lier, P. A. C., Koot, H. M. and Vitaro, F. (2010). Early adolescent depressive symptoms: Prediction from clique isolation, loneliness, and perceived social acceptance. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38(8), 1045–1056, DOI: 10.1007/s10802-010-9426-x.
- Yalch, M.M., Lannert, B.K., Hopwood, C.J. and Levendosky, A.A. (2013). Interpersonal style moderates the effect of dating violence on symptoms of anxiety and depression. *Journal of Interpersonal Violence*, 28(16), 3171-3185, DOI:10.1177/0886260513496901.
- Yazgan İnanç, B. ve Yerlikaya, E.E. (2009). *Kişilik Kuramları*. (2. Baskı). Ankara: Pegem A. Yayınevi.
- Yıldız, M.A. (2014). *Ergenlerde anne-babaya bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve baş etme yöntemlerinin çoklu aracılık rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Zeytin, Y. (2015). *Üniversite giriş sınavlarına hazırlanan öğrencilerin akademik beklentilere ilişkin stres ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.

EKLER

Ek-1. ÖİÖ Lise Formu Örnek Maddeler

Açıklama: Bu ölçekte, kişiliğinizin ve yaşamınızın çeşitli yönlerine ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadeleri tek tek okuyup, boş bırakmadan size ne derece uygun olduğuna karar vererek (X) işareti koyunuz.

	Hiç Uygun Değil	Biraz Uygun	Orta Derecede Uygun	Çoğunlukla Uygun	Tamamen Uygun
1. Yaşamımda zevk alarak yaptığım etkinlik sayısı azdır.					
8. İlgi ve yeteneklerime uygun etkinliklerin yaşamımdaki yeri istediğim ölçüdedir.					
18. Amaçlarıma ulaşmak için yeterince kararlı davranabilirim.					
23. Sosyal ilişkilerimdeki girişkenlik yanımdan hoşnudum.					
33. Sıklıkla ümitsiz ve çökkün hissediyorum.					
37. Yaşama iyimser bir açıyla bakabilme yönümden memnunum.					

Ek-2.KTÖ Örnek Maddeler

Açıklama: Lütfen her ifadeyi dikkatle okuyup, boş bırakmadan, sizi ne kadar tanımladığını, sağ tarafındaki seçeneklerden birini (X) işareti ile belirtiniz. Seçeneklerde “doğru” ya da “yanlış” diye bir değerlendirme yoktur. Önemli olan sizin kendinizi nasıl tanımladığınızdır.

Sizi ne kadar tanımlıyor?

	%0	%25	%50	%75	%100
1. İnsanlarla konuşurken iğneleyici sözler söylemekten çekinmem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
26. İnsanlarla konuşurken duygularımı gizlemeye çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
32. İnsanların çoğunun aptal olduğuna inanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
39. Kişilerarası sorunumu çözerken, karşımdakini anlamak zorunda olmadığımı düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
44. İnsanlara nasihat vermeyi severim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
49. Çoğu zaman isteklerimi yaptırmak için insanlara karşı tehditkâr olurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
58. Birisi bana sorunlarını anlatmaya başladığında, “Umarım fazla uzatmaz” diye içimden geçiririm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
60. Kendi düşüncelerimi savunmak için gerekirse karşımdakini kırarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

Ek-3.KTÖ Alt Boyutları Örnek Maddeler

Duygudan Kaçınan/ Duyarsız Tarz

- 2. Problemlerini anlatan bir kişinin, duygularından bahsetmesinden rahatsız olurum.
- 3. Problem yaşadığım bireyin ne hissettiğiyle ilgilenmem.
- 15. Karşımdaki kişiye açıklama yapmaktansa, doğrudan ne yapması gerektiğini söylemeyi tercih ederim.
- 17. İnsanlarla çatışmaktan ve aramızda var olan problemleri tartışmaktan kaçınırım.

Kaçınan Tarz

- 11. İnsanları dinlerken, çoğunlukla sıkılıp konuyu değiştirmeye çalışırım.
- 12. Birilerini dinlerken genelde elimde bir şeylerle oynuyor olurum.
- 13. Birilerini dinlerken oturduğum yerde kıpırdamadan duramam.
- 27. Başkalarının hatalarını görürsem yüzlerine vururum.

Öfkeli Tarz

- 4. Karşımdaki insanı, yapmasını istediğim davranış konusunda zorlarım.
- 20. Sinirlendiğimde sonradan pişman olacağım laflar söylerim.
- 21. Biri beni eleştiriyorsa “Asıl sen kendine bak” derim.
- 25. Karşımdakileri eleştirmekten kaçınmam.

Alaycı/Küçümseyici Tarz

- 1. İnsanlarla konuşurken iğneleyici sözler söylemekten çekinmem.
- 10. Sorduğum sorularla karşımdakini sıkıştırmaktan hoşlanırım.
- 14. Haksız olsam da karşımdaki kişi ne derse desin, kendimi savunurum.

Baskın Tarz

- 5. İnsanlara emir vererek bir işi daha çabuk yaptırabileceğimi düşünürüm.
- 6. Kendi çıkarım için başkalarına hoş sözler söylemekten kaçınmam.
- 8. İstediklerimi yapmaları için gerektiğinde insanlara gözdağı veririm.
- 9. Karşımdaki bireyle konuşurken onu küçük düşürücü ifadeler kullandığım olur.
- 31. Söylediklerimin aynen yapılmasını beklerim.

Manipülatif Tarz

- 7. Eleştirilmemek ya da reddedilmemek için kendi doğrularımı kendime saklarım.
- 16. Sohbet sırasında birini dinlemek istemesem de dinliyormuş gibi görünürüm.
- 18. İnsanlarla sorunlarımı çözerken, kendi ihtiyaçlarımı ön planda tutarım.
- 40. Genelde almak istediğim cevabı alacağım türden sorular sorarım.

Ek-4. Kişisel-Demografik Bilgi Formu

Açıklama: Aşağıda sizinle ilgili bazı sorular bulunmaktadır. Lütfen her soruyu dikkatlice okuyup size uygun olan seçeneğin başındaki parantezin içine (X) işareti koyunuz.

1. **Cinsiyetiniz:** () Kız () Erkek

2. **Yaşınız:**() 15 () 16 () 17 () 18

Verilen seçeneklere uymuyorsa lütfen yazınız.....

3. **Sınıf düzeyiniz:**() 9.sınıf () 10.sınıf () 11.sınıf () 12. sınıf

4. **Okul türünüz:** () Anadolu Lisesi () Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi

5. **Size göre ailenizin gelir düzeyi aşağıdakilerden hangisine uygundur?**

() Düşük () Orta () Yüksek

6. **Anne ve babanız, size karşı davranışlarında genel almamda aşağıdaki tutumlardan hangisini benimsemektedirler? (Lütfen Birini Seçiniz)**

() **Baskıcı/Otoriter:**(*Annem ve babam beni sürekli kontrol eder. Onların koyduğu kuralla göre hareket etmem gerekir. Uymadığımda çoğu zaman cezalandırılırım*).

() **Demokratik :**(*Annem ve babam benim ihtiyaçlarıma duyarlılık gösterir. Beni destekleyen, bana sevgisini ve verdiği değeri gösteren bir tutum sergiler. Aynı zamanda kurallar da koyar ama alınan kararlarda benim fikrimalınır*).

() **Koruyucu :** (*Herhangi bir durumda, kendi kendime yapmama fırsat kalmadan her türlü ihtiyacım anne ve babam tarafından karşılanır. Arkadaşlık ilişkilerime de genellikle müdahale ederler*).

() **Tutarsız:** (*Annem veya babamdan biri bana onay verirken diğeri baskı kurar yada biri olumlu diğeri olumsuz davranır. Bu nedenle ne yapacağım konusunda kafam karışır*).

() **İlgisiz:** (*Annem ve babam benim ihtiyaçlarımla ve isteklerimle pek dikkate almaz. Daha çok kendi işleri ile meşgul olurlar, beni önemsemediklerini düşünürüm*).

Ek-5.Gönüllü Katılım Formu

Sevgili Öğrenci,

Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini etkileyen birtakım değişkenlerin belirlenmeye çalışıldığı bu araştırmada, size yönelik bilgi edinmeyi amaçlayan bir kişisel bilgi formu ile iki ölçme aracı yer almaktadır. Araştırmadan elde edilen bilgiler toplu olarak değerlendirilecek ve kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır. Bu nedenle isim yazmanıza gerek yoktur.

Araştırmadan gerçekçi sonuçlar elde edebilmek vereceğiniz yanıtlara bağlıdır. Sizden beklenen, formları yanıtlarken hiçbir soruyu atlamamanızdır. Karar vermekte zorluk çektiğiniz zaman size en yakın gelen seçeneği işaretleyiniz.

Araştırmaya katılım gönüllük esasına dayalıdır. Formları yanıtlamak istemezseniz, araştırmacıyı bilgilendirerek katılmayabilirsiniz.

Yukarıda yer alan açıklama doğrultusunda gönüllü olarak katılmak istiyorsanız aşağıdaki onay bölümünü doldurunuz ve imzalayınız.

Araştırma hakkında bilgi almak ve araştırmanın sonuçlarını öğrenmek için araştırmacı ile iletişime geçebilirsiniz. Katılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Elif BAYRAM
Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı
E-posta: elif_pdr@hotmail.com
Tel: 0216 393 6971/ 119

Katılımcı Onayı

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını, amacını ve gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama araştırmacı tarafından yapıldı. Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, katılmayı kabul ediyorum.

Tarih:

İmza:

Ek-6. Etik Kurul Onay Raporu



Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu


Elif BAYRAM
Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık A. B. D.

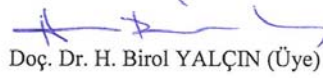
Sayın Elif BAYRAM,

“Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeyleri İle Kişilerarası İlişki Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” konulu araştırmanız ile ilgili olarak Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kuruluna yapmış olduğunuz başvuru (Protokol NO. 2016/137) Kurulumuzun 14.11.2016 tarihli ve 2016/06 toplantısında değerlendirilerek etik olarak uygun bulunmuştur. Bilgilerinize sunarız.


Prof. Dr. Hamit COŞKUN (Başkan)


Prof. Dr. Mehmet ERYİĞİT (Üye)


Doç. Dr. Altay Eren (Üye)


Doç. Dr. H. Birol YALÇIN (Üye)


Doç. Dr. Seval ALKOY (Üye)


Y. Doç. Dr. Abdullah DURAKOĞLU (Üye)


Av. Zuhâl Demirci (Üye)

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Elif BAYRAM

Doğum Yeri- Yılı : Zonguldak, 1991

İletişim Adresi

E-mail Adresi : elif_pdr@hotmail.com

Eğitim Durumu

2004-2008 : Kozlu Lisesi (YDA), Lise, ZONGULDAK.

2008-2012 : Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, Lisans, İZMİR.

2015-2018 : Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Eğitimi Bilim Dalı, Yüksek Lisans, BOLU.

Çalıştığı Kurumlar

2012- 2017 : Tuzla İMKB Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Okul Psikolojik Danışmanı, İSTANBUL

2017- ... :Tuğrul Bey Anadolu Lisesi, Okul Psikolojik Danışmanı, İSTANBUL