

T.C.
NIŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ERGENLERİN BENLİK SAYGILARININ ARKADAŞLIK
İLİŞKİLERİYLE İLGİLİ BAZI DEĞİŞKENLER
AÇISINDAN İNCELENMESİ: AVCILAR ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mehmet ATMACA

Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ

Ağustos - 2017

T.C.
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ




ERGENLERİN BENLİK SAYGILARININ ARKADAŞLIK
İLİŞKİLERİ İLE İLGİLİ BAZI DEĞİŞKENLER
AÇISINDAN İNCELENMESİ: AVCILAR BÖLGESİ
OKULLARI ÖRNEĞİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mehmet ATMACA

Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji

“Bu tez 02.08.2017 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oybirliği ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATI	İMZA
Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ	Bazımlı	
Doc. Dr. Ali TAŞ	Kabul	
Yrd. Doc. Dr. İsak PARDO	Bazımlı	

BEYAN

Bu tezin yazım aşamalarında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başka yazar ve araştırmacıların eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Mehmet ATMACA

02.08. 2017

ÖNSÖZ

Bu çalışmada, ergenlik döneminin başında yer alan öğrencilerin arkadaşlık ilişkileri ve arkadaşlık ilişkileriyle ilgili bazı değişkenlerin benlik saygısıyla ilişkisi araştırılmıştır.

Bu tezin araştırma ve yazılma aşamasında birçok kişinin katkısı ve desteği olmuştur. Öncelikle çalışmamı sahiplenerek titizlikle takip eden ve kendisinden çok şey öğrendiğim danışmanım Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ hocama, çok değerli fikir ve katkılarından dolayı sonsuz şükranlarımı ve saygılarımı sunarım.

Bu vesileyle bu güne kadar üzerimde emeği olan tüm hocalarıma ve çalışmamın bütün aşamalarında bana yardımcı olan eşim Sema ATMACA'ya ve İngilizce çevirilerde büyük bir özveriyle bana yardımcı olan değerli arkadaşım Yusuf KÖLE'ye teşekkürlerimi borç bilirim.

Son olarak, anket ve envanterin uygulanmasında gerekli desteği ve anlayışı gösteren okul yöneticileri ve psikolojik danışman arkadaşlarıma, çalışmaya katılan sevgili öğrencilere ve uygulamaya izin veren ailelerine ayrı ayrı teşekkür ederim.

Çalışmamı, geçen sene sonsuzluğa uğurladığımız sevgili validem Ayşe ATMACA'ya ithaf ediyorum.

Mehmet ATMACA

02/08/ 2017

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

TABLolar LİSTESİ.....	iv
KISALTMALAR LİSTESİ.....	vi
ÖZET.....	vii
SUMMARY.....	viii

GİRİŞ.....	1
-------------------	----------

BÖLÜM 1: BENLİK SAYGISI, ERGENLİK DÖNEMİ, ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ VE KONUYLA İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

1.1. Benlik Kavramı.....	12
1.1.1. Benlik Kuramları.....	15
1.1.1.1. Rogers'ın Benlik Kuramı.....	15
1.1.1.2. Maslow'un Benlik Kuramı.....	16
1.2. Benlik Saygısı.....	16
1.2.1. Benlik saygısının tanımı ve gelişimi.....	16
1.2.2. Benlik Saygısı İhtiyacı.....	22
1.2.3. Benlik Saygısının önemi.....	23
1.2.4. Ergenlik Dönemi ve Benlik Saygısı.....	25
1.2.5. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler.....	27
1.2.6. Benlik Saygısı Yüksek Olan İnsanların Ortak Özellikleri.....	30
1.2.7. Benlik Saygısı Düşük Olan İnsanların Ortak Özellikleri.....	32
1.3. Ergenlik Dönemi ve Sosyal Gelişim.....	35
1.4. Ergenlik ve Arkadaşlık İlişkileri.....	37
1.4.1. Arkadaşlık İlişkilerine Kuramsal Bakış.....	39
1.4.1.1. Sullivan ve Erikson'un arkadaş ilişkileri hakkındaki görüşleri.....	39
1.4.1.2. Arkadaşlık İlişkilerinin Gelişimsel Süreci.....	40
1.5. Ergenlik Döneminde Arkadaşlık İlişkilerini Etkileyen Bazı Faktörler.....	40
1.5.1. Arkadaşlık İlişkilerinde Cinsiyet Farklılıkları.....	41
1.5.2. Arkadaşlık İlişkilerinde Sosyal Medyanın Kullanımı.....	42
1.5.3. Ergenlik Döneminde Arkadaş Sayısı.....	45
1.5.4. Ergenlik Döneminde Karşı Cinsiyetle Arkadaşlık.....	46

1.5.5. Yakın Arkadaşlık.....	48
1.6. Aile İçi İlişkiler ve Ergenler	48
1.7. Konuyla ilgili Yapılmış Araştırmalar	
1.7.1. Arkadaşlık İlişkileri Konusunda Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar.....	51
1.7.2. Arkadaşlık İlişkileri Konusunda Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar.....	53
1.7.3. Benlik Saygısı Konusunda Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar.....	58
1.7.4. Benlik Saygısı Konusunda Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar.....	61
BÖLÜM II :YÖNTEM	67
2.1. Araştırma Modeli.....	67
2.2. Evren ve Örneklem.....	67
2.3. Veri Toplama Araçları.....	68
2.3.1. Arkadaşlık İlişkileri Anketi.....	68
2.3.2. Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri.....	69
2.3.2.1. Geçerlik Çalışması.....	69
2.3.2.2. Güvenirlik Çalışması.....	70
2.4. Araştırma Verilerinin Toplanması.....	70
2.5. Araştırma Verilerinin İstatistiksel Analizi.....	71
BÖLÜM III: BULGULAR	72
3.1. Arkadaşlık İlişkileriyle İlgili Elde Edilen Bulgular.....	72
3.1.1. Arkadaş Sayısı.....	72
3.1.2. Yakın Arkadaş Sayısı.....	73
3.1.3. Arkadaşlıkların Süresi	74
3.1.4. Karşı Cinsiyetten Arkadaş Sayısı.....	74
3.1.5. Arkadaşlarla Nerede Tanışıldığı	76
3.1.6. Karşı Cinsle Duygusal İlişki.....	77
3.1.7. Yakın Arkadaşlarda Tercih Edilen Özellik.....	77
3.1.8. Arkadaşlık İlişkilerinde Kullanılan Sosyal Medya Araçları.....	79
3.1.9. Sosyal Medyada Takip Edilen Arkadaş Sayısı.....	80
3.1.10. Sosyal Medyayı Kullanma Sıklığı.....	81
3.2. Ailenin Arkadaşlık İlişkilerine Müdahalesiyle İlgili Elde Edilen Bulgular.....	81
3.2.1. Ailenin Arkadaşlık İlişkilerine Müdahalesi.....	81

3.2.2. Ailenin Arkadaşlık İlişkilerine Müdahale Etme Sıklığı.....	82
3.2.3. Arkadaşlık İlişkilerine Müdahale Eden Kişiler.....	83
3.2.4. Arkadaşlık İlişkilerine Müdahale Edilen Alanlar.....	84
3.3. Benlik Saygısıyla İlgili Elde Edilen Bulgular.....	85
3.3.1. Katılımcıların Benlik Saygısı Düzeylerinin Cinsiyet ve Arkadaş Sayısı Açısından İncelenmesi.....	85
3.3.2. Katılımcıların Karşı Cinsten Arkadaş Sayısıyla Özsaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	86
3.3.3. Katılımcıların Romantik Arkadaş Durumu ile Özsaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	87
3.3.4. Arkadaşlık İlişkilerine Müdahale Edilen ve Edilmeyen Katılımcıların Özsaygı Düzeylerinin İncelenmesi.....	88
BÖLÜM IV: TARTIŞMA VE YORUM.....	89
4.1. Arkadaşlık İlişkileriyle İlgili Tartışma ve Yorum.....	89
4.1.1. Arkadaş Sayısı.....	89
4.1.2. Yakın Arkadaş Sayısı.....	90
4.1.3. Arkadaşlık Süresi.....	91
4.1.4. Karşı Cinsle Arkadaşlık.....	91
4.1.5. Arkadaşlarla Nerede Tanışıldığı.....	92
4.1.6. Duygusal İlişki.....	92
4.1.7. Yakın Arkadaşlarda Tercih Edilen Özellikler.....	93
4.1.8. Arkadaşlık İlişkilerinde Kullanılan Sosyal Medya Araçları	94
4.1.9. Sosyal Medyada Takip Edilen Arkadaş Sayısı	94
4.1.10. Sosyal Medyayı Kullanma Sıklığı	95
4.2. Ailenin Müdahalesiyle İlgili Tartışma ve Yorum	95
4.3. Benlik Saygısıyla İlgili Tartışma ve Yorum	97
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	99
KAYNAKÇA.....	102
EKLER.....	108

TABLO LİSTESİ

	Sayfa No
Tablo 1: Örneklemede Yer Alan Öğrencilerin Dağılımları.....	68
Tablo 2: Arkadaş Sayılarıyla İlgili Elde Edilen Bulgular.....	72
Tablo 3: Arkadaş Sayılarının Cinsiyete Göre Dağılımı.....	72
Tablo 4: Yakın Arkadaş Sayılarıyla İlgili Elde Edilen Bulgular.....	73
Tablo 5: Yakın Arkadaş Sayısının Cinsiyete Göre Dağılımı.....	73
Tablo 6: Öğrencilerin Arkadaşlık Süresine Ait Bulgular.....	74
Tablo 7: Karşı Cinsten Arkadaş Durumuyla İlgili Elde Edilen Bulgular.....	74
Tablo 8: Karşı Cinsten Arkadaş Olup Olmamasının Cinsiyete Göre Dağılımı.....	75
Tablo 9: Arkadaşın Cinsiyeti Konusundaki Yanıtlara İlişkin Bulgular.....	75
Tablo 10: Katılımcıların Kendi Cinsi ile Nerede Tanıştıklarıyla İlgili Bulgular	76
Tablo 11: Katılımcıların Karşı Cins ile Nerede Tanıştıklarıyla İlgili Bulgular.....	76
Tablo 12: Öğrencilerin Duygusal İlişki Durumuna İlişkin Bulgular.....	77
Tablo 13: Duygusal İlişkinin Cinsiyete Göre Dağılımının Ki Kare Testi Sonuçları...77	77
Tablo 14: Yakın Arkadaşlarda Tercih Edilen Özelliklere İlişkin Bulgular.....	78
Tablo 15: Kullanılan Sosyal Medya Araçlarının Frekans Dağılımı.....	80
Tablo 16: Sosyal Medyada Takip Edilen Arkadaş Sayısına İlişkin Bulgular	80
Tablo 17: Arkadaşlık İlişkilerinde Ergenlerin Sosyal Ağları Kullanma Süreleri.....	81
Tablo 18: Arkadaşlık İlişkilerine Ailenin Müdahalesiyle İlgili Bulgular.....	81
Tablo 19: Arkadaşlık İlişkilerine Müdahalenin Cinsiyete Göre Dağılımı.....	82
Tablo 20: Ailenin Arkadaşlık İlişkilerine Müdahale Sıklığıyla İlgili Bulgular.....	82
Tablo 21: Ailenin Arkadaşlıklara Müdahale Sıklığının Cinsiyete göre dağılımı.....	83
Tablo 22: Arkadaşlıklara En Çok Müdahale Eden Bireye İlişkin Bulgular.....	83
Tablo 23: Arkadaşlıklara En Çok Müdahale Eden Bireyin Cinsiyete Göre Dağılımın Ki Kare Testi Sonuçları.....	84

Tablo 24: Arkadaşlık İlişkilerinde En Çok M¼dahale Edilen Alana İlişkin Bulgular..	84
Tablo 25: Cinsiyete G¼re Benlik Saygısı D¼zeylerine İlişkin Bulgular.....	85
Tablo 26: Öğrencilerin Arkadaş Sayısına G¼re Benlik Saygısı Değerleri.....	86
Tablo 27: Öğrencilerin Arkadaş Sayısına G¼re Benlik Saygılarının Varyans Analizine İlişkin Bulgular.	86
Tablo 28: Karşı Cinsiyetten Arkadaşı Olan Ve Olmayan Öğrencilerin Benlik Saygısı D¼zeylerine İlişkin T-Testi Sonuçları.....	87
Tablo 29: Duygusal İlişkisi Olan ve Olmayan Öğrencilerin Benlik Saygısı D¼zeylerine İlişkin T-Testi Sonuçları.....	87
Tablo 30: Arkadaşlık İlişkilerine M¼dahale Edilen ve Edilmeyen Öğrencilerin Benlik Saygısı D¼zeylerine İlişkin Sonuçlar.....	88

KISALTMALAR LİSTESİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
AKT	: Aktaran
ARK	: Arkadaşları
APA	: Amerika Psikoloji Derneği
BS	: Basım
C	: Cilt
CBSE	: Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri
ÇEV	: Çeviren
ÇÜ	: Çukurova Üniversitesi
EBE	: Eğitim Bilimleri Enstitüsü
EEG	: Elektroensefalografi
EÜ	: Ege Üniversitesi
F	: Frekans
FNH	: Florance Nightingale Hastanesi
FÜ	: Fırat Üniversitesi
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
MÜ	: Marmara Üniversitesi
ODTÜ	: Ortadoğu Teknik Üniversitesi
OMÜİFD	: Ondokuz Mayıs Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi
PDR	: Psikolojik Danışma ve Rehberlik
S	: Sayı
SBE	: Sosyal Bilimler Enstitüsü
SS	: Sayfa Sayısı
TAŞ	: Ticaret Anonim Şirketi
VB	: Ve Benzeri
YDT	: Yayınlanmamış Doktora Tezi
YLT	: Yayınlanmamış Lisans Tezi
YUT	: Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi
YYLT	: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi

Tezin Başlığı: Ergenlerin Benlik Saygılarının Arkadaşlık İlişkileriyle İlgili Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Tezin Yazarı: Mehmet ATMACA **Danışman:** Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ

Kabul Tarihi:02 Ağustos 2017 **Sayfa Sayısı:** VIII (ön kısım) + 108 (tez) + 5 (Ekler)

Anabilim Dalı: Psikoloji

Bilim Dalı: Psikoloji

Bu çalışma, ergenlik döneminin başındaki öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerinin ve bu arkadaşlıklarla ilgili bazı değişkenlerin benlik saygısını nasıl etkilediğini irdelemek amacı ile yapılmıştır. Bu çalışmanın genel evreni 2015-2016 eğitim öğretim yılında İstanbul İli Avcılar ilçesinde bulunan resmi ve özel ortaokulların 7. ve 8. sınıfına devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu, Avcılar ilçesinde bulunan 4 ortaokulun 7. ve 8. sınıfında okuyan öğrencilerden kasti örnekleme yoluyla seçilen 149 kız ve 170 erkek olmak üzere toplam 319 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmada kişisel bilgi formu ile bağımsız değişkenlere yönelik “Arkadaş İlişkileri Anketi” uygulanmıştır. Araştırmada öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini belirlemek amacıyla Coopersmith (1967) tarafından geliştirilen, en son Pişkin (1997) tarafından güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları yapılan “Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri” kullanılmıştır. Elde edilen bulguların analizinde frekans, ki kare analizi, bağımsız gruplar t-testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ergenlerin arkadaş sayılarının genellikle 15’ten fazla olduğu; yakın arkadaş sayısının çoğunlukla 3-4 kişi olduğu; arkadaşlık süresinin çoğunlukla 3-5 yıl olduğu ve arkadaşlarla genellikle okulda tanışıldığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin çoğunun karşı cinsten arkadaşı olmakla birlikte, karşı cinsten birisiyle duygusal bir ilişkisi olduğunu belirten öğrencilerin oranı oldukça düşüktür. Öğrencilerin arkadaş edinmede en çok önemsedikleri özelliklerin başında “sırdaş ve güvenilir olma” gelmektedir. Gençlerin arkadaşlarıyla iletişim kurmak ve paylaşımlarda bulunmak için sosyal medya araçlarını günde en az 1-2 saat kullandıkları bulunmuştur. Ergenlerin çoğunun arkadaşlık ilişkilerine aile bireylerinin müdahalede bulunduğu, kızlara erkeklere oranla daha çok müdahale edildiği ve en çok müdahale eden aile bireyinin anne olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırma sonucunda 13-14 yaş ergenlerin yaş, cinsiyet, arkadaş sayısı, yakın arkadaş sayısı ile karşı cinsten normal ve duygusal arkadaş durumuna göre benlik saygısı düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir. Buna karşılık ailenin arkadaşlık ilişkisine müdahale etmesi açısından ergenlerin benlik saygısı ölçek puanları arasında anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır. Arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilmeyen ergenlerin benlik saygıları daha yüksek olarak bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Arkadaşlık, Benlik Saygısı, Ergenlik

Title of the Thesis: The Investigation Of Some Variables Related To Friendship And Relationship Among Adolescents	
Author: Mehmet ATMACA	Supervisor: Prof. Dr. Ersin ALTINTAŞ
Date: 02 August 2017	Nu. of pages: VIII (pre text) + 108 (main body)+5(App.)
Department: Psychology	Subfield: Psychology
<p>The purpose of this study is to investigate whether the students at the beginning of adolescence differences in their self-esteem, according to some variables, related to friendship and friendship relationships. The general pattern of this research is the students who are in the 7th and 8th grades in the secondary schools in the province of Istanbul Avcılar in the academic year of 2015-2016. The sample group of the research consists of a total of 319 students, 149 girls and 170 boys selected randomly. The sample from adolescents attending 7th and 8th grades of 4 schools in Avcılar. In order to collect data, about adolescents themselves and their families in the study, a personal information Form developed by the researcher and a "Friend Relationship Questionnaire" for independent variables were applied. The Coopersmith Self-Esteem Inventory, which was developed by Coopersmith (1967) and was recently tested by Piskin (1997) for reliability and validity studies, was used to determine the self-esteem levels of the students in the study. In the analysis of the data, frequency, square analysis, independent groups, t-test and one way analysis of variance were used. According to the results of the research, the majority of the students have more than 15 students; the number of close friends often ranged from 3 to 4, and the time of friendship was usually between 3 and 5 years, and they often met at school with their friends. The majority of students who say that the opposite is a romantic relationship with a supposed to the majority of students against it. The majority of the students' preferences for their friends are "confident and trustworthy" at the beginning. It has been found that adolescents use social media tools for at least 1-2 hours per day to communicate and share with their friends. Most of the adolescents have indicated that their families interfere with friendship relationships and it turns out that the family members who are exposed to intervention and intervene more often than the boys are usually mothers. As a result of this research, it is seen that there is no meaningful difference in the level of self-esteem according to age, sex, number of friends, number of close friends and normal and romantic friend status of 13-14 aged adolescents. On the other hand, there was a significant difference between the self-esteem scale scores of the adolescents in terms of interfering with the friendship relationship of the family. Adolescents who did not interfere with friendship and relationships were found to have higher self esteem.</p>	
Keywords: Friendship, Self esteem, Adolescence	

GİRİŞ

Çocukluk ile yetişkinlik arasında kritik bir geçiş dönemi olarak tanımlanan ergenlik, aynı zamanda bir büyüme, olgunlaşma ve yetişkinliğe hazırlanma dönemidir. Ergenlik döneminde çocukluktan yetişkinliğe geçerken ergende başta fizyolojik olmak üzere psikolojik ve sosyal değişim ve gelişimler iç içe halkalar şeklinde meydana gelmektedir. Bu değişim ve gelişimler, ergenin sonraki yaşantısını şekillendirmesi bakımından uzmanlar tarafından oldukça önemli görülmektedir. Bu değişim ve gelişimleri etkileyen en önemli faktör ise ergenin öz benliği hakkındaki düşünceleridir.

Kınter (2012) benlik saygısını, bireyin kendisini gerçekçi bir bakış açısıyla değerlendirmesi, olumlu ve olumsuz yanlarıyla kendini kabullenmesi, sevmesi, sayması ve özüne güvenebilmesi şeklinde tanımlamaktadır. Benlik saygısını, hayatta başarılı, sağlıklı ve mutlu olmamızın ön koşulu olarak görmektedir.

Çevik (2007), sosyal çevresindeki kişilerle daima etkileşim içerisinde olan bireyin, ilk önce ailesiyle başladığı ilişki örüntüsünü sosyal çevresinde kendisi için özel bir yeri olan diğer kişilerle devam ettirdiğini belirtmektedir. Sosyalleşme sürecinde bireyin öncelikle aile ve arkadaş çevresiyle yakın ilişkilerde bulunduğu bireylerin katkısı ve etkisi çok büyüktür. Bireyin çocukluk ve sonrasında ebeveyn ve arkadaşlarıyla kurduğu ilişkiler kişiliğinin oluşumunda önemli bir yere sahiptir. Başka bir ifadeyle bireyin yansıttığı kişilik, onun hayatındaki önemli gördüğü bireylerle yaşantılarının ve etkileşimlerinin bir sonucudur.

Ladd ve Petit (2002)'e göre aile, çocuğun davranış ve kişiliğinin değişim ve gelişiminde sosyal, kültürel ve ekonomik yönleriyle önemli bir sosyal kurum olmasıyla beraber bu önemli değişim ve gelişim evresinin başarıyla tamamlanmasında da çok önemlidir. Özellikle aile bireylerinin birbirini desteklemesi, güvenmesi, özerkliğin oluşumuna izin verilmesi, yaşanan çatışmaların uygun yöntemlerle çözülmesi ve sıcak aile ortamının olması ergenlerin bu gelişim sürecini olumlu bir şekilde tamamlamalarını sağlamaktadır (Şimşek, 2010).

Buri (1991)' ye göre özellikle ergenliğin başından sonuna kadar olan uzun yıllarda anne ve babayla kurulmuş olan güçlü bir ilişkinin ergenin benlik saygısı açısından çok önemli bir temel oluşturmaktadır. Çünkü bu dönem bireylerin yaşamlarında çok önemli değişimleri yaşadıkları ve kendini değerli görme, kendine ve çevreye güven duyma ile istikrar duygularını hissedeceği bir dönemdir. Bu durum gerçekleştiğinde birey karşılaştığı yeni problem, çatışma veya stresle daha iyi başa çıkmayı öğrenecektir. Anne

babayla kurulan sağlıklı, kaliteli ve güçlü bir ilişkiyle beraber arkadaş çevresiyle kurulan ilişkilerin de bireyin kişilik ve benlik gelişimine önemli katkıları olmaktadır. Aileyle ve arkadaş çevresiyle kurulan bu ilişkiler sonucunda diğer insanlarla ve toplumla iletişim ve ilişkilerde büyük bir beceri ve deneyim kazanmış olur. Ergenin içinde yaşadığı toplumun bir üyesi, sosyal bir birey olabilmesi ve sosyal gelişimini tamamlaması bu deneyimlere bağlıdır. Özellikle arkadaş çevresi tarafından beğenilmek, önemsenmek ve sevilme benlik saygısı bakımından oldukça etkili olmaktadır.

Bireylerin kendi benliklerini algılama biçimleri ve kendilerine verdikleri değer onlar için çok önemli bir duygu olan benlik saygısını belirlemektedir. İnsanların kendileriyle ilgili yaptıkları değerlendirmeler değerli olma, olduğu gibi kabul edilme, farklılıklarına saygı duyulma, onaylanma ve olumlu yanlarının görülüp takdir edildiği şeklindeyse bireylerin benlik saygıları yüksek olmaktadır. Bunun aksine kendisiyle ilgili değerlendirmeleri menfi olan bireylerin de özsaygıları zayıf olmaktadır.

Coleman ve Hendry (1990), benlik saygısı olumlu olan bireylerin yaşamlarında sağlıklı, mutlu, başarılı ve üretken olmak için çaba gösterdiklerini, zorlukları aşmak için daha çok emek harcadıklarını, daha sağlıklı uyduklarını, bazı hastalıklara daha az yakalandıklarını, akran baskısına daha az teşebbüs ettiklerini belirtmiştir. Diğer taraftan daha olumsuz benlik saygısı olanların ise daha karamsar, endişeli, saldırgan, gelecekle ilgili daha fazla olumsuz düşünen ve başarıma konusunda daha az çaba gösteren bireyler olduklarını ifade etmiştir (Balat, 2004).

Çuhadaroğlu (1996) özsaygıyı, kişinin kendine karşı pozitif ve ya negatif yaklaşımıyla kişinin kendini önemli, yeterli ve güvenilir olarak görme seviyesi olarak tanımlamaktadır. Bireyin benlik saygısının düşük olması durumunda hayat felsefesinin çok katı olacağını, içine kapanacağını, pasif bir birey olacağını, psikosomatik hastalıklara ve saldırgan davranışlara sebep olacağını belirtmektedir.

Kassin (1998) ise bireylerin benlik saygılarının düşük olması durumunda olumsuz düşüncelere kapıldıklarını, daha az çaba gösterdiklerinin ve yaşamdaki öncelikleri gözden kaçırmabileceklerini dolayısıyla başarısız olmaları durumunda daha çok kendilerini değersiz ve beceriksiz gördüklerini belirtmiştir.

Ergenlik dönemi kimliğin oluşumu bakımından da oldukça kritik bir evredir. Olumlu ve Pozitif bir kimlik oluşumu, ergenlik dönemindeki bireyin psikolojisi ile oldukça yakından ilgilidir. Bununla beraber ergenlikte kurulan ilişkilerin özsaygı üzerinde oldukça önemli bir yere sahip olacağı düşünülmektedir. Benlik saygısı ayrıca

sosyal çevreden alınan geribildirim ve destek ile de yakından ilişkilidir. Ergenlik döneminde özellikle bireyin çevresindeki yakın arkadaşlarının ilgi ve desteğinin önemi daha fazla artar. Bireyin arkadaş çevresinden aldığı destek onun kendisini başarılı ve yeterli görmesini sağlayacak, becerilerinin gelişmesine olanak sağlayacak ve benlik saygısının gelişmesine neden olacaktır.

Ergenler bazen kendilerini arkadaşlarıyla fiziksel, bilişsel ve sosyal beceriler açısından karşılaştırabilirler. Bu karşılaştırma sonucunda ergen kendisini yetersiz, değersiz ve beceriksiz algılaması sonucunda bireyde utangaç ve sıkılgan davranışlara neden olur. Bu ergenler ideal bir benlik tasarımına ulaşamadıklarından dolayı başarısız ve mutsuz olurlar.

Yurt içinde ergenlerin arkadaşlık ilişkilerini inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır. Bunlardan en önemlileri ergenlerin arkadaşlık tercihleri, ergenlerde zorbalık, akran baskısı, arkadaşlıkların nasıl geliştiği, yakın arkadaşlık, arkadaş sayısı, problemler, internet kullanımı, cinsiyet ve suça eğilime göre arkadaşlık ilişkileridir (Çevik, 2007; Totan, 2007; Gündoğdu, 2003; Satan, 2011; Bilgiç, 2000; Zorbaz, 2013; Büyükşahin, 2001; Çok, 1993; Oskay, 1985; Delikara, 2000).

Yurt içinde ve yurt dışında benlik saygısıyla ilgili arkadaşlık ilişkileri, arkadaşlık kurmakta güçlük çekme, cinsiyet, ana baba tutumları, sosyo ekonomik düzey, akademik başarı, atılganlık ve yalnızlık ile sosyal kaygı değişkenlerinin incelendiği anlaşılmaktadır (Çevik, 2007; Eliot, Colengole ve Gelles, 2005; Lackovic, Dekovic ve Opacic, 1994; Nass, 1991; Farancis ve Jones, 1996; Daniel ve King, 1995; Eriş ve İkiz, 2013, Örgün, 2000; Büyükşahin, 2001).

Ülkemizde ve yurt dışında yapılan araştırmalarda arkadaşlık ve benlik saygısını farklı değişkenler açısından inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır. Arkadaşlık ilişkilerinin benlik saygısı düzeyleri arasındaki etkileşimi inceleyen araştırmalar da mevcuttur. Ancak bu araştırmalar ergenliğin ortaları ve sonlarını kapsamaktadır. Ergenliğin başındaki öğrencilerin benlik saygı düzeylerini ve arkadaşlık ilişkilerini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Yukarıda verilen bilgiler ışığında, bu araştırmanın amacı 14-15 yaş aralığındaki ergenlerin (7. ve 8. sınıflar) arkadaşlık ilişkilerini, arkadaşlık ilişkilerine anne babaların müdahalesini ve bu değişkenler açısından benlik saygısını incelemektir.

Problem

Bireyler gelişip olgunlaşırken onların bu gelişimlerini etkileyen kritik dönemler vardır. Ergenlik dönemi de bu dönemler içindeki en kritik evredir. Ergenlik döneminde birey, benliğine adeta format atarak yeni bir kişilik tasarımı gerçekleştirir.

Yörükoğlu (1994) ergenlik dönemini delikanlılık veya gençlik olarak değerlendirmekte ve on iki ile yirmi bir yaşları arasında yer aldığını belirtmekte ve çocuklukla yetişkinlik arasında yer alan bir dönem olduğunu ifade etmektedir. Bu dönem çok hızlı bir büyüme ve olgunlaşmanın olduğu ve psikolojik olarak önemli değişimlerin yaşandığı bir dönemdir.

Gander ve Gardiner (1998)'a göre ergenlik aynı zamanda fiziksel, sosyal, ruhsal ve zihinsel alanlarda yaşanan gelişimsel problemlerin olduğu kritik bir evredir. İlk ergenlikte (12-15 yaşlar) bireylerin arkadaşlık ilişkileri önemli ölçüde kendi cinsinden ergenlerdir. Orta ergenlikte (15-17 yaşlar) ise fiziksel gelişim önemli oranda tamamlanmıştır ve daha çok psikolojik sorunlar ön plana çıkmıştır. Ergenliğin son döneminde (17-20 yaşlar) ise arkadaşlık ilişkileri daha ziyade karşı cinsten kişilerle gerçekleşir.

Yavuzer'e (1994) göre ergen bu dönemde kendisine bazı idealler ve amaçlar belirleyerek bazı kriterler oluşturulabilir. İdeal benliğin gelişmesiyle beraber ideal sevgili algısının da gelişmeye başlar. Bunun sonucunda ergen kafasında oluşturduğu bu kriterlere uygun gördüğü bireylere âşık olabilir. Bu evrede genç, ebeveynin istek ve önerilerini kısıtlayıcı bulur ve farklı seçenekleri değerlendirerek onlara karşı çıkabilir.

Ergenlik döneminin daha sağlıklı atlatılabilmesi ve gelişimsel sorunlarla baş edebilmenin pek çok parametreleri bulunmaktadır. Bu parametrelerden belki en önemlisi de arkadaş ilişkileridir. Birey, aile çevresinden yaşlılarının olduğu sosyal çevreye doğru yöneldikçe, ailesiyle birlikte olduğu zaman azalacak ve akranlarıyla birlikte olduğu vakit artacak ve onlarla vakit geçirmekten daha çok zevk almaya başlayacaktır. Akran ve özellikle arkadaş grubu zamanla çocuğun tavır ve davranışları üzerinde etkili olacak ve zamanla ailenin yerini almaya başlayacaktır (Alisinanoğlu, 2002; Yavuzer, 2000).

Çocuklukta ve ergenliğin ilk dönemlerinde birey arkadaşlarını genellikle yakın çevresinde bulunan ve uzun zamandır tanıdığı kişilerden seçer. Fakat ergenliğin ortalarına doğru büyüdükçe çoğunlukla okul değiştirilir ve bunun sonucunda akran ve arkadaş grubu daha farklı kişilerden oluşur. Ayrıca arkadaşlıklar daha çok benzer özelliklere veya tamamlayıcı ilgilere dayalı olmaya başlar (Gander ve Gardiner, 1998).

Ergenler için yaşıtları ve arkadaşlarının kendisiyle ilgili fikirleri oldukça önemlidir. Akran gruplarında yazılı olmayan bazı kurallar bulunur. Kurallara uygun davranan akranlarını kendi gruplarına kabul ederler. Her genç mutlaka bir arkadaş grubuna katılmaya çalışır. Ergenlik döneminin başarılması gereken birtakım önemli gelişim görevleri vardır. Akranları arasında değer görmek, arkadaşlık ilişkilerini geliştirmek, takımın bir parçası olmayı öğrenmek ve liderlik özelliklerini geliştirmek, bu gelişimsel görevlerin başında gelmektedir. BU gelişimsel görevlerin ergenlikte başarılı bir şekilde yerine getirilmesi kişinin çevresiyle olumlu ilişkiler kurmasını sağlarken, gelişim görevinin başarılabilmesi durumunda ise uyum ve adaptasyon problemleri ile güvensizlik oluşmaktadır (Kılıççı, 1999).

Cüceloğlu'na (1998) göre ergenlikte aşılması gereken en önemli basamak ergenin kendi benliğini bulmasıdır. Ergenlik döneminde birey özdeşleşme ve bilişsel gelişim olarak en önemli gelişimlerini gerçekleştirmektedir. Gençlik dönemi, ergenin bir arayış içinde olduğu, aile ve çevresine en çok ters düştüğü ve toplumla yaşadığı uyum problemlerini en çok hissettiği dönemdir. Genç hemen hemen her şeyi eleştirip, kendine has yeni bir hayat kurmaya çalışırken bu dönemde ihtiyaç duyduğu güveni arkadaşlıklarında bulmaktadır. Özdeşim kurma ve arkadaşlıklar ergenlik dönemindeki sosyal ve duygusal gelişimin en önemli iki yönünü oluşturmaktadır.

Çocukların toplumun bir parçası olma yolunda yaşıtlarıyla kurdukları arkadaşlık ilişkileri çok önemli bir rol oynamaktadır. Yürümeyi yeni öğrenen bir çocuk, birileriyle arkadaş olup onlarla oynamak ister fakat çoğunlukla yalnız oynar. Okul öncesinde cinsiyet ayrımı yapmadan herkesle arkadaşlık kurarken okul döneminde sadece kendi cinsinden kişilerle oynamayı ve arkadaş olmayı tercih eder. Ergenlerin ortalarından itibaren her iki cinsiyetten bireylerle arkadaşlık kurmaktan ve birlikte olmaktan zevk almaya başlar (Bilgin, 2004).

Yavuzer'e (1994) göre aile, ergenin arkadaşlarıyla kurduğu ilişkilerde çok önemli bir faktördür. Ergenlerin anne babalarının ergenler üzerinde olumlu işbirliği ve ikna ederek kurdukları denetimin onların sosyal ve kişisel özellikleri olumlu etkileri olduğu araştırmalarla ortaya konmuştur. Bu araştırmalarda destekleyici ve ikna yoluyla ergeni denetim altına almaya çalışan anne babaların ergenler tarafından benimsendiği ve örnek alındığı, bunun da ergenlerin psikososyal gelişimlerini sağladığı ve ebeveynin beklediği tutum ve davranışları yapma olasılığını arttırdığı ortaya çıkmıştır. Destekleyici ebeveyn tutumları; ilgi ve sevgisini göstermek, yakın davranmak, sözle veya dokunmak suretiyle

sevgisini belirtmek ve birlikte kaliteli vakit geçirmek gibi bireyin benliğini onaylayıcı tutum ve davranışlardır.

Ergenler, ara sıra arkadaşlarıyla kendilerini soysal, kültürel, bedensel, akademik başarı, bilişsel ve toplumsal beceriler açısından karşılaştırırlar. Gencin kendine verdiği değer düşükse bu karşılaştırma ergende mutsuzluk, sıkılganlık ve utangaçlık duygularına neden olur. Kendilerini olduğu gibi kabullenen ve olumlu benlik saygısına sahip ergenler, amaçları ve hedefleriyle ideal benliklerini bütünleştirebilirler (Hortaçsu, 1997).

Rice (1990), ergenlerin akran ve arkadaşları tarafından benimsenmek, beğenilmek ve sevilme istediklerini belirtmiştir. Dolayısıyla ergenin amacı, istediği bir arkadaş grubuna katılmak ve onlar tarafından gruba kabul edilmektir. Ayrıca bu dönemde ergenler eleştiri ve negatif tepkiler ile kendi hakkındaki görüş be düşüncelere karşı çok hassastırlar (Erkan ve Kaya, 2005).

Yukarıda aktarılan bilgiler ve yorumlar ışığında şöyle bir neticeye ulaşabiliriz: Ergenlerin olgun bir birey olmalarında, kurduğu arkadaşlık ilişkilerinin ve benliğine ilişkin olumlu değerlendirmelerinin önemli etkileri vardır. Ergenlikte yoğunlaşan arkadaşlık ilişkilerinden elde edilen olumlu algılamalar ile aile fertlerinin gence sağladığı anlayış, güven ve destek, benlik saygısının oluşmasına ve gelişimine çok büyük etkileri olmaktadır.

Netice itibariyle bu araştırmanın problemini, ergenlerin arkadaşlık ilişkilerinin farklı yönleriyle ele alınması, ergenin arkadaşlık ilişkilerine ailelerinin müdahalesi ve bu değişkenlere bağlı olarak özsaygıda farklılaşma olup olmadığı sorusu oluşturmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, 14-15 yaş arasında (ergenliğin ilk döneminde) yer alan ergenlerin arkadaş ve yakın arkadaş sayılarının, arkadaşlık sürelerinin, karşı cinsten arkadaş durumunun, arkadaşlarla nerelerde tanışıldığının, karşı cinsle duygusal ilişki durumunun, arkadaş ilişkilerinde tercih edilen özelliklerin, arkadaşlık ilişkilerinde sosyal ağların öneminin ve bu değişkenlere göre benlik saygısının betimsel olarak incelenmesidir.

Bununla beraber aile fertlerinin ergenlerin arkadaşlık ilişkilerine ne ölçüde müdahalede bulduklarını, bu müdahalenin sıklığını, genellikle kimin müdahale ettiğini, daha çok hangi konularda müdahale edildiğini belirlemek ve bu değişkenlerin benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi bu çalışmanın amaçları arasında yer almaktadır.

Bu genel amaçlar doğrultusunda aşağıda yer alan sorulara cevap aranmaktadır.

1. Katılımcıların arkadaş ve yakın arkadaş sayısı kaç kişi bulmaktadır? Katılımcıların cinsiyeti ile arkadaş sayısı arasında bir fark var mıdır?
2. Katılımcıların yakın arkadaş edinmede aradıkları ölçütler, önemsemiği ve dikkate aldığı değerler nelerdir?
3. Katılımcıların aynı ve karşı cinsten arkadaşlarıyla tanışmaları nasıl olmuştur?
4. Katılımcıların arkadaşlarının cinsiyeti ve karşı cinsiyetten arkadaş sayıları nasıldır? Bu durum cinsiyete göre değişiklik göstermekte midir?
5. Arkadaşlık ilişkilerinde bir iletişim ve paylaşım aracı olarak kullanılan sosyal medya mecraları nelerdir?
6. İnternet ve sosyal ağların arkadaşlık ilişkilerinde kullanım sıklığı nedir?
7. İnternet ve sosyal ağlarda takip edilen kişi sayısı ortalama kaç kişi bulmaktadır.
8. Ailelerin arkadaşlık ilişkilerine müdahale etme durumu cinsiyete göre değişiklik göstermekte midir?
9. Ailelerin arkadaşlık ilişkilerine müdahale etme sıklığı nedir? Müdahale sıklığı cinsiyete göre değişiklik göstermekte midir?
10. Arkadaşlık ilişkilerine daha çok hangi aile ferdi müdahale etmektedir? Bu durum cinsiyete göre değişmekte midir?
11. Katılımcıların cinsiyetine göre benlik saygısı değeri bakımından fark var mıdır?
12. Arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen ve edilmeyen katılımcıların benlik saygıları arasında bir fark var mıdır?
13. Katılımcıların arkadaş ve yakın arkadaş sayısı ile benlik saygısı düzeyi arasında bir ilişki var mıdır?
14. Karşı cinsten biriyle duygusal ilişkisi olan ve olmayan katılımcıların benlik saygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
15. Karşı cinsten arkadaşı olan ve olmayan katılımcıların benlik saygısı düzeyleri arasında fark var mıdır?

Araştırmanın Önemi ve Gerekeğesi

Çocukluktan çıkıp yetişkinliğe geçiş yolculuğu olan ergenlik döneminde arkadaş ilişkileri oldukça önem kazanmaktadır. Daha önce aile ve aile çevresiyle olan yakın ilişkiler ve uzun birliktelikler yerini arkadaş çevresine bırakmaktadır. Ergenlikte kurulan

arkadaşlık ilişkileri, ergenin iç dünyasında çok büyük bir yere sahiptir. Çünkü daha sonraki yaşam dönemlerinin şekillenmesine bu ilişkiler öncülük edecektir. Ergenlikte arkadaşlarla kurulan ilişkiler, benlik saygısının gelişimi bakımından da oldukça önemlidir. Akranlarla kurulan ilişkilerin niteliği ve arkadaşlarından aldığı geribildirimler ergenin benlik tasarımı önemli ölçüde etkileyecektir. Aynı zamanda ergenin benlik saygısı düzeyi onun akademik ve iş hayatındaki başarısı ile çevresindeki bireylerle ilişkilerini etkilemektedir.

Kımtır'e (2012) göre ergenlik döneminde genç iç dünyasına yönelir ve kendi iç dünyasıyla ilgili gözlemler, değerlendirmeler ve yorumlamalar yapar. Duygu ve düşüncelerini inceler, nasıl bir insan olduğunu düşünür, ne olmak istediğiyle ilgili hayaller kurup kafa yorar. Bu yapılanlar bir anlamda bir benlik arayışı yolculuğudur. Bu yolculukta bazen kendini çok değerli bazen ise değersiz bulur. Nitekim ergen fiziksel özelliklerini, dış görünüşünü, adını, duruşunu beğenmez. Çünkü benlik kavramı ile beden imajı arasında çok sıkı bir etkileşim vardır. Benlik saygısı, bireyin kendisini terazide tartması sonucunda ulaştığı bir benlik tasarımıdır. Benlik saygısı, bireyin kendisini gerçek konumunun ne altında ne de üstünde görmesidir. Kendini olduğu gibi kabul etme, değerli, biricik, beğenilmeye, sevmeye ve saygı duyulmaya değer bulmaktır.

Bu araştırmanın amacı 14-15 yaş aralığındaki ergenler için önemli olduğu düşünülen arkadaşlık ilişkilerinin ve arkadaşlık ilişkileriyle ilgili bazı değişkenlerin benlik saygısını değiştirip değiştirmediğini ortaya çıkarmaktır.

Ergenlik döneminde toplumun bir parçası olma çabasının ve bu dönemde yaşanan yalnızlık duygusundan hareketle öğrencilerin arkadaş ve yakın arkadaş sayılarının, sosyalleşme ve içe kapanma ile ilgili bilgi vereceği tahmin edilmektedir. Ayrıca bireylerin toplumun bir parçası olmalarına önemli katkı sağlayan okulun ve sosyal ağların da öğrencilerin arkadaşlık süreleri ve tanışılan yer açısından önemli bulgulara ulaşılacağı düşünülmektedir.

Ayrıca ergenlikte karşı cins ile yaşanan ilişkiler ilerideki evlilik yaşantılarına zemin hazırladığından karşı cinsiyet ile arkadaşlık ve romantik ilişkiler ele alınmış ve bu ilişkilerin bireylerin benlik saygıları üzerindeki etkileri ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır.

Ergenlik dönemindeki yüz yüze iletişimin yanında sanal ortamlarda, sesli, görüntülü ve ya yazışarak iletişim kurmak her geçen gün artmaktadır. Araştırmanın bir boyutu sosyal medyanın kullanımı ve arkadaşlık ilişkilerindeki yeri ve önemi hakkında olmuştur. En çok kullanılan sosyal ağlar, buralarda geçirilen zamanlar, takip edilen

arkadaş sayıları gibi değişkenler üzerinde durularak sosyal medyanın ergenlerin arkadaşlık ilişkileri üzerindeki etkisi ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır.

Ergenliğin ilk dönemlerinde arkadaş ve yakın arkadaş sayısı, karşı cinsten arkadaşının olup olmaması, karşı cinsten romantik bir ilişkisinin olup olmaması, ailesinin arkadaş ilişkilerine müdahale etmesine göre benlik saygısı düzeyinin değişip değişmediği önceki araştırmalara konu olmadığından dolayı önemli olduğu düşünülmektedir.

Hortaçsu'ya (1997) göre ergenlik döneminde bireyin aileyle yaşadığı en büyük çatışma arkadaşlık ilişkileri konusunda yaşanmaktadır. Ergen bu dönemde özellikle büyüdüğünü ispatlamak için kendi kararlarını uygulamaya çalışır. Bu duruma alışkın olmayan aile fertleriyle çatışması kaçınılmazdır. Bu çalışmada, böyle bir çatışmanın yaşanıp yaşanmadığının, müdahale sıklığının ve müdahale eden aile bireyinin daha çok kim ya da kimler olduğu tespit edilmeye çalışılmıştır. Ayrıca arkadaşlık ilişkilerine karışma durumuna göre benlik saygısının değişip değişmediği anlaşılmış olacaktır.

Yurt içindeki araştırmalar incelendiğinde; ortaokul düzeyinde, aile, arkadaşlık ilişkileri, sosyal ağların kullanımı ile benlik saygısını birlikte inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla bu durumlar araştırmanın gerekçesi ve önemini ortaya koyan bir diğer etkidir.

Bu çalışma neticesinde ulaşılabilecek bulgular, benlik saygısının gelişiminde sosyal çevrenin, arkadaş grubunun, ebeveyn yaklaşımlarının, arkadaşlık ilişkilerinin önemini ortaya koyması, gençler arasında kullanım oranı gittikçe artan sosyal ağların arkadaşlık ilişkilerine ve benlik saygısına etkisini irdelemesi ve öğrencilerin benlik saygısını destekleyici sosyal ortamların oluşturulmasına ve anne babaların ergenlik döneminde daha bilinçli ve anlayışlı bir tutum ve davranış geliştirmesine zemin sağlaması açısından önemlidir.

Ergenliğin ilk dönemi olarak kabul edilen 13-14 yaşları, “ben kimim” sorusunun çokça sorulduğu bir dönemdir. Bu dönemde özgüveni gelişmiş, kendine yeterince değer veren, olumlu ve güçlü taraflarını görebilen, hayata pozitif bakan, kendisi ve çevresine karşı duyarlı yeni bir kuşağın yetişmesi için yapılacak sosyal etkinlik ve grup terapileri açısından oldukça önemli olacağı düşüncesiyle bu araştırmanın yapılması düşünülmüştür.

Varsayımlar

Bu araştırma aşağıda yer alan temel varsayımlardan hareketle yapılmıştır.

1. Örnekleme alınan bütün grupların anketlere verecekleri cevapların gerçeği yansıtacağı,

2. Seçilen örneklemin evreni temsil edeceği,
3. “Arkadaş İlişkileri Anketi”nin, ergenlerin arkadaşlık ilişkilerini, “Coopersmith Özsaygısı Envanteri”nin ise ergenlerin benlik saygısı düzeylerini yansıtacağı düşünülmektedir.

Sınırlılıklar

Bu çalışma İstanbul ili Avcılar ilçesindeki resmi ve özel ortaokullarda, 2015-2016 eğitim-öğretim yılında 7. ve 8. sınıfta okuyan ve araştırmaya katılan ergenlerle sınırlıdır.

Bu çalışmada elde edilen bulgular, ergenlerin arkadaşlık ilişkileriyle ilgili görüşlerini belirlemek amacıyla araştırmacının, alanın uzmanlarının görüşlerinden hareketle hazırladığı “Arkadaş İlişkileri Anketi” ile öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini ölçmek amacıyla Coopersmith (1967) tarafından geliştirilen, en son Pişkin (1997) tarafından güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları yapılan “Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri” ile elde edilecek bulgular ile sınırlıdır.

Tanımlar

Çalışmada ele alınan temel kavramların tanımları ve kısa açıklamaları aşağıda yer almaktadır.

Arkadaşlık: Yavuzer’e (2000) göre arkadaşlık, karşılıklı itimat, anlayış, saygı, destek ve içtenlik öğelerini içinde barındıran duygusal bir etkileşimdir.

Benlik Saygısı: Diğer ifadeyle özsaygı, kişinin kendi benliğini değerlendirmesi neticesinde benliğini olduğu gibi kabul etmesi ve kendisinden memnun olması şeklinde tanımlanabilir. Rosenberg, benlik saygısını, bireyin kendisine karşı, olumlu ve olumsuz tutumu şeklinde tanımlamaktadır. Ona göre özsaygı, bireyin benliğini eleştirel bir gözle değerlendirmesi neticesinde oluşmaktadır. Bireyin kendine ilişkin yargılamaları sonucunda ulaştığı algı, benlik saygısı düzeyi için ana gösterge olmaktadır. Benlik saygısı, bireyin benlik kavramına ilişkin ulaştığı değerlilik yargısıdır (Eriş, 2013).

Ergenlik: Yörükoğlu’na (1994) göre ergenlik, bireyin kendi iç dünyasından, dış dünyaya ve sosyal çevreye tam anlamıyla açıldığı bir süreci kapsamaktadır. Bu dönemde ergen,

aileden ve evden uzaklaşarak, topluma ve özellikle arkadaş çevresine yaklaşmaya başlar. Yavuzer (2000) 'e göre ergenlik, özellikle biyolojik, psikolojik, bilişsel ve sosyal açılardan bir gelişme ve olgunlaşma dönemidir. Ergenlik, bireyin çocukluktan çıkıp gelişim görevlerini tamamladığı erişkinliğe geçiş sürecidir.



BÖLÜM I

BENLİK SAYGISI, ERGENLİK DÖNEMİ, ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ VE KONUYLA İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde ilk önce araştırmanın iskeletini oluşturan “Benlik Kavramı”, “Benlik Saygısı”, “Ergenlik Dönemi” “Arkadaşlık İlişkileri” ile ilgili açıklamalara yer verilmiştir. Daha sonra Benlik Saygısı ve Arkadaşlık İlişkileri ile ilgili yurt içinde ve yurtdışında yapılan çalışmaların özetleri üzerinde durulmuştur.

1.1. Benlik Kavramı

Benlik kavramı, bir insanın kendi benliği hakkındaki fikirlerinin, düşüncelerinin, yargılarının ve değerlendirmelerinin toplamı şeklinde açıklanabilir. Bireylerin hayatlarında önemli bir yere sahip olmasından ve insanın mahiyetinin tam olarak anlaşılmaya çalışılmasından mütevellit bu kavramla ilgili açıklama ve tanımlar oldukça fazladır. Benlik kavramı, uzmanların insanı anlama ve tanımlama merakından dolayı daima ilgi alanında yer almıştır. Literatürde bu konuyla ilgili birçok tanımlama ve açıklama bulunmaktadır. Bu tanımlama ve açıklamalardan bir kısmı aşağıda yer almaktadır.

Tan (1970), benlik kavramını, bireylerin çevreleriyle kurdukları iletişim ve etkileşim sonucunda oluşturdukları bazı öznel duygu, kavram ve değerler sistemi olarak tanımlamaktadır.

Yörükoğlu (1994) ise ben ve benlik kavramlarının kişilik kavramıyla genellikle aynı anlamda kullanıldığını belirtmiştir. Bu kavramlar, bireyi özel kılan, diğerlerinden ayıran duygu, düşünce, davranış ve tutumlarının bütünüdür. Benlik kavramı ayrıca bireyin öz benliğini kavrayış ve algılayış şekli olarak açıklanabilir

Kulaksızoğlu'na (2000) göre benlik kavramı, bireyin çevresel uyarıcıları algılaması, değerlendirmesi ve tepkide bulunmasında psikolojik olarak en önemli araçtır. Kişilik kavramı ise benlik ve kimlik terimlerini kapsayan bireye özgü tüm nitelikleridir.

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

Kasatura (1998) ise benlik kavramını bireyin varoluşunu ve bilinçli olarak farkında olduğu yaşantı ve deneyimlerini içeren bir kavram olarak ele almaktadır.

Benlik kavramı ile ilgili yapılan birçok tanımlama ve açıklamalar gösteriyor ki benlik, kişinin hayatının vazgeçilmeyen, sürekli değişen ve gelişen belki de en önemli özelliğidir.

Benlik kavramını detaylı bir şekilde ele alan ve bu kavramla ilgilenen ilk psikolog William James'tir. James bir eserinde, benliği "bilen benlik (self as knower)" ve "bilinen benlik (self as known)" şeklinde ele almıştır. Ayrıca psikolojinin bilinen benlik ile ilgilenmesi gerektiğini belirtmiştir. Bilen benliğe özne, bilinen benliğe ise nesne adını vermiştir.

Carl Rogers'a göre benlik kavramı, kişinin kendisiyle ilgili düşüncelerinin, algılarının ve tutumlarının toplamından oluşmaktadır. Bu değerlendirme orta düzeyde veya iyi-kötü olabilmektedir. Benlik bilinci, bazen gerçeklerle örtüşmeyebilir. Örneğin yetenekli bir insan kendini acımasızca yargılayıp beceriksiz görebilir ya da tam tersi olabilir. Dolayısıyla benlik bilinci daha çok bireyin kendisini nasıl gördüğünün ifadesidir. Her insan, daha gelişmiş, daha pozitif bir benlik bilinci oluşturma gayreti içerisinde.

W. James'ten sonra benlik kavramını ele alan Cooley'e göre benlik kavramı daha çok sosyolojik açıdan ele alınmalıdır. İçinde bulunduğu sosyal çevreyle sürekli etkileşim içinde olan bireyin kendisiyle ilgili değerlendirmeleri, diğer insanların algılamaları ve değerlendirmelerinden farklıdır. Dolayısıyla bireyin benlik anlayışı, diğer insanların tutum ve yaklaşımlarının yansıması şeklinde ifade edilecek bir kavramdır (Kula, 2001).

Bacanlı'ya (2004) göre psikoloji tarihinde benlik konusunu daha derin inceleyerek önem kazanmasını sağlayan kişi, psikanaliz ekolünün kurucusu olan S. Freud olmuştur. İnsan davranışlarının psikodinamiğini bilinç, bilinçaltı ve bilinçdışı sınıflamasıyla psikoloji tarihinde çığır açan Freud, benliği yapısal olarak id, ego ve süpereo şeklinde kavramsallaştırmaktadır. Ego, genel olarak kişiliğin bilinçli kısmıdır ve kendi benliğini bilinçli olarak bilen tarafıdır. Ayrıca Psikanaliz değerlendirmelerinde benlik kavramı yerine daha çok ego kavramının kullanıldığı anlaşılmaktadır (Yiğit, 2010).

Geçtan'a (1996) göre Adler, bireysel psikoloji alanında benlik kavramını kişilik bütünlüğü içerisinde ele almıştır. Adler'e göre benlik, bireyin ne ya da kim olduğu ile ilgili tutum ve inançlarıdır.

Benlik konusunda görüşlerini ifade eden Super ise benliği, bir insanın kendisini dışarıdan bir gözle değerlendirip nasıl gördüğüne dair gözlemleri şeklinde açıklamaktadır (Kuzgun, 2002).

Jung ise yaşamdaki asıl amacın bireyin kendi benliğini tanıması olarak açıklamaktadır. O'na göre benlik kavramı, tüm zıtlıkların ötesine geçişi ve kişiliğimizin bütün yanlarıyla sergilenmesidir. Bu durumda ne kadın ne erkek, ne ego ne gölge, ne iyi ne kötü, ne bilinçli ne bilinçsizsinizdir. Tüm bu zıtlıkları birlikte yaşarsınız ve değerlendirirsiniz (Yiğit, 2010).

Kişilik kuramcılarında yer alan Rogers'ın açıklamalarında benlik kavramının ayrı bir önemi vardır. Bir bireyin algısal alanının ve fenomenolojik yapısının önemli bir bölümü benliktir. Benlik, bireyin "Ben" ile ilgili bilinçli değerlendirmelerini kapsar. Benlik aynı zamanda bireyin kendisiyle ilgili imajıdır. Benlik ayrıca bireyin hâlihazırda ne olduğu konusundaki değerlendirmelerinin yanında bir de olmak istediği kişilik hususunda da görüş ve düşüncelerini içerir. Bizim olmak istediğimiz ben, ideal benliğimizdir ve buna ulaştığımızda kendimizi daha değerli göreceğimiz bir kavramdır. Rogers'a göre kısaca benlik, bir insanın kendisi ile ilgili geliştirdiği olumlu ya da olumsuz bazı yargılardır (Yanbastı, 1996).

Kişiliğimizin özel bir yanı olan ve çok farklı şekillerde tanımlanan benlik, kişinin kendisi hakkındaki olumlu ve olumsuz deneyimlerinden oluşur. Benlik, bireyin başkalarından farklı bir birey olmasını sağlayarak aynı zamanda kişinin kendi varoluşunun bilincine ulaşması anlamına gelmektedir (Onur, 1995).

Bu açıklamalardan anlaşıldığı üzere gelişmiş bir benlik algısına ulaşmanın ilk şartı bireylerin koşulsuz ve şartsız sevgi içerisinde büyümüş olmalarıdır. Koşulsuz sevgi, bir insanın tüm özellikleriyle kabulü, sevilip değer verilmesi ve buna layık olduğu felsefesinin bir sonucudur. Bireylerin doğası gereği bazı yanlış davranışları olabilir. Bu yanlış davranışların bazı yaptırımları olacaktır ancak insan olarak bu davranışların ötesinde daima sevgi ve saygıya layıktır. Ayrıca verilen ceza davranışdır, cezalandırılan kişi değildir. Bundan dolayı ebeveynler çocuklarına yaptıkları yanlış davranışlardan sonra "Senin bu davranışın hoş olmadı, doğru değildi ve bir karşılığı olması gerekir fakat benim sana olan sevgimde bir değişme olmadı, sen hala benim için çok değerlisin" diyebilmelidir.

1.1.1.Benlik Kuramları

Cüceloğlu'na (1990) göre, bu kuramları diğerlerinden ayıran en önemli farklılık insan doğasına daha iyimser bir zaviyeden bakmalarıdır. Örneğin Freud bireyi içgüdülerin etkisi altında zavallı ve edilgen bir canlı, davranışçı kuramcılar ise çevresel etkenlerin yönlendirdiği çaresiz bir varlık olarak görmektedirler. Öte yandan benlik konusunda kuram geliştiren psikologlar, doğal olarak her insanın, sürekli mutlu ve başarılı olmaya çalıştığına, çevresiyle ve kendisiyle uyum içinde yaşamaya çabaladığına ve buna göre bilinçli tercihlerde bulduklarına inanırlar. Bununla beraber davranışçı psikologların insana bakış açısı tamamen mekaniktir. Bu kuramsal yaklaşımlar insana seçenekleri değerlendirme, seçme, karar verme gibi daha aktif olma rolü vermez. Bunun aksine benlik kuramcıları insanın yaşamında doyuma ulaşma yolculuğunda daima tercihlerde bulunduğu görüşündedirler. Bireyler daha mutlu olma, yaşam şartlarını geliştirme, daha iyiye gitme yolunda daima seçimler yaparlar. Birey iyiye gitme, gelişme ve mutluluğa ulaşma yönünde kararlar alırlar. Bundan dolayı kendi kaderleri üzerinde kendilerinin karar verme gücü ve iradesi vardır. Benlik kuramlarının başka bir özelliği ise kişinin geçmişinden ziyade bu günüyle ilgilenmeleridir. Bireyin hâlihazırda çevresini ve kendisini nasıl gördüğünü ve tercihlerini ne yaptığı benlik kuramcılarının ilgi alanları arasındadır.

1.1.1.1. C. Rogers'ın Benlik Kuramı

Carl Rogers, her bireyin doğal olarak mutlu olmak için dünyaya geldiğini ve sahip olduğu potansiyeli ortaya koymak ve kendini gerçekleştirmek için çabaladığını belirtmektedir. Gelişmek ve daha olumluya doğru değişmek her bireyin fitratında olan bir eğilimdir.

Rogers'a göre bir insanın benlik bilinci onun kendisi hakkındaki düşünceleri, algılamaları ve kanaatleri toplamıdır. Kişinin benlik algısı olumlu ya da olumsuz gelişebilir. Olumlu bir benlik algısı geliştirmemiz için koşulsuz sevgi ile büyütülmüş olmamız gerekmektedir. Koşulsuz sevgi ise bireyin her durumda sevgiye ve saygıya layık olduğunu kabul eden anlayışın sonucunda oluşur. Cezalandırılan davranıştır fakat birey özünde değerlidir dolayısıyla her daim sevilir ve sayılır. Koşulsuz sevgiyle büyüyen bireylerin benlik algıları oldukça güçlü ve olumludur. Rogers (1961), bireyin gerçeklerden uzaklaşıp kendini aldatmasıyla beraber kaygının artacağını ve zamanla bireyin benlik algısının tamamen sarsılacağını söyler (Cüceloğlu, 1990).

1.1.1.2. Maslow'un Benlik Kuramı

Maslow, güdüleri aşamalı bir sistem şeklinde ve piramide benzeterek ele alır. Bireylerin en alt basamakta yer alan temel ihtiyaçlarını giderdikten sonra bir üst aşamadaki ihtiyaçlarına sıra gelir. Böylece sırayla güdülerini doyuran ve gereksinimlerini karşılayan birey kendini gerçekleştirmiş ve mutlu olmuş olur.

Maslow'a göre kendini gerçekleştirmiş olan bir bireyin bazı özellikleri vardır: Bunlardan birincisi var olan gerçeği, kendisini ve başkalarını olduğu gibi kabul etmektir. Diğer zellikleri ise yaratıcı olmaları, kendine ve yaşama glmseyebilmek, insanlığa ve sorunlarına duyarlı olmak, sorumluluklarını yerine getirmek, kendine ve çevresine karşı dürüst olmak ve iletişim becerilerine sahip olmak, yapılan eleştirilerde hemen savunmaya gememektir. Maslow niversite öğrencileriyle yaptığı araştırmalarda, bu özelliklere sahip, psikolojik doyuma ulaşmış, kendini gerçekleştirmiş öğrencilerin çok az sayıda olduğu sonucuna ulaşmıştır (Cüceloğlu, 1990).

1.2. Benlik saygısı (zsaygı Değeri)

Bu kısımda benlik saygısının tanımı, gelişimi, benlik saygısının önemi, ergenlikte benlik saygısı, benlik saygısını etkileyen faktörler, yüksek ve düşük benlik saygısına sahip olmanın sonuçları üzerinde durulacaktır.

1.2.1. Benlik saygısının tanımı ve gelişimi

Çuhadaroğlu (1986) benlik saygısını, bir insanın ilk önce kendi benliğini tanınması, realist bir bakışla ele alması, olumlu veya olumsuz tüm özelliklerini kabul etmesi ve benimsemesi şeklinde tanımlamaktadır. Benlik saygısı, bireyin kendi benliğine, varlığına karşı duyduğu memnuniyet, saygı, güven ve sevgiyi içermektedir

Rosenberg'e (1965) göre benlik saygısı, bireyin kendi varlığına karşı geliştirdiği müspet veya menfi yargılamasıdır. Bir insan pozitif bir bakışla kendini değerlendirirse, özsaygısı artmakta, negatif bir bakışla kendini değerlendirirse özsaygısı düşmektedir.

Yörükoğlu'na (1994) göre, benlik saygısının çeşitli unsurları vardır. Bunlar duygusal, bilişsel, sosyal ve dolaylı olarak da fiziksel unsurlardır. Varoluşunu saygıdeğer bulma, becerilerini sergileme imkânı, başarılı olma, içinde bulunduğu sosyal çevrede yer edinme, takdir edilme, beğenilme, sevildiğinin ifade edilmesi, beden imajının yerinde olması özsaygının oluşumu ve gelişiminde en etkili faktörlerdir.

Erikson ise özsaygının oluşum ve gelişimini, psikososyal gelişim basamaklarıyla açıklamaktadır. Birinci gelişim basamağında temel güven duygusu ve aynılık, süreklilik duygusuyla benlik saygısının temelleri atılmaktadır. İkinci basamakta çocuğun dışkılama kasları üzerinde denetim sağlamasıyla dışarıdan gelen takdir ve övgüler benlik saygısını geliştirmekte ve özerk bir birey olmasını sağlamaktadır.

Bebeklik döneminde ana baba ile çocuk arasında kurulan güvenli bağlanmanın, sağlıklı ve olumlu benlik algısını ve kendini değerli hissetme duygusunu yerleştiği çok önceden bilinmektedir (Plummer, 2011).

İlk çocukluk döneminde yerleşmeye başlayan özsaygı daha sonraki dönemlerde de şekillenerek ve değişerek devam eder. Aile içinde başlayan bu oluşum gittikçe yakın çevreden uzak çevreye doğru bir açılım içerisinde devam eder.

Nörologlar tarafından yakın zamanda yapılan araştırmalarda, olumsuz ve ya olumlu iletişimin küçük çocukların gelişmekte olan beyinlerinin nörolojik yapısını direkt etkilediği görülmektedir. Nörolog Lise Eliot ve Washington Üniversitesi tarafından yürütülen bir çalışmada, anneleri depresyonda olan bir yaş civarındaki bebeklerin, depresyonda olmayanlara göre farklı bir sinirsel tepki gösterdiği saptanmıştır (Eliot 1999; akt., Plummer, 2011).

Sacks'a göre özsaygı, çok küçük yaşlardan itibaren temel ihtiyaçların sürekli ve dengeli bir şekilde yeteri kadar ilgi, sevgi ve empati anlayışıyla yerine getirilmesinden oluşmaktadır. Çok farklı yaşam tecrübeleri sonucunda yapılan özsaygı, iç ve dış uyarıcıların yoğun etkisiyle ruh ve beden yapısında birçok değişime sebep olmakla beraber sosyal çevreyle kurulan ilişkilere de yön vermektedir (Altıok, 2010).

İsviçre'den Mia Elmsater ile Kanada'dan Sylvie Hetu tarafından hazırlanan çocuklarda özsaygıyı ve birbirine saygılı olmayı geliştirmeye yönelik olan "Okullarda masaj" adlı program İngiltere'deki birçok eğitim kurumunda başarıyla uygulanmaktadır. Masum ve iyi niyetle çocukların birbirlerinin başlarına, sırtlarına, boyunlarına, kollarına ve omuzlarına uyguladıkları dokunmalar, beyindeki oksytocin maddesinin artmasına neden olmaktadır. Bu hormonun bebeklerde 'bağlanma' sürecine destek olduğu görülmektedir. Ayrıca teskin edici, yatıştırıcı ve rehabilite özelliğiyle kortizölü düzenlemektedir. Bu programı uygulayan öğretmenlerin anlattıklarına göre, programın uygulanmasının pek çok faydasının yanında özellikle çocukların dikkat ve odaklanma becerilerinde artış ve saldırgan davranışları ile tedirginliklerinde azalma görülmüştür.

Bununla beraber çocuklar empatik ve hoşgörölü olmayı öğrenmeye başlamışlardır (Plummer, 2011).

Kasatura'ya (1998) göre benlik saygımızı, yaşam sürecinde alt kimliklerimizi nasıl algıladığımız belirler. Örneğin kendimizi iyi bir sporcu veya kötü bir konuşmacı, kötü bir arkadaş veya yeteneksiz bir yazar olarak görebiliriz. Kendimizle ilgili ulaştığımız bu yargılamalar, bizim benlik saygımızı belirler. Kendimizle ilgili beceri ve özel yeteneklerimizi önemli bulduğumuzda kendilik saygımızı yükseltmiş oluruz. Pek çok özel yeteneğe sahip olmamıza karşın, olumsuz ve yetersiz özelliklerimizi daha çok görmemiz ve önemsememiz halinde ise benlik saygımızda düşme olur.

Benlik gelişiminin bir süreç olduğunu belirten Horney'e göre özseverlik, diğer insanların bireyi değerli görmesi ile oluşan bir benlik şişmesidir. O, kişinin kendini değerlendirme sürecinde ideal olarak belirlediklerinin düzeyi ve esnekliğinin temel bir konu olduğunu dolayısıyla ideal benliğin kişinin kapasitesine ve gerçeklere uygun belirlenmesi gerektiğini ifade etmektedir. O'na göre ideal benlik ile gerçek benlik birbirinden çok farklı ise kişinin anksiyetesi çoğalır. Bireyin kendi kapasitesi ve idealleri doğrultusunda gelişmiş bir benliğe sahip olması aynı zamanda depresyon ve anksiyete gibi ruhsal hastalıklara karşı en büyük önlemdir (Kımtar, 2012: 44).

Sullivan'a göre benlik saygısını kişilerarası ilişkiler belirlemektedir. Bir birey, çevresindeki insanların kendisi hakkında ne düşündüğünü önemser. Bu düşünceleri değerlendirir ve kendisiyle ilgili bazı yargılara ulaşır. Başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmemek ve kendine olan saygısını kaybetmemek için birey çaba sarf eder. Böylece kaygı ve korkularına engel olmuş olur. Bundan dolayı Sullivan anne babaların çocuklarıyla iletişim biçimlerine önem vermiş ve çocuklarda aşağılık duygusu oluşturacak durumları azaltmanın önemini belirtmiştir (Geçtan, 1997).

Otto Rank ise benlik saygısını büyüme aşamalarındaki birleşme-ayırılma ve benzerlik-farklılık zıtlıklarıyla ilgili olduğu görüşündedir. Başka insanlarla birleştiği zaman bir insan bir süre sonra onlara benzediğini anlar. Bu süreçte birleştiği kişide kendi yansımasını fark etmesiyle özsaygı ortaya çıkmaktadır (Weiner, 1985; akt., Kımtar, 2012).

Kendilik psikolojisinin en önemli temsilcisi olan Kohut'a göre benlik saygısındaki artış ve azalışlar benlikte yıkıcı değişikliklere sebep olmakta ve bunun sonucunda bireyde anksiyete oluşmaktadır. Kohut, güçlü bir benliğin hayat içerisinde iniş ve çıkışlarda,

başarı veya başarısızlıkta, zafer ya da yenilgide yaşanan büyük dalgalanmaları regüle edebilen bir cevher olduğunu belirtir.

Kişilerin benlik saygısını azaltan zayıflıklara ve yetersizliklere vurgu yapan Adler (2003) ise benlik saygısını, kendini aşağı görme duygusundan üstün görme duygusuna geçişi temsil ettiği görüşündedir. Adler, özsaygının oluşumunda özellikle organlardaki bir eksikliğin, bazı hastalıkların, ailedeki pozisyonun, kaçınıcı çocuk olduğunun, ilişkilerde yok sayılma veya reddedilme gibi travmatik olayların büyük etkisi olduğu görüşündedir. Dolayısıyla benlik saygısı, bireyin kendisini değerli, yetenekli, önemli, başarılı ve becerikli görmesini kapsamaktadır.

Erikson (1984)'a göre özsaygının temeli, psikososyal gelişim basamaklarıyla atılmaktadır. Birinci gelişim basamağında temel güven duygusu ve aynılık, süreklilik duygusuyla benlik saygısının temelleri atılmaktadır. İkinci basamakta çocuğun dışkılama ve işeme kasları üzerinde denetim sağlamasıyla dışarıdan gelen takdir ve övgüler benlik saygısını geliştirmekte ve özerk bir birey olmasını sağlamaktadır. Bebeğin gerek kendi kendisini kontrol ettiğinin farkına varması ve bunun verdiği haz, gerekse toplumsal varlığının farkına varması onun benlik saygısını arttırmada son derece etkili olmaktadır. Daha önceki aynılık ve süreklilik duygusunun Psikososyal gelişimin beşinci basamağında başkaları tarafından yapılan değerlendirmelerin uyuşması sonucunda benlik kimliği duygusu gelişmektedir.

Rogers, bir insanın kendini kandırmaya başlamasıyla beraber kaygı ve korkularının artmaya başlayacağını ve bunun akabinde benlik saygısının kökten sarsılacağını belirtmektedir. Bundan dolayı yaptığımız yanlışlarda önce kendi benliğimizi affetmemiz ve kendi benliğimizi şartsız olarak sevmemiz ve değer vermemiz gelişerek değişmemizin ve ruh sağlığımızı koruyabilmemizin en temel unsurudur (Cüceloğlu, 1990).

Sosyal yalnızlığın bireyler üzerindeki olumsuz etkilerine vurgu yapan Fromm'a (1995) göre her insan sevgi dolu ilişkiler kurmaya muhtaçtır. Bu ilişkilerin kurulabilmesi için, sosyal çevreyle olan ilişkilerin özellikle arkadaşlık ve güven esasına dayalı olması ve karşılıklı anlayış ve saygıyla gelişmesi gerekmektedir. Bireyin başkalarıyla samimi ilişkiler kurabilme becerisi ise benlik saygısıyla ilişkilidir. Benlik saygısı ise kendisini olduğu gibi kabullenen, sevgi ve saygı duyan, duygu ve düşüncelerini belirtme imkânı veren bir toplumun varlığıyla gelişir.

Bauer ve Hill (1986) benlik saygısının yaşamın tüm süreçlerini kapsadığını ve öğrenilen bir olgu olduğunu belirtmektedir. Kişinin sosyal çevresiyle etkileşimi sonucunda bu öğrenme süreci gerçekleşmektedir. Sosyal çevre ise çoğunlukla aile olarak kabul edilmekle beraber bireyin hayatında önemli yer edinmiş diğer insanlardan oluşmaktadır (akt., Kımtar: 2012: 47).

Yörükoğlu'na (1994) göre ise sosyal çevredeki diğer insanların bizi değerlendirmesi ile bizim kendimizi değerlendirme şeklimiz birbirinden çok farklı olabileceği gibi birbirine çok benzer de olabilir. Benliğin değerlendirmesinin çok farklı olması durumunda bir takım sorunlar ve olumsuzluklar görülebilir. Örneğin, öğretmenleri ve arkadaşları tarafından çok çalışkan ve zeki olarak görülen bir öğrencinin kendi kendisini değerlendirmesi çok farklı olabilir. Bu öğrenci başaramayacağı korkusunu yaşayan ve kendisini yeterli bulmayan birisi olabilir. Buradan hareketle benlik saygısını sağlıklı bir şekilde geliştiren bireyler, sosyal çevrenin geri bildirimleriyle, kendilerinin gelişmiş ve zayıf özelliklerini anlayabilir ve kabullenebilirler diyebiliriz.

Combs ve Snggy, insanın sosyal çevreyle etkileşimi sonucunda kendisini değerli ya da değersiz, sevilen ya da seilmeyen, kabul edilen ya da edilmeyen, istenen ya da istenmeyen, yetenekli ya da yeteneksiz şeklinde ayırdığı ifade etmişlerdir. Kişinin sahip olduğu sıfat oranında birey kendini yeterli görür ve bu konuda o oranda doyum sağlar (akt., Orbay, 1996). Bundan dolayı özsaygı, kendilik değerinin, özgüvenin veya kendini olduğu gibi kabulün kişisel duygularını yansıtmaktadır.

Engel'e (2000) göre benlik saygısı, bir anlamda kimlik oluşturma, kendisini olduğu kabul etme ve başkaları tarafından tüm özellikleriyle kabul edilmeyi ifade eder. Bir kişinin kendini kabullenmesi ve benliğine saygı duyması kendisinde üstün vasıflar görmesi demek değildir. Benlik saygısı, bir insanın kendisini olduğundan daha üstün ya da olduğundan daha aşağı görmeden kendisinden hoşnut olmasıdır. Olumsuz taraflarımızı sahiplenmediğimizde aslında daha ruhsuz ve zayıf oluruz (akt., Kımtar, 2012)

Yörükoğlu'na (1994) göre büyüklük hezeyanları taşıyan paranoid bir kişinin benlik saygısı, yapay ve yalancı bir saygıdır. Benliğin abartılmasından kaynaklanan böyle bir benlik saygısı, aslında temel güvensizlik problemini kapatmak için şişirilmiş bir balon gibidir ve er ya da geç sönmeye mahkûmdur. Bunun tam tersine benliğini son derece değersiz ve yetersiz bulan bir insanda benlik saygısı azalır. Örneğin depresyonda olan bir insan kendisini çok değersiz, çaresiz ve yetersiz bulabilir. Bunun sonucunda intihar etmek

isteyerek bu benlikten kurtulmayı amaçlar. İnsanların büyük bir bölümü bu iki aşırı uçta yer alırlar.

Çuhadaroğlu'na (1986) göre benlik saygısı hem bir duygu durumu hem de bir değerdir. Benlik saygısı bulunan ve olması istenilen benlik arasında değişen ilişkilere göre devamlı iniş ve çıkışlar gösterir. Benlik saygısı bir insanın kendini yakından tanıması, realist bir bakışla değerlendirmesi, kendi beceri ve olumlu özelliklerini aynen kabul etmesi sonucunda gelişir. Ayrıca bireyin kendi benliğine karşı hissettiği sevgi, güven ve saygıdan oluşur.

Rosenberg (1965) benlik saygısını, bir insanın kendisini olumlu veya olumsuz olarak yargılaması şeklinde tanımlar. Bir insan kendisini olumlu olarak değerlendirmişse benlik saygısı yükselir, aksi takdirde benlik saygısı düşer (akt., Kınter, 2012).

Cheung ve Lau (1985) tarafından yapılan başka bir çalışmada özsaygının gelişiminde aile ve sınıf ortamının nasıl algılandıkları karşılaştırılmıştır. Bu araştırma sonucuna göre aile ortamının sınıf ortamından daha etkili algılandığı anlaşılmıştır. Ayrıca entelektüel, samimi, baskıcı olmayan ve sosyal bakımdan etkin, düzenli fakat rahat ve bireyselliğin desteklendiği aile veya sınıfların, benlik saygısının gelişmesine oldukça katkısı olduğu bulunmuştur. Sevecen bir destekle beraber sağlanan ebeveyn kontrolü; sorumluluk duygusu, kendini kontrol, bağımsızlık ve benlik saygısı gibi niteliklerin gelişimini kolaylaştırmaktadır. Özellikle ebeveyn kontrolü yerine ebeveyn desteği özsaygının gelişiminde daha çok etkili olmaktadır (akt., Çevik, 2007).

Bütün bu açıklamalardan yola çıkarak şu özet bilgilere ulaşılabılır: Benlik saygısı, bir insanın kendisini olduğundan daha büyük ve ya küçük görmeksizin, tüm yönleriyle kabullenmesi, kendisinden hoşnut olması, kendisini değerli ve sevilmeye layık ve saygı görmeye değer bulmasıdır.

Benlik saygısı bir gereksinim, yeterli olduğunu hissetme, bir tutum, başarının en önemli ön koşulu, bir yaşam biçimi, ruh sağlığının önemli bir ölçüsü gibi birçok durumda ele alınmasına rağmen araştırmacıların çoğu bu kavramı çok yönlü olarak incelemiş ve dört ana unsur üzerinde toplanmışlardır. Bunlardan birincisi temel kabullenilme, ikincisi duruma bağlı kabullenilmedir. Bu ise başkaları tarafından kabul görme gibi ön koşulun karşılanmasına bağlıdır. Üçüncüsü ise gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki uyumdur. Dördüncüsü ise kişinin kendisini diğer kişilere göre değerlendirmesidir.

1.2.2. Benlik Saygısı İhtiyacı

Maslow ve Rogers'a göre insanın kendisini değerli görmesi ve başkaları tarafından da değerli ve saygın görülmeği istemesi tüm insanlar için bir ihtiyaçtır. Her insan kendisi hakkındaki değerlendirmelerin olumlu olmasına, bireysel doyuma ulaşmaya, değerli olma ve bir işe yarama hislerinin desteklenmesine ihtiyacı vardır. Bir insan istek ve ihtiyaçlarını doğrudan iletmede zorluk yaşıyorsa, bu durum benlik saygısının azaldığını gösterir. Bu azalmanın seviyesi, benlik saygısına, kullanılan savunma mekanizmalarına, stresle başa çıkma becerilerine, çevrenin desteğine, zamana, duruma ve yere bağlıdır (Kımtır, 2012).

Rogers "olumlu saygı" ve "olumlu benlik saygısı" kavramlarına insanların büyük gereksinim duyduğunu belirtir ve ayrı bir önem verirdi. Rogers'a göre olumlu saygı, kişinin başka insanlar tarafından saygı görmesi, beğenilmesi, sevilmesi ve saygı görmesini kapsayan bir kavramdır. Olumlu benlik saygısı kavramı ise başka insanların ne düşündüğüne ve nasıl davrandığına bakılmaksızın bireyin kendi benliğine karşı olumlu bir tutum göstermesidir. Başkaları tarafından olduğu gibi kabul edilen ve sayılan ve sevilen bir insan netice itibariyle kendi benliğine olumlu bir tutum geliştirecektir. Bundan dolayı bu iki kavram sebep sonuç ilişkisi bakımından etkileşim halindedirler ve bu iki önemli kavram doğumdan itibaren kazanılmaya başlar (Altıntaş, 1989).

Jones'a göre insanların benlik saygısı gereksinimleri aynı ölçüde olmayabilir. Bu farklılıklar, bireylerin benlik saygılarının tutum ve davranışlarında gözlemlenmektedir. Benlik saygısı yüksek olan insanların bu gereksinimler bakımından benlik saygısı düşük olanlara oranla daha doyumlu oldukları kuvvetle muhtemeldir. Benlik saygısına olan ihtiyaç, diğer insanlardan alınan geri bildirim ve değerlendirmelerle de ilgilidir. Kişinin yaşadığı sosyal çevrede üzerine düşen vazife ve sorumluluklarına uygun davranması, bununla ilgili olumlu geribildirimler alması; yaptığı işlerin değerli görülmesi, sevildiğini görmesi ve sayıldığını hissetmesi benlik saygısı gereksiniminde doyum sağlamaktadır (Kımtır, 2012).

Kendilik psikolojisinin en önemli temsilcisi olan Kohut'a göre kişinin yaşadığı süre içerisinde değerli olduğunu hissetmeye, beğenilmeye, kendisinden daha güçlü ve önemli olduğunu düşündüğü kişilerle özdeşim kurmaya, korktuğu ve kaygı duyduğu anlarda anlaşılmaya ve teselli edilmeye, aynı kaderi paylaştığı insanlarla duygu ve düşüncelerini paylaşmaya ihtiyacı bulunmaktadır (Scherler, Hanna R. 1995; akt., Kımtır, 2012).

Adler'e göre başkaları tarafından değerli, önemli ve saygın olmak için her insan büyük çaba gösterir. Dolayısıyla bizim saygınlığımız, değerimiz ve önem derecemiz başka insanların hakkımızdaki düşüncelerini değiştirmek için yaptığımız faydalı işlerden oluşur.

Her insanın kendine güvenmeye, kendini değerli görmeye ve başkaları tarafından takdir ve taltif edilmeye ihtiyacı vardır. Psikolojik sorun yaşayan insanlarla yapılan araştırma sonuçlarına göre kişilerin kendilerine yeterince güvenmemesi ve değerli görmemesinden dolayı bu insanlarda büyük bir yetersizlik ve cesaretsizlik duyguları yaşandığı gözlenmiştir.

Yavuzer'e (2000) göre bir çocuk, genel olarak başarılı olduğu hissini yaşayacağı, başarılı olamadığı durumlarda ise aslında başaracak kapasiteye sahip olduğunu haklı gösterecek gerekçeler ve aktiviteler arar. Okula başladığında, aile çevresi dışındaki bir sosyal çevrede rekabet edebilmesi ve kendisini kanıtlayabilmesi için okulda başarılı olması ve yaşlılarıyla sağlıklı bir iletişim kurabilmesi için benliği hakkında olumlu duygulara gereksinimi vardır. İlk çocukluk döneminde kendisini olumlu algılayışı, onun yaşamı boyunca elde edeceği başarılarında, kuracağı sosyal etkileşimlerde ve duygusal durumu üzerinde önemli katkıları olacaktır.

Kısaca özetlemek gerekirse benlik saygısı, yaşamda mutluluğu bulma şansımızı arttırdığı, çevreye uyumu ve adaptasyonumuzu kolaylaştırdığı, yaşamın hayal kırıklıkları ve anlık değişimleri ile başa çıkmamızı sağladığı ve psikolojik sağlığımız açısından son derece önemli olduğu için, her insanın istediği ve mutlaka gereksinim duyduğu ortak bir ihtiyaçtır. Bununla birlikte benlik saygısına ihtiyaç duyma derecesi, kişinin belirli zaman ve durumlarda yaşadığı engellenme ve doyumların derecesine göre değişmektedir. Yine aynı şekilde benlik saygısı ihtiyacı kişilere göre de değişiklik göstermektedir. Kişisel farklılıklar, benlik saygısının davranışsal ölçümlerinde etkili olduğu gibi benlik saygısı ihtiyacı kişinin diğer insanlardan aldığı değerlendirici bilgilerle de ilişkilidir. Sosyal çevresinde de beğenildiğini, sevilip sayıldığını ve yaptıklarının takdir edildiğini görmesi kişinin özsaygı gereksinimlerine doyum sağlamaktadır.

1.2.3. Benlik Saygısının Önemi

Benlik saygısının tanımı nedir? Nasıl geliştirilir? Nasıl ölçülür? Özsaygının düşük veya yüksek olması durumunda bireylerin hayatlarına yansımaları ne şekilde olmaktadır? gibi sorular üzerinde son otuz yıldır bilimsel makalelerde, kitaplarda ve çalışmalarda ele

alınmıştır. Bunlar incelendiğinde benlik saygısının kişinin sosyal, duygusal ve akıl sağlığının yerleşmesinde ve korunmasında başlıca etken olduğu, aynı zamanda bireyin başarılarında ve beden sağlığında önemli bir rol oynadığı pek çok kişi tarafından kabul görmüştür (Plummer, 2011).

Coopersmith (1967), benlik saygısının insanların sosyal, kültürel, zihinsel, duygusal ve akademik hayatlarına etki etmektedir. Sağlığı yerinde olan bir insanın bağımsız değişkeni olan benlik saygısı, aynı zamanda bireyin sosyalleşmesinde ve sosyal yaşamın etkin bir ferdi olmasında çok etkili olmaktadır. Toplumun bir parçası olmakla beraber paylaşmayı, üretmeyi, yön vermeyi de içine alan aktif bir şekilde katılımın sonucunda bireysel başarı ve mutluluk gelmektedir. Yüksek benlik saygısı, bireyin toplumsal hayatla olan etkileşiminde daha aktif ve özgüvenli olmasını beraberinde getirmektedir.

Kişinin kendisini, gerçekçi bir gözle olduğu gibi görmesini, kabul etmesini ve kendisine güvenebilmesini ifade eden benlik saygısı, insanın bireysel, toplumsal, ruhsal ve manevi hayatı açısından büyük önem taşır.

Geçtan'a (1997) göre insanın güçlü ve yürekli olması insanın kendi gerçekleriyle yüzleşebilmesini gerektirir. Kusurlu ve zayıf bir özelliğimizle yüzleşmek ve bunu kabul etmekle beraber düzeltmeye çabaladığımızda muhtemelen bir süre sonra o özelliğimizin ortadan kalktığı görülecektir. Kendi kusurlarımızı fark edip yüzleştiğimizde kendimize karşı daha hoşgörülü olmaya başladığımızda diğer insanların da kusurlarını hoş görmeye ve daha kolay kabul etmeye başlarız. Bunun sonucunda hoşgörülü olmanın ve affetmenin dayanılmaz hafifliğini yaşarız. Ancak bu benliğin şişmesine, bencilliğin artmasına neden olan gurur ve kibirden çok insanın kendini değerli görebilmesini kapsar. Ayrıca kendisini sevmeyen ve değer vermeyen bir kişi başkalarını hiç sevip değer veremez. Aynı zamanda bir kişi, başka insanlara gerçek manada değer verdiğinde kendisini de değerli görmeye başlar. Aksi takdirde kendimizi küçültüp diğer insanları yüceltmek onlara da kendimize de değer vermemektir.

Horney'e göre de bireyin benlik saygısının zayıflaması durumunda birey kendi özüne yabancılaşır ve hayatını yönetemeyecek hale gelir. Bunun sonucunda kendisini olduğu gibi değil de olmak istediği ideal kişi gibi algılamaya başlar. Böyle bir algılama sonucunda birey çevresiyle olan ilişkilerinde sorunlar yaşamaya ve başarılarını etkilemeye başlar.

Bu açıklamalardan hareketle, bireyin kendisini gerçekçi bir şekilde görüp değerlendirmesi, kendi yeteneklerini tanınması ve bunları önemseyerek kendine saygı duyması, ruh sağlığı açısından da büyük önem taşımaktadır. Dolayısıyla insanın sağlıklı bir kişilik geliştirebilmesi için her şeyden önce kendisini gerçekçi bir bakışla değerlendirebilecek bir benlik yapısına sahip olması gerekmektedir.

Özetle belirtmek gerekirse olumlu ve kabul edilebilir deneyimlerle gelişmeye devam eden özsaygı, algılamamızı, düşüncelerimizi, fikirlerimizi, tutum ve davranışlarımızı derinden etkilemektedir. Ayrıca dünyamızı ve oradaki yerimizi, öteki insanların bize bizi nasıl gördüğünü tutum ve davranışlarını, seçimlerimizi, sevgi verme ve sevgi alma yeteneğimizi, bir şeyleri değiştirme enerjimizi ve mutluluğumuzu belirlemektedir. Başka bir deyişle insan için temel bir ihtiyaç olan benlik saygısı gelişimin tüm safhalarında insanın hayatını etkileyen en önemli unsurdur.

1.2.4. Ergenlik Dönemi ve Benlik Saygısı

Ergenlik dönemindeki sosyal, bedensel, bilişsel, ruhsal ve benlik saygısının değişim ve gelişimi diğer gelişim dönemlerine kıyasla oldukça farklıdır. Literatür tarandığında özsaygı kavramının, bireyin benlik algısını yorumlamak için kullanıldığı görülmektedir. Bir ergenin özsaygı düzeyi, o gencin kendi hakkındaki değerlendirmeleri ve yargılamaları sonucunda belirir. Özsaygıyla ilgili yapılan çalışmalarda, gençlerin iniş çıkışlı duygusal dünyalarına rağmen, benlik değeriyle alakalı yaptıkları değerlendirmelerde genellikle kararlı oldukları gözlenmiştir.

Ergenlik döneminde tam olarak şekillenip bireyin yaşamını derinden etkileyen bir faktör haline gelen benlik saygısının temeli çocukluk atılmaktadır. Bundan dolayı benlik saygısı üzerine yapılan araştırmaların neredeyse tamamı ergenler üzerinde yapılmıştır.

Rosenberg'e göre benlik saygısı, bedensel değişimlerin çok hızlı gerçekleşmesiyle bu değişimleri kabullenme, akranlarıyla sağlıklı iletişim kurma, bir mesleğe, evliliğe hazırlanma ve ben kimim sorusunun cevaplandığı, bazı gelişim görevlerinin gerçekleştirildiği ergenlikte ayrı bir anlamı olan bir kavramdır (Eriş, 2013).

Yörükoğlu'na (1994) göre, ergenlik döneminde birey kendine özgü değerler, dünya görüşü ve yaşam felsefesi oluşturmaya başlar. Geleceğiyle ilgili hedef ve amaçlarını belirleyerek onlara doğru yönelmeye başlar. Kısaca toplumun bir parçası olmaya, kendi özbenliğinin farkına varmaya ve bununla birlikte kendine özgü bir kimlik oluşturmaya çalışır. Aynı zamanda ergenlerin kendini değersiz görmek, kendine

güvenmemek, kendini aptal gibi hissetmek, anlaşılmamak, çocuk yerine konmak, öfkesine hâkim olamamak ve kabına sığmamak gibi kişilikle ilgili sorunları vardır.

Ergenlik döneminde genç, çevresindeki kişilerin kendisiyle ilgili duygu, düşünce, davranış ve tutumlarından oldukça etkilenmektedir (Çankaya, 2007).

Kuzgun'a (2002) göre ergenin benlik saygısı, çevresinde yaşanan olayların, onu mutsuz veya mutlu eden yaşamlara göre değişmektedir. Özellikle sosyal çevresindeki insanların geribildirimlerinin ve değerlendirmelerinin benlik saygısının gelişimine önemli katkısı olmaktadır. Ergen benlik değerini, sosyal çevresinden aldığı bu değerlendirme ve gözlemler sonucunda yeniden ele almaktadır. Bunun sonucunda son kararını verecektir: Ya değerli, sevilmeye, beğenilmeye değer biri olduğunu ya da tam tersi olduğu fikrini ve inancını oluşturacaktır.

Ergenlik döneminde benlik saygısını etkileyen ve önemli olduğu görülen başka bir faktör de bedensel ve fiziksel özelliklerdir. Vücudu ve beden imajı ile ilgili olumsuz yargıları olan bir gencin, ailesi ve arkadaşlarıyla olan iletişimi ve gelecekteki yaşamı bu durumdan olumsuz etkilenmektedir. Ergenin algıladığı bedensel imaj ve görünüş, genel özsaygının etkili bir yordayıcısıdır. Fiziksel görünüşün en önemli olduğu yaşların 13-23 olduğu yapılan çalışmalarda ortaya çıkmıştır (akt. Collins ve Sprinthall, 1995).

Ergenler, daha önceki dönemde dış dünyaya açık olan alıcılarını ergenlikte kendi iç dünyalarına çevirirler. Genç, kendi ruh dünyası, özellikleri, duygu, düşünce ve tutumları ile ne olmak istediği ile ilgili kafa yormaya başlar. Birçok şeyi eleştirmekle beraber özellikle çocuk yerine konmayı kabullenemez, toplumsal kuralları sorgular, adını, yürüyüşünü, bedenini, vb beğenmez. Benlik algısının oldukça yoğunlaşan ve odaklanan genç, kendini olduğundan aşağı görmekle olduğundan daha yüksekte görmek arasında gelgitler yaşar. Ergen çoğunlukla kendisini beğenmezken, ara sıra hayallere dalıp kendisini kahramanca işler yapan, hayranlık duyulan, çok önemli birisi olarak görebilir. Kısacası ergenlikte benlik saygısı, kişilik oturana kadar sürekli iniş çıkışlar ve dalgalanmalar gösterir (Yörükoğlu, 1994).

Ausubel'e (2002) göre benlik saygısı ile ilgili yapılan bilimsel çalışmalar incelendiğinde, elde edilen sonuçlar, özsaygının bilhassa ergenlikte oldukça etkili ve önemli bir konu olduğunu göstermektedir. Benlik saygısı ayrıca ergenin sosyal ortamdaki tutum ve davranışları üzerinde etkisi olan olaylar ve durumlar karşısında göstereceği davranışları belirleyen en önemli kavramdır. Benlik saygısının sağlıklı gelişmesi için özellikle içinde bulunduğu sosyal çevresi tarafından takdir ve kabul edilmesi ve varlığının

onaylanması gerekir. Ancak sürekli eleştirilen ve aşağılanan, çevresine karşı aşırı bağımlı olan bireylerin benlik saygılarının derinden zedeleneceği ve düşük olacağı beklenir (akt., Satan, 2011).

Özetle belirtmek gerekirse, ergenlikte birey iç dünyasına yönelir ve her şeyi sorgulamaya ve yeni bir benlik tasarımı oluşturmaya çalışır. Bu arada duygu ve düşüncelerinde gelgitler yaşayan ergenin, karamsar ve kırılmalı bir yapısı vardır. Çılgın bir nehir gibi akan ve adeta kabına sığmayan ergen sanki ergenliğin sonlarına doğru durulur, kendisiyle ilgili yargıları ve tutumları netleşir, nasıl biri olacağı ve ne iş yapacağı az çok belli olur, hayatındaki belirsizlikler son bulur. Ayrıca söz konusu gencin cinsel kimliği de oluşmuştur. Dolayısıyla bütün bunların sonucunda gencin özsaygısı artacak ve hem sosyal çevresiyle hem de kendi benliğiyle olan çatışmaları ve savunma mekanizmaları da olabildiğince azalır.

1.2.5. Benlik saygısını etkileyen faktörler

Kişinin kendisini nasıl algıladığı ile ilgili olan ve doğumdan itibaren çevreden alınan geribildirimlerle gelişmeye başlayan ve şekillenen benlik saygısı, çocuğun çevresiyle etkileşim ve deneyimlerine göre değişir. Bu etkileşim ve değişim ilk önce anne baba, daha sonra arkadaş çevresi ve öğretmenlerinin tutum ve davranışlarına göre şekillenir.

Santrock'a (1999) göre akademik başarı, benlik saygısı üzerindeki en önemli etkidir. Çünkü akademik başarı bir insanın tek başına ayakta durma gücünün ve başarıya duygusunun gelişmesini sağlar. Ayrıca benlik saygısı, kişinin herhangi bir problemle karşılaştığında, kaçmak yerine baş etmeye çabalamasından da olumlu etkilenir. Benlik saygısının olumlu gelişmesiyle beraber birey kendini dürüst bir şekilde değerlendirmeye başlar ve bunun sonucunda kendisiyle ilgili özkabul sağlar. Bireyin kendisiyle ilgili ulaştığı bu değerlendirmenin benlik saygısını destekleyeceği düşünülür. Fakat, gerçeklerden uzak olan öz değerlendirmeler, bazı savunma mekanizmalarına, olumsuz bir benlik algılamasına veya gerçeğin çarpıtılmasına neden olabilir (akt., Çevik, 2007).

Coopersmith (1967) aile ve ebeveyn tutumlarının benlik saygısı üzerindeki etkisini incelemiştir ve benlik saygısı yüksek çıkan çocukların ebeveynlerine ilişkin üç tane değişken tespit etmiştir. Bunların birincisi, bu anne babaların da benlik saygılarının gelişmiş olması ve çocuklarına karşı oldukça kabul edici olmalarıdır. İkinci özellik ise

anne babaların sınırları çok net bir şekilde belirlemiş olmalarıdır. Son olarak anne babalar belli sınırlar ve kurallar belirlemelerine rağmen çocukların düşünce ve haklarını önemsemeleridir (akt., Çevik, 2007).

Demokratik aile ortamında güven verici, destekleyici ve normal sınırlar içinde hoşgörülü bir ortam vardır. Bu tür ailelerde çocuğun duygu ve düşüncelerine saygı duyulur ve adam yerine konur, ailede çocuğun yaşına bakılmamasın söz hakkı vardır. Bu ortamda çocuğa değer verilir daha da önemlisi bir birey olarak görülür. Birey olarak görülen çocuğun olduğu gibi kabul edilmesi ve anne babası gibi ailenin önemli bir ferdi olmasını gerektirir. Demokratik aile ortamlarında çocukların yeterince değer, sevgi ve şefkat görmeleri, kendilerine daha fazla güvenmelerine ve daha yüksek benlik saygısı geliştirmelerine neden olur.

Erikson'a göre bir yaşına kadar annenin çocuğuyla olan ilişkisi temel güven veya güvensizlik duygusunun temelini oluşturur. Anne çocuğunun ihtiyaçlarını yeterince karşılar, gerektiği kadar ilgi gösterir ve yeteri kadar sever, bir sıkıntısı olduğunda bunu gidermeye yönelik hemen harekete geçerse bebek kendisini sevmeye ve değer vermeye layık birisi olarak görmeye ve inanmaya başlar. Bunun sonucunda yüksek benlik saygısının temelleri atılmış olur.

Yörükoğlu'na (1994) göre, baskıyla denetim kurmaya çalışan, anlayışsız ve sevgisiz ailelerde otoriter anne baba tutumu söz konusudur. Böyle ailelerde aile ortamı oldukça gergindir ve ilişkiler sevgi ve anlayıştan yoksun, hatta düşmancadır. Baskıcı ailelerde bol eleştiri, azar, aşağılama ve hatta dayak vardır. Çocuğu veya genci olduğu gibi kabullenme ve benimseme mümkün değildir. Çocuk devamlı olarak sevgi, hoşgörü ve anlayıştan yoksun, soğuk ve kırıci davranışlarla karşı karşıyadır. Hatta bu ailelere göre, çocuk ailenin sırtında adeta bir yüküdür ve evin baş belasıdır. Böylesi ailelerde büyüyen bireylerin benlik saygıları düşük, kendilerine olan güvenleri azdır. Sevmesini bilemedikleri için düşmanca duygularla dolu ve saldırgandırlar. Bu ailelerde büyüyen çocuklar yaralanan benlik saygılarını kazanmak için uygun olmayan bazı yollara başvururlar.

Aşırı hoşgörülü, koruyucu ve kollayıcı anne baba tutumuyla yetiştirilmiş çocukların benlik saygıları gelişmemektedir. Bu ailelerde yetişen çocuklar devamlı olarak kendinden büyük birinin korumasını ve kollamasını bekleyen, girişimci olmayan, sorumluluk almaktan kaçınan, kendi sorumluluğundaki işleri başkasının yapmasını bekleyen, zayıf ve silik bir kişiliğe sahip bireyler olabilmektedir (Kulaksızoğlu, 2000).

Kaya (1997), ilgisiz anne baba tutumun çocuğun istek ve beklentilerine karşı duyarsız, onun temel gereksinimlerine karşı ilgisiz, sevgi ve şefkatin olmadığı ve gevşek bir disiplin anlayışından ibaret olduğunu belirtmektedir. İlgisiz anne baba tutumu, çocuğun benliği ve kişiliğini en çok yaralayan ve olumsuz etki bırakan anne baba tutumudur. “Saldım çayıra, Mevla kayıra” anlayışının hâkim olduğu bir ortamda yetişen çocukta özgüven problemi ve olumsuz bir benlik algısı gelişir.

Yavuzer’e (2000) göre çocuklar için en önemli deneyimlerden bir tanesi de akranların tarafından kabul görmektir. Akranları ve arkadaşları tarafından dışlanmak, gruba kabul edilmemek veya dalga geçilmesi bir çocuğun özsaygısını ve özgüvenini yerle bir edebilir, telafisi mümkün olmayacak tahribatlar oluşturabilir.

Öğrencilerin benlik saygılarına etki eden faktörlerden belki de en önemlisi, öğretmenlerin öğrencilerle iletişim ve etkileşimidir. Bir öğretmenin öğrencileriyle ilgili düşünce ve yorumları, olumsuz, onları küçük düşürücü, tehditvari ve endişe yaratıcı ise bu yaklaşım onların benlik saygılarında yaralayıcı olmaktadır. Bunun yerine destekleyici, onore edici, gurularını okşayıcı ve teşvik edici ise bu yaklaşım, onların benlik değerine çok önemli bir katkı sağlayacaktır (Yavuzer, 2000).

Kulaksızoğlu’na (2000) göre ergenlerin benlik algılarını, kendilerine karşı tutumlarının ve nasıl bir insan olduklarına ilişkin görüşlerini belirleyen faktörlerden bir tanesi de öğrencilerin derslere ve okula karşı tutumlarıdır. Bununla ilgili Ankara’da lise öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, cinsiyete göre özsaygı düzeyleri açısından ergenler arasında önemli bir farklılık görülmemiştir. Fakat akademik başarısı yüksek olan ergenlerin diğerlerine göre benlik saygıları daha yüksek çıkmıştır. Aynı zamanda boş zaman etkinlikleri ile sportif faaliyetlere katılan ergenlerin, katılmayanlara göre benlik saygısı düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Yörükoğlu’na (1994) göre, yapılan araştırmalarda, varlıklı ve sosyoekonomik düzeyi yüksek ailelerden gelen gençlerin ve çocukların benlik saygılarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılrken, alt sosyal sınıftan gelen gençlerin benlik saygılarının ise daha düşük olduğu gözlenmiştir.

Anne babalarının rol, statü, eğitim düzeyi ve mesleki yaşantılarının çocuk ya da gençlerin benlik saygısına etkisini inceleyen araştırma sonuçlarına göre bu değişkenler arasında anlamlı bir korelasyonun olduğu görülmüştür. Dolayısıyla anne babanın gelir ve eğitim düzeyi ile mesleklerinin de çocuklarının benlik saygılarına etki eden faktörlerden birisi olduğu anlaşılmaktadır (Kımtır, 2012).

Yörükoğlu'na (1994) göre ailede kardeş sayısı ve doğum sırası kardeşlerin benlik saygılarına etki etmektedir. Bu konuda yapılan araştırmalarda, tek çocukların diğerlerine göre benlik saygısı düzeylerinin daha yüksek olduğu, hatta tek çocuk erkekse benlik saygısının daha da arttığı gözlenmiştir. Kardeşlerinin tamamı kız olan erkek çocukların benlik saygıları, kardeşlerinin tamamı erkek olan erkek çocuklardan daha yüksek bulunmuştur.

Kımtır'ın (2012) üniversiteli gençlerde özsaygı ve din üzerine yaptığı araştırma sonucuna göre ergenliğin son dönemimde yer alan üniversite öğrencilerinin dini inançlara bağlılık ile özsaygı değerleri arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki görülürken, günlük ibadetleri ifa etme ve dinin etkisini günlük yaşamlarında ve sosyal ilişkilerinde hissetme düzeyleri ile özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Cheung ve Lau (1985) tarafından yapılan başka bir araştırmada, bağlılık, dışavurum, bağımsızlık, entelektüel olma ve ailelerini dindar olarak niteleyen gençlerin, özsaygı düzeylerinin de oldukça iyi seviyede olduğu gözlenmiştir. Ayrıca ailelerini çatışma ve kontrol konusunda oldukça fazla kontrolcü ve çatışmacı bulan gençlerin benlik saygılarının normalin altında olduğunu tespit etmiştir. Ayrıca bu çalışmada, okul ortamıyla ilgili değişkenler incelendiğinde; katılım, sınıfın bir parçası olma, öğretmen desteği, düzen ve organizasyon, kuralların net ve anlaşılır olması bakımından yüksek düzeyde algılanan sınıflarda bulunan gençlerin benlik saygılarının ortalamanın üstünde olduğu gözlenmiştir (Çevik, 2007).

Özetle söylemek gerekirse, doğumdan ölüme kadar birçok faktörün az ya da çok benlik saygısı düzeyini etkilediği görülmektedir. Kişinin içinde yetiştiği aile ortamı, anne baba tutumları, kardeş sayıları, doğum sırası, okul, arkadaş vb sosyal çevre, öğretmen yaklaşımları, ekonomik durum, anne babanın iş ve mesleği, fiziksel görünüş ve sağlık durumu, akademik başarı durumu, cinsiyet, stres, başarısızlık, yalnızlık, dini inançlara bağlılık vb birçok faktör benlik saygısının oluşumu ve gelişimi üzerinde etki eden faktörler arasında yer almaktadır.

1.2.6. Benlik Saygısı Yüksek Olan İnsanların Ortak Özellikleri

İnsanlardaki yüksek benlik saygısı, bir insanın tüm yönleriyle bir birey olarak kendini olduğu gibi kabullenmesi, değer vermesi ve güven duyması şeklinde tanımlanabilir.

Kasatura'ya (1998) göre bir kişinin kendisiyle ilgili gerçekleri dürüst bir şekilde algılayabilmesi, kendine saygı duyabilmesini sağlar. Kişinin kendi potansiyel ve

eksikliklerini bilinçli bir şekilde algılayıp kabul etmesi ise kendisini daha hoşgörülü, çevresiyle ilişkilerinde daha iyi bir duruma getirir.

Güçlü ve iyi yapılandırılmış bir benlik yapısına sahip olan birey karşılaştığı sorunları başarılı bir şekilde çözebilir, kendi duygu ve düşüncelerini çevrenin beklentileriyle uyumlu hale getirdiği için özgüveni artar (Yavuz, 1994).

Leung ve Sand'ın üniversite öğrencilerinde duygusal olgunluk ile özsaygı düzeyleri arasındaki etkileşimi araştırdıkları çalışmada, özsaygı düzeyi yüksek olan gençlerin düşük olanlardan daha mutlu, daha az yalnız ve daha fazla amaca yönelik ve kendilerini denetim altında tutabildikleri ve daha realist hedefleri olduğu, bütün bunların toplamı olarak da duygusal bakımdan daha olgun oldukları tespit edilmiştir (Akt., Kınter, 2012).

Kasatura'ya (1998) göre benlik saygısı yüksek olan insanların diğerlerine göre kendilerine ve yeteneklerine daha fazla güvendikleri yapılan bilimsel çalışmalarla anlaşılmıştır. Ayrıca bu çalışmalar göstermektedir ki benlik saygısı olumlu olan kişiler, yetenekleri hakkında oldukça gerçekçidirler ve yeteneklerini serbestçe kullanabilirler, doğaldırlar ve kendilerine yaşama ve var olma hakkı tanırırlar.

Karahan ve arkadaşlarının 824 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları bir araştırmada özsaygı düzeyleri yüksek olan insanların, diğer bireylerle beraber olma ve etkileşimde olma gibi sosyal ortamlara daha fazla yöneldiklerini, buna karşı özsaygı düzeyleri azaldıkça yalnızlık düzeylerinin yükseldiğini tespit etmişlerdir (Akt., Kınter, 2012).

Yavuzer'e (2000) göre özsaygısı yüksek olan bireyler, kendilerine daha realist hedefler belirleyen ve bu hedefleri gerçekleştirme yeteneğine sahip bireylerdir. Başarılarını büyük ölçüde kendi emekleri ve becerileri olarak görürler. Kendilerinde kontrol duygusu hissederler ve başarısız olduklarında tekrar denemek ve başarmak adına kendilerini motive edebilirler. Daha çok çalışmak ve farklı yollardan gitme bilincine sahip olup hatalarından ders çıkarırlar. Suçu başkasına atma kolaycılığının yerine sorumluluğu tamamen kendi üzerlerine alırlar.

Coleman ve Hendry (1990), özsaygısı yüksek olan bireylerin daha sağlıklı, üretken ve mutlu olduklarını, başarmak için daha çok çaba sarf ettiklerini, engelleri aşmak için daha çok mücadele ettiklerini, uykularının daha düzenli ve sağlıklı olduğunu, ülsere yakalanma ihtimallerinin daha düşük olduğunu, diğer insanları kabullenme ve akranlarının zorbalığına daha az meyil gösterdiklerini belirtmiştir. Buna karşılık özsaygısı

düşük olan bireylerin gelecekle ilgili daha karamsar ve endişeli oldukları ve başarı noktasında daha az çaba sarf ettikleri, sabırsız ve kolay vazgeçtikleri belirtilmiştir.

Benlik saygıları yüksek olan bireyler eleştirilmekten çekinmezler, derin bir hoşgörüyü sahiptirler. Böyle kimseler zor aktivitelerden çekinmezler, çabalarının başarıyla sonuçlanacağı konusunda kendilerine çok güvenirlir. Duygusal dalgalanmalardan ve depresyonun etkilerinden de oldukça hafif etkilenen bu tür kimseler, etkin bireylerden gelecek geri bildirimleri kabullenmeye çok daha yatkındırlar (Uyanık, 2000).

Benlik saygısı yüksek olan bireylerin kişilikleri o kadar sağlam ve güçlüdür ki çok rahat risk alabilirler. Kendileriyle o kadar barışıktırlar ki yanılmayı da göze alabilen bu kişiler hatalarını kendi kendilerine itiraf edebilirler. Başkaları tarafından eleştirilip küçümsenmek onların özsaygılarına sadece küçük bir iz bırakabilir (Kımtır, 2012).

Özetle belirtmek gerekirse benlik saygısı yüksek olan bireyler kendilerini oldukları gibi görür, gerçekçi bir şekilde değerlendirir ve kabullenirler. Sosyal açıdan yaşlıları arasında iletişime açık, güvenilir, popüler, rahat ve huzurludurlar. Kendi kararlarına, fikir ve beklentilerine büyük ölçüde güvenirlir. Sosyal ilişkilerinde kendilerini fark ettirirler ve oldukça aktiftirler. Sorumluluk, inisiyatif ve riskleri göze alabilirler, hata yapmaktan, özür dilemekten ve yaptıkları hataları itiraf etmekten çekinmezler, başarılı olma tutkusuyla dopdoludurlar, başarısızlık karşısında kolay kolay vazgeçmezler ve akademik olarak da başarılıdırlar.

1.2.7. Benlik Saygısı Düşük Olan İnsanların Ortak Özellikleri

Düşük benlik saygısı kişinin kendisini tümüyle iyi ve kötü yönleriyle bir birey olarak kabul etmemesi, değer vermemesi ve kendi özüne güvenmemesi olarak tanımlanabilir.

Kulaksızıoğlu'na (2010) göre benlik saygısı, bir insanın bulunduğu yer ile ulaşmak istediği yer arasındaki mesafe farkını nasıl algıladığı, yorumladığı ve ne düşündüğünü kapsar. Çünkü insanlar var olan benlikleri ile ideal benliklerini devamlı karşılaştırırlar. Var olan ile ideal benlik düzeyi arasındaki uçurum ne kadar çok ise özsaygı da o kadar düşük olacaktır.

Uyanık, (2000) düşük benlik saygısına sahip kişilerin kendilerine güvenlerinin zayıf olduğu ifade etmiştir. Bu tür kimselerin başkalarına bağımlı, yaratıcılıklarının düşük, otoriterliklerinin yüksek olduğunu ve araştırmacı olmadıklarını belirtmiştir.

İşcan, benlik saygısı düşük olan bireylerin başka insanların kendi hakkındaki duygu ve düşüncelerine olduğundan daha fazla önem verdiklerini ve kendilerini olumsuz bir bakışla değerlendirdiklerini belirtmiştir (Kımtır, 2012).

Yavuz'a (1994) göre zayıf ve yetersiz benlik saygısına sahip olan bireylerin duygusal olgunlukları oturmadığından dolayı yaşanan problem ve engellemelerde verdiği tepkiler, doğal ve yaşantısına uygun olmayıp adeta bir çocuğunki gibidir. Bu insanlar yaşadıkları çatışma durumunda çoğunlukla bocalar, sağlıklı kararlar veremez, kendini ve amaçlarını gerçekçi bir şekilde göremez ve değerlendiremezler.

Campbell ve Fairey' ye göre düşük benlik saygısına sahip bireyler çoğunlukla kapasitelerinin çok altında bir performans beklentisi içerisindeyler. Bu insanlar gerek okulda gerekse hayat okulunda yapabileceklerinin çok daha altında hedefler ve amaçlar belirlemektedirler. Dolayısıyla başarıları da beklenenin çok altında çıkmaktadır (Kımtır, 2012).

Cüceloğlu'na (1998) göre, kendisini değersiz, yetersiz ve yeteneksiz gören bir insan, kimsenin kendisine saygı göstermeyeceğini düşünür. Bu insan diğer insanları gerçek manada sevmese de severmiş gibi davranıp güler yüz gösterebilir. Bu şekilde davranmasının nedeni, böyle davranarak diğer insanların sevgi ve saygısını kazanacağını ümit etmesidir. Diğer insanlar bir şekilde onu sevse ve değer verse bile, o kendisinin saygıdeğer olmadığını bilir.

Özsaygı, bireyin kendine karşı tutumu ya da kişinin kendisini başarılı, yeterli, önemli, güvenilir biri olarak görme düzeyidir. Benlik saygısı düzeyinin düşüklüğü bireylerde pasif davranışlara, yaşam şartlarında oldukça katı biri olmaya, içine kapanmaya, sosyal ortamlardan uzaklaşmaya, psikosomatik hastalıklara ve saldırgan davranışlara yol açtığı görülmektedir (Çuhadaroğlu, 1996: 273).

Giblin (1999)'e göre özsaygısı yeterince gelişmemiş kişiler, sürekli sorun ve çatışma çıkarırlar. Onlar için tek bir eleştiri, tek bir olumsuz bakış veya bir kelime savaş anlamına gelebilir. Toplumda 'hassas ruhlu' olarak bilinen ve iyi niyete söylenmiş sözlerden dahi farklı anlamlar bulup gücenenler, özsaygısı yeteri kadar olmayan kişilerdir. Ayrıca başkalarına kaba davranıp onları inciten küstah davranışları olan insanlar da kendilerini önemli görmeyen dolayısıyla benlik saygısı düşük olan kimselerdir. Bu insanlar karşıdakini aşağılayıp ezerek kendilerini yüceltebileceklerini düşünürler. Gerçekte bu insanlar çok korkaktırlar. Çünkü özsaygıları düşük olduğundan diğer insanlardan gelebilecek küçük bir eleştiri onları yere sermeye yetecektir. Bu sebeple

riske girmeden, kullanabilecekleri tek strateji karşılarındaki kişiler onları yere oturtmadan kendilerinin karşılarındakini yere oturtmasıdır (Kımtır, 2012: 111).

Geçtan (1997:75), özsaygısı düşük olan insanlar için diğer insanlar, ya kendisinden aşağıdır ve ya üstündür, eşiti yoktur. Bu insanlar kendilerine benzeyen ve hoşlanmadıkları benlikleri bir ayna gibi ona yansıtan bazı insanları sevmeyip küçümserler. Özsaygısı düşük olan insanların, bazı insanları övüp yüceltmesi ise kurdukları gerçekdışı senaryoların bir parçasıdır. Bu tür insanlara kendi yetersizliklerini hatırlattığı için bir taraftan kızıp düşmanlık ederlerken diğer taraftan bu insanların kendilerinin ulaşmak istediği yüceliğe sahip olduklarını zannederek onları överler.

Rosenberg'e göre özsaygı düzeyi gelişmemiş kişiler sosyal ortamlarda ve çevreyle olan ilişkilerinde birçok problemle karşılaşmaktadır. Ortamı, ortamda konuşulanları ve kişileri kendisine tehdit olarak algılamaya meyilli ve bilhassa eleştirilmeye aşırı duyarlı olmaktadır. Bundan dolayı özsaygının düşüklüğü beraberinde eleştiriye kapalı olmayı ve sosyal fobiyi de getirmektedir (Eriş, 2013).

Geçtan, (1997: 79) özsaygısı düşük olan bireylerin toplumda kendilerini baskı altında, güçsüz ve savunmasız hissederler. Bundan dolayı bu tür insanlar diğer insanlardan üstün olduklarını ispatlamak için güç, para ve mevki kazanmak isterler. Bunu yaparken de devamlı çevrelerindeki insanları eleştirirler, onların yanlışlarını bulurlar, düşüncelerine saygı göstermezler. Fakat bu kadar çaba göstermelerine rağmen diğer insanları değerli görmedikleri için kendilerini de değersiz bulurlar. Bu kadar çaba harcadıkları halde neden insanların saygısını kazanamadıklarını bir türlü anlayamazlar.

Karahan ve arkadaşlarına göre özsaygısı yeterince gelişmemiş olan insanların özgüvenleri de düşük seviyede, anksiyete belirtileri ise oldukça yüksek seviyede olup duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorluk yaşarlar. Bu insanlar iç dünyalarında hep bir boşluk yaşarlar, sosyal yaşamda bazı uyum problemleri sergilerler ve ruh sağlıkları da giderek bozulmaktadır (Kımtır, 2012: 113).

Psikolojik sorunlar ve davranış problemleri ile düşük benlik saygısı arasındaki ilişki birçok araştırma ile ortaya konmuştur. Bu araştırmalardan birisi Saydam Bahçıvan ve arkadaşının ergenler üzerinde yaptığı ve düşük benlik saygısının ergenlerde depresyon, anksiyete, sosyal fobi, odaklanma problemi ve suç davranışı üzerinde en etkili faktör olduğu anlaşılmıştır (Kımtır, 2012: 113)

Kassin (1998) ise benlik saygısı düşük olan bireylerin devamlı başarısızlık korkusu yaşadıklarını, kendilerini devamlı gergin hissettiklerini, yaşam olaylarında çok

az çaba gösterdiklerini ve yaşamlarındaki öncelikli ve önemli işleri ertelediklerini bununla beraber başarısız olmaları halinde kendilerini beceriksiz ve değersiz biri görme gibi aşağılamalarda bulunabileceklerini belirtmiştir.

Santrock'a (1999) göre bireyin benlik saygısının yeterince gelişmemiş olmasının sebepleri incelenerek, özsaygıyı geliştirme adına öncelikle kendisini yetenekli ve başarılı bulduğu işler tespit edilebilir. Bunun sonucunda bireyin kendini bazı alanlarda güçlü algılaması için desteklenmiş olur. Sosyal çevrenin kabulü ve desteği sonucunda hem sosyal ilişkileri hem de benlik saygısının gelişmesine çok önemli bir katkı yapılmış olur. Bireyin çocukluğunda ailesinden ve okul döneminde öğretmenlerinden alacağı olduğu gibi kabul ve duygusal destek çok önemli görülürken, ergenlik döneminde akranlarının vereceği kabul ve destek çok daha önemli olmaktadır (Çevik, 2007).

Bu araştırma ve bilgiler ışığında bireyin aile ve arkadaşlarıyla kurduğu etkileşim ve iletişimin onun benliğinin ve kişiliğinin gelişiminde ne kadar önemli bir yere sahip olduğu ifade edilebilir. Ayrıca ergenin sosyalleşme ve arkadaş ilişkileri sürecinde, otoriter ve baskıcı anne baba tutumunun, ergenin kendine olan güvenini sarsacağından özsaygısını olumsuz yönde etkileyeceği, yapılan araştırmaların sonuçları arasındadır.

Özetlemek gerekirse, özsaygısı yeterince gelişmemiş kişiler, kendi benliklerini gerçekçi bir gözle algılayamaz, tartamazlar ve kabullenemezler. Olumsuz ve depresif bir görünüme sahip olan bu tür kimseler sosyal açıdan endişeli ve etkisizdirler. İnsanlar arası ilişkilere korku ve kaygıyla yaklaşırlar ve eleştirilere hiç gelemmezler ve çabucak kırılırlar. En ufak bir başarısızlık ve olumsuz durumda, yaptıkları işten hemen vazgeçerler, sabırsızdırlar, kendi yetenek, bilgi ve becerilerine güvenmeyip kendilerini sevmedikleri gibi diğer insanların da kendilerini sevmediklerini düşünürler. Yani başkaları tarafından kendilerinin ve görüşlerinin kabul edilmeyeceği görüşüne sahiptirler. Bu kişilerin başarılı olacaklarına dair inançları son derece zayıftır. Bundan dolayı başarısız olmaktan korktukları için ve kendilerini güçsüz hissettiklerinden dolayı görevden ve denemelerden kaçarlar. Övgü ve eleştirileri kabul etmekte zorlanan bu kişiler başkalarını suçlayarak ve dış etkenleri ileri sürerek mazeret bulurlar. Ayrıca benlik saygısı düşük olan kimseler mutsuz ve cesaretsiz olup sıklıkla kaygı, depresyon, anksiyete ve stres belirtisi gösterirler.

1.3. Ergenlik Dönemi ve Sosyal Gelişim

İnsanın yaşamı çeşitli evrelere ayrılmaktadır. İnsanın doğumundan ergenlik çağına kadar olan süreye çocukluk, ergenlikten olgunluk dönemine kadar olan süreye gençlik

çağı denir. Daha sonra bu dönemleri olgunluk, yetişkinlik, yaşlılık ve düşkünlük dönemleri takip eder. Bu dönemler içerisinde sonraki yaşam evrelerini derinden etkilemesi bakımından gençlik ve çocukluk devresi en önemli devrelerdir. Birleşmiş Milletlere göre ergen, eğitime devam eden, bir işte çalışmayan ve ayrı bir evi olmayan bireylerdir.

Gander ve Gardiner (1998) ergenliği, sosyal, fiziksel, bilişsel ve ruhsal alanlarda gelişimsel problemlerin ve çatışmaların yaşandığı bir dönem olarak tanımlamaktadırlar.

Genel olarak 12-21 yaşlarını kapsayan ergenlik döneminin 12-15 yaşları arası ilk ergenlik olarak adlandırılır. Bu dönemde ilişkiler büyük ölçüde aynı cinsiyetten kişilerle gerçekleşir. 15-17 yaşları ise orta ergenlik olarak kabul edilir. Orta ergenlikte ise fiziksel gelişim genel olarak tamamlanmış olup diğer gelişim alanlarındaki sorunlar öne çıkmıştır. 16-20 yaşlarını kapsayan ileri ergenlikte sosyal ilişkiler daha çok karşı cinsten kişilerle gerçekleşir.

Ergenliğin ilk döneminde daha çok fizyolojik ve psikolojik değişimler görülür. Bu değişim ve gelişmelere paralel olarak davranışlar da değişmektedir. Bedenindeki belirgin ve hızlı değişimler ergenin dikkatini çeker ve en önemli ilgi alanı haline gelir. Ergenin bedenindeki bu hızlı değişimler beraberinde duyguların, davranışların ve tutumların değişmesini sağlamaktadır (Kulaksızoğlu, 2000: 128).

Ergenlik döneminin ortaları ise değişmelerin kısmen devam ettiği bir süreçtir. Dolayısıyla bu hızlı değişim ve gelişime ayak uydurmakta zorlanan ergen birtakım sorunlar yaşamaya devam eder. Özellikle yetişkinlerin nazarında ergenler tam olarak ne bir çocuk ne de bir yetişkindir (Kımtır, 2012: 158).

Ergenliğin sonlarına doğru ergenin gelişimi yine devam etmekle olup duygu durumunun biraz daha dengeye oturduğu ve yetişkinlerle olan sorunlarının biraz daha düzeldiği görülmektedir. Ergen artık sorunlarını daha sağlıklı ve olgun bir şekilde çözmeyi öğrenmiştir. Bununla beraber duygusal taşkınlıkları ve heyecanları da normale dönmeye başlar. Ergendeki bu olumlu değişimler yetişkinlerin dikkatini çeker ve yetişkinler de gence karşı daha az müdahale ederler. Ergenliğin sonlarına doğru gençler toplumsal kuralları ve öğrendiklerini sorgulamaya ve bir mantık bulmaya çalışırlar. Olaylar karşısında daha sakin ve gerçekçi davranırlar. Sosyal konulara ilgi duymaya ve çözümler üretmeye çalışırlar (Kulaksızoğlu, 2000: 129).

Köknel (2001: 173) ise bu dönemde gencin yaşadığı sorunların başında, duygularını kontrol etmekte zorlanması, beden sel özellikleriyle fazla ilgilenmesi ve karşı cinsle ve ailesiyle yaşadığı iletişim çatışmaları olduğunu belirtmektedir.

Ergenlik döneminde genç, biyopsikososyal açıdan çok hızlı ve kontrolsüz bir gelişim ve değişim içine girmektedir. Bu dönemde psikososyal açıdan görülen en bariz konu, ergenin fert olarak ne olacağını sorgulayıp kendini tanıma yolculuğuna çıkmasıdır. Ergen kendi iç dünyasına yoğunlaşarak nasıl biri olduğunu ve nasıl biri olacağını ve aynı zamanda başkalarının onu nasıl gördüğünü sorgulamaya başlamaktadır (Atak, 2010; Öztürk, 1998).

1.4. Ergenlik ve Arkadaşlık İlişkileri

Sosyal bir çevrede varlığını sürdüren insan, hayat boyu birçok yönden gelişim ve değişim yaşamaktadır. Bireyin bu değişim ve gelişimini sağlıklı ve dengeli bir şekilde gerçekleştirebilmesi için birtakım yeteneklere ulaşması ve gelişim ödevlerini yerine getirmesi gerekmektedir. Ayrıca bu beceri ve bilgileri yaşamına uyarlaması gerekmektedir. Kazanılması gereken en önemli becerilerden bir tanesi de arkadaşlık ilişkilerini başlatabilme, sürdürebilme ve ilişkiye daima bakım yapabilme becerisidir.

Şimşek (2010: 11) bir geçiş süreci olarak tanımladığı ergenlik dönemindeki değişimlerin genellikle biyolojik, sosyal ve zihinsel olduğunu belirtmektedir. Bu süreci sağlıklı bir şekilde atlatan gençlerin diğerlerinden en önemli farkı gerek anne babalarla gerekse arkadaşlarıyla kurdukları iletişim ve ilişkilerin kalitesidir.

Yörükoğlu'na (1994) göre bu dönem, bireyin evden ve evdekilerden biraz uzaklaşıp dış dünyaya yelken açtığı bir dönemdir. Bu açılmada arkadaşlarıyla kurmuş olduğu ilişkiler daha sonra toplumsal ilişkilerine ışık olur.

Hortaçsu'ya (1997) göre ergen arkadaşları arasında kendini kanıtlamak için zekâsıyla, spor ve sanatla ilgilenecek yeteneklerini sergiler. Bu sayede arkadaşları tarafından beğenilip benimseneceğini düşünür. Arkadaşlarıyla ilişkilerini hep iyi tutarak duygusal bağlar ve dostluk kurar. Bu durum ise benlik saygısının gelişimi için çok önemlidir. Ayrıca ergen bu sayede sosyal becerilerini geliştirip çevresindeki insanlarla geçinmeyi ve işbirliği yapmayı öğrenir.

Kılıççı (1999), ergenlik dönemindeki akran gruplarında yazılı olmayan bir takım kuralların olduğunu belirtir. Bu kurallara riayet edenler gruplara katılır ve aynı şartla grupta kalmaya devam eder. Her ergen bir grupta yer alarak kendini kabul ettirmek, güçlü

olmak ve yalnızlıktan kurtulmak ister. Çünkü ergenlikte arkadaşlık, dayanışma ve liderlik özelliklerini geliştirmek, önemli gelişim görevleri arasındadır. Bu gelişim görevlerinin başarılamaması sonucunda ergende uyum ve güven problemi olmaktadır. Bu görevin başarıyla gerçekleştirilmesi ise büyük oranda ergenin benliğine karşı duyduğu güven ve saygının bir sonucudur.

Köknel (1989) arkadaş gruplarına katılan ergenin, hem bir birey, hem de sosyal hayatın bir parçası olacağını belirtir. Ergen, gruba kendini kabul ettirmek için onlar gibi giyinmeye, onlara benzemeye başlar ve bu konuda tüm yeteneklerini kullanır. Gruba katılabilmek için, grubun kurallarını öğrenerek gruptakiler gibi davranma ve yeteneklerini kullanarak kendisini idare etme becerisi gelişir.

Yavuzer'e göre (2000) ergenlik döneminde yaşanan sorunların ve problemlerin atlatılabilmesi birçok etkene bağlıdır. Akran ve arkadaş ilişkileri bu etkenler arasında belki de en önemlileridir. Genç, aile çevresinden arkadaş ve akran dünyasına takılmaya başladığında onlarla birlikte olmaktan daha çok zevk almaya başlar. Karşılıklı etkileşim sonucu ergenin tavır ve davranışları değişmeye başlayacak ve ailenin yerini arkadaş çevresi alacaktır.

Gander ve Gardiner (1998) akran grubunu, yakın arkadaşlıkların olduğu, kapalı ve iki ya da üç-dört bireyden müteşekkil küçük bir grup olduğunu belirtmektedirler. Grupta kimlerin yer alacağı bazı etkenlere bağlıdır. Çocukluk ve ergenliğin ilk döneminde arkadaş grubunun tamamı uzun süredir birbirini tanıyan, aynı mahalle, semt, sokak veya apartmanda oturan yakın çevredeki kişilerden oluşur. Ancak ergenliğin sonraki dönemlerinde okul değişikliklerinden dolayı benzer ilgi ve özelliklere sahip, yeni tanışılan kişilerden oluşmaktadır.

Akran grubuna katılamamanın sonucunda yaşanan yalnızlık duygusunun, ergenin özsaygı düzeyini olumsuz yönde etkileyeceği söylenebilir. Gençlik döneminde, ergenin bir arkadaş grubunda yer alması önemli olmakla beraber, ergenin tamamen arkadaş grubunun etkisine girmesi sonucunda akran baskısına maruz kalmasına neden olabilir. Özsaygı düzeyi düşük olan gençlerin kendilerini sosyal çevrelerine karşı daha olumlu ve yeterli olarak gösterme çabasının, onların akran grubunun kontrolüne girerek özgürlüğünü kaybetmesine yol açabilir. Akran grubunun aktivitelerinde herhangi bir şey yapması için bireye ısrar etmesi ve onu cesaretlendirmesi, akran baskısı olarak tanımlanmaktadır (Santor, Messervey ve Kusumakar, 2000; akt., Satan, 2011)

Netice itibariyle hem ergenlik öncesi dönemlerde hem de ergenlikte akran ve arkadaşlarla olan münasebetler, uzmanlar tarafından çok önemli görülmüş ve incelenmiştir. Çünkü akran ve arkadaşlık ilişkileri insanı olgunlaştırır ve daha sosyal bir varlık olarak geleceğe hazırlar. Ergenin bir grupta yer alma ihtiyacı kendinden taviz vermeye veya yanlış gruplara takılmaya neden olabilir. Diğer taraftan ergen bir gruba katılarak işbirliğini, dayanışmayı, takımın bir parçası olmayı öğrenir ve liderlik özelliklerini geliştirir.

1.4.1. Arkadaşlık İlişkilerine Kuramsal Bakış

Steinberg (2005) akran ve arkadaş ilişkilerinde en önemli kavramın “yakınlık” olduğunu belirtir. Ergenlerin arkadaş ve akran gruplarıyla ilişkilerinin temelinde bu kavram yer almaktadır. Bu yakınlığın fiziksel veya cinsel bir yakınlaşma olması gerekmez. Arkadaş ilişkilerindeki yakınlık kavramı, daha çok iki insan arasında gerçekleşen duygusal bir bağı ifade etmek için kullanılmaktadır. Arkadaşlık ilişkileri konusunda Sullivan’ın ve Erikson’ın görüş ve çalışmaları çok önemli iki yaklaşımdır.

1.4.1.1. Sullivan ve Erikson’un Arkadaşlık İlişkileri Kuramı

Sullivan’a göre çocukların arkadaşlarıyla yaşadığı yakınlaşmanın temelinde farklı ihtiyaçlar söz konusudur. Bu ihtiyaçların başında güvenlik ihtiyacı ya da kaygıdan kurtulma ihtiyacı gelmektedir. Sullivan’a göre bu ihtiyaçlar bebeklikten ergenliğin sonlarına kadar sürmektedir. Bununla beraber bebeklikte tensel temas, bebeklik sonrasında yetişkinlerin desteği, orta çocuklukta bir arkadaş grubuna katılma, ön ergenlikte yakınlık, ergenliğin ilk yıllarında karşı cinsiyetten arkadaşı olması ve ergenliğin sonlarında toplumun bir parçası olmak bireylerin en önemli ihtiyacıdır (Steinberg, 2005).

Erikson’a göre ergenlikte yaşanan akran ilişkileri, kimlik gelişimine çok önemli katkısı olmakta, gencin farklı ilişkiler deneyerek yetişkinlik rollerine hazırlamakta ve sonraki ilişkilerinde başarılı olmasını sağlamaktadır. Özellikle arkadaşlık ve akran ilişkilerinin hem tecrübe hem de sosyal destek açısından oldukça önemli katkısı olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca akran ve arkadaşlık ilişkilerinin, ergenlerin dünya görüşünün oluşmasına katkıda bulunacağı vurgulanmıştır (Collins & Sprinthall, 1995).

1.4.1.2. Arkadaşlık İlişkilerinin Gelişimsel Süreci

Arkadaşlık ve akran ilişkileri her gelişim döneminde farklı özellikler göstermektedir. Bununla beraber ilişkilerin genel olarak gelişimsel bir süreç halinde ilerlediği gözlenmektedir. Bu gelişimsel süreç içerisinde özellikle arkadaş sayısı önem arz etmektedir. Çünkü yaşa paralel olarak edinilen arkadaşın özelliği ve sayısı sürekli değişmektedir.

Dunphy (1972), akran ve arkadaşlık ilişkilerini gelişimsel bir süreç olarak ele alarak birkaç aşamaya ayırmıştır. O'na göre akran ve arkadaşlık ilişkileri yaşla beraber gitgide kabalaşan sosyal çevreyle ilişkilidir (Coleman & Hendry, 1989). Çocukluk döneminde birey ilk önce kendi cinsiyetinden çocuklarla arkadaşlık kurar. Daha sonra bu arkadaşlık kurma aynı cinsiyetten kişilerden oluşan bazı arkadaş gruplarının oluşumuna neden olur. Sonraki aşamada ise yakın arkadaş grupları teşekkül etmeye başlar.

Cinsiyet farklılığı, arkadaşlık ilişkilerini etkileyen diğer faktörlerden birisidir. Çevik (2007) tarafından yapılan bir araştırmada, on birinci sınıf öğrencilerinin arkadaş ilişkilerinin cinsiyet faktörüne göre değişiklik gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu araştırma sonucuna göre erkek öğrencilerin arkadaş sayısı ve yakın arkadaş sayısı kızlardan daha fazladır.

Üniversite öğrencilerinin arkadaşlık ilişkilerini inceleyen Taysi (2000), ergenliğin sonlarında yer alan gençlerin aynı cinsiyetten arkadaşlıklara verdikleri önemi ele almıştır. Araştırmada, arkadaşlık ve arkadaşlık ilişkisinin kızlar için ayrı bir önemi olduğunu belirtmiştir. Araştırma sonucuna göre kız öğrencilerin kendilerini, erkek öğrencilere nazaran kendi cinsiyetinden olan arkadaşlarına daha yakın hissettikleri ifade etmiştir.

1.5. Ergenlik Döneminde Arkadaşlık İlişkilerini Etkileyen Bazı Faktörler

Ergenlik dönemindeki arkadaşlık ilişkileri, ergenin içinde yaşadığı sosyal ve kültürel çevrenin özelliklerinden de etkilenmektedir. Özellikle içinde bulunulan kültürel çevre, arkadaşlık ilişkilerini belirleyen önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Lewin (1942), ergenin sosyal çevresiyle olan ilişkilerinde, kültürel farklılıkların en önemli belirleyici olduğunu ve bu kültürel farklılıkların sebeplerinin birçok faktöre bağlı olduğunu belirtmektedir. Ayrıca O'na göre yetişkin grupları ile ergen grupları arasındaki farklılıkların da kültürden kaynaklandığını ifade etmiştir (Işıtan, 2010).

Bununla beraber gelişen teknoloji ve bilişim çağı, arkadaşlık ilişkilerini etkilemiş ve farklı arkadaşlıkları ortaya çıkarmıştır. Tosun (2002) tarafından yapılan bir

araştırmada, Japon ve Türk üniversite öğrencilerinin internet ortamındaki arkadaşlık ilişkileri incelenmiştir. Bu çalışmanın bulgularına göre, erkeklerin internet ortamında arkadaş ilişkilerini kızlara göre daha çok benimsedikleri, daha yakın davrandıkları; kız öğrencilerin ise bunun yerine yüz yüze iletişimi daha çok tercih ettikleri gözlenmiştir. Ayrıca bu çalışmada Japon ve Türk üniversite öğrencilerinin arkadaşlığı nasıl tanımladıklarına yönelik sorular sorulmuştur. Türk öğrencilerin arkadaşlığı daha çok kişisel özelliklere göre tanımladıkları, Japon öğrencilerin ise arkadaşlığı daha çok ilişkisel bakımdan tanımladıkları anlaşılmıştır.

1.5.1. Arkadaş İlişkilerinde Cinsiyet Farklılıkları

Kılıççı'ya (2004) göre kızlar ile erkekler arasındaki arkadaşlıkta, kız çocukların ergenliğin başlarında erkeklere nazaran daha erken gelişmeleri nedeniyle, kendi yaşlarındaki erkek çocuklarından çok, bir iki yaş daha büyük erkek çocuklarına yaklaştıkları görülmektedir. Fakat aynı yaşta erkekler arasından erken gelişen erkeklerin aynı yaştaki kız öğrenciler tarafından fark edilme ve ilgi görme ihtimali daha çoktur.

Hortaçsu'ya (1997) göre, yapılan araştırmalarda kız çocuklarının arkadaşlarını, erkek çocuklardan daha çok sevdiğikleri, özellerini daha fazla paylaştıkları görülmüştür. Ayrıca kızların genellikle küçük gruplar halinde arkadaşları ile vakit geçirdikleri, erkeklerin ise spor vb gibi faaliyetlerle ve kızlara oranla daha büyük gruplarla arkadaşlık ilişkilerini yürüttükleri görülmüştür.

Kız ve erkek ergenlerin arkadaşlarıyla hangi konuları daha çok paylaştıklarına ilişkin yapılan çalışmalarda bazı farklılıklar dikkati çekmektedir. Kızların, arkadaşlarıyla ve akran gruplarıyla daha çok flörtlerini ve cinsel konuları konuştuklarını, buna karşın erkeklerin bu tür konuşmaları sadece romantik arkadaşlık ilişkisi olan kızla ve ya kanka seviyesinde bir erkek arkadaşıyla konuşmayı uygun bulduğunu görülmektedir (Neubaur ve Melzer, 1978; akt. Çok, 1993).

Roscoe, Kennedy ile Pope, (1987), kız ve erkek ergenler arasında, arkadaşlıkta yakınlık açısından bazı farklar olduğunu gözlemlemiştir. Bunun için 277 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları araştırmada, yakın ilişkileri farklı boyutlarıyla ele almışlardır. Cinsiyete göre güven, paylaşma, açık olma, fiziksel ya da cinsel etkileşim değişkenlerinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Bu araştırmanın sonuçlarından biri de kızlara göre açıklık, yakınlığın en ayırt edici özelliğidir. Erkeklerin ise yakınlığın en önemli özelliğini, fiziksel ve cinsel yakınlık olarak görmektedirler. Erkeklerdeki bu paradigmanın, onları yakın ilişkilere girmekte zorladığı anlaşılmıştır.

Bütün bu açıklamalardan yola çıkarak kızların, ergenlikle beraber erkeklere göre daha önce olgunlaştığı, bu durumun arkadaşlarıyla olan iletişim ve ilişkilerini etkilediği söylenebilir. Aralarında konuşulan mevzuların, cinsiyete göre farklı konular olduğu görülmektedir. Ayrıca arkadaş sayılarına bakıldığında erkeklerin arkadaş sayılarının kızlara nazaran daha fazla olduğu, yakın ilişkilerde ise kızların daha girişken olduğu görülmektedir.

1.5.2. Arkadaş İlişkilerinde sosyal medyanın kullanımı

İnternet içinde bulunduğu çağın en önemli ve en yaygın kullanılan teknolojik araçlarından biridir. İnterneti kullanan bireyler için haberlere bakmak, tanıdıklarıyla haberleşmek, gazete okumak, sosyal medya vasıtasıyla (Facebook, Twitter vb.) bir takım paylaşımlarda bulunmak, alışveriş yapmak ve bankacılık işlemleri gerçekleştirmek, film ya da belgesel izlemek ve oyun oynamak gibi faaliyetler artık sıradan işler durumuna gelmiştir. Bununla beraber internetin çok yoğun bir şekilde kullanılması, bireylerde kontrolsüz/patolojik internet kullanımı veya dijital bağımlılık gibi davranış sorunlarına neden olduğu görülmektedir.

Şener'in (2009) yaptığı araştırmaya göre, Facebook'un ergenler tarafından kullanım amacı, kültürel farklılıklar göstermektedir. Mesela Fransa'da bulunan öğrenciler daha çok akranlarıyla irtibatı devam ettirmek ve arkadaşlıklarını yenilemek amacıyla Facebook'u kullanırken, eğlence içerikli uygulamalar ile grup üyeliklerine önem vermedikleri görülmektedir. Fakat Japon öğrenciler tarafından Facebook "güvenli" görülmediği gerekçesiyle pek kullanılmazken, Meksika'daki öğrenciler ise sosyal ağları, daha çok arkadaşlıkları devam ettirme, arkadaşlıklar edinme ve yeni sevgili bulma amacıyla kullandıkları anlaşılmıştır.

Taçyıldız (2010), ergenlerin, aile ve arkadaşlarından yeteri kadar destek alamadıklarında, derslerinde gerekli başarıyı yakalayamadıklarında ve çevresiyle yaşadıkları iletişim problemlerine çözüm bulamadıklarında, bunları unutmak ve bastırmak için farklı alternatifler ararlar. Bu arayış sonucunda ergenler kendilerini daha rahat ifade edebilecekleri sanal ortamlara takılmaya başlar, sosyal çevreden uzaklaşır ve yalnız kalmayı tercih ederler. Dolayısıyla ergenlerin, interneti bir kaçış ve sığınma yeri olarak gördükleri ve algıladıkları söylenebilir (akt., Zorbaz ve ark. 2014).

Yücel ve Gürsoy, (2013) ergenlerin arkadaşlık ilişkilerini etkileyen faktörlerden birisinin, yaşanan sosyal kaygı olduğunu belirtmektedirler. Arkadaşlığın çok önemli

görüldüğü ergenlikte, gencin interneti gereğinden fazla kullanması, arkadaşlarıyla olan ilişkilerini geliştirdiği düşünülebilir. Bununla beraber internetin gereğinden çok kullanılması, ergeni sosyal çevreden uzaklaştırabilir, onu yalnızlığa itebilir ve toplumun bir parçası olmasını geciktirebilir.

Sheeks ve Birchmeier, sosyal ağların gereğinden fazla kullanımını, yüz yüze iletişimin oluşturduğu endişe ve korkuyu azaltması ile çekingen kişilerin daha rahat etmesi şeklinde açıklamışlardır. Kraut ve arkadaşları, bu açıklamaya paralel olarak, sosyal fobisi yüksek olan ve yalnızlık yaşayan ergenlerin interneti daha çok kullandıklarını belirtmişlerdir. Meets, Derlega, Marquis, Petronio ve Pennebaker ise internet ortamında bireylerin gerçek kişiliğini saklama imkânının olması, bireyin reddedilme kaygısı ile dalga geçilme korkusunu azalttığından, ergenlerin internette kendini daha rahat ifade ettikleri görüşünü savunmaktadırlar (Baltacı ve ark. 2012).

Yıldız'a (2012) göre yapılan araştırmalarda kişilerin, hayatlarının tüm ayrıntılarını bütün dünyayla paylaşmalarını sağlayan sosyal ağların, mahremiyet ve gizliliği yok ettiği, ar ve edep duygularını körelttiği, kıskançlık ve şüpheyi derinleştirdiği iddia edilmektedir. Başka bir ifadeyle sosyal ağların, bilhassa ergenlerin hayata bakış açılarını, yaşam biçimlerini, alışkanlıklarını, öğrenme ve eğlenme şekillerini tamamen belirlediği görülmektedir. Ergenler tarafından en çok kullanılan sosyal medya türlerinden biri olan Facebook, kendi misyonunu "Dünya insanlarını düzenlemek" olarak belirlemiştir. Oldukça iddialı olan bu sloganın, günümüzde gerçekleştirildiği ve her geçen gün kullanıcı sayısının artmasıyla bu misyonun başarıyla sürdürüleceği kanıtlanmıştır.

Şahin, Sarı ve Aydın (2011) tarafından yapılan bir çalışmada, Facebook kullanımı ile ergenlerin özsaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışmanın bulgularına göre özsaygı düzeyi düşük olan bireylerin bu sosyal ağı yaşamlarının önemli bir parçası olarak gördükleri ve buradaki sosyal çevreyi kaybetmekten büyük kaygı duydukları görülmüştür (Baltacı ve ark. 2012).

Yapılan çalışmalara bakıldığında internet kullanımının ve bağımlılığının her geçen gün arttığı görülmektedir. We Are Social tarafından yayınlanan "2016 İnternet ve Sosyal Medya Kullanıcı İstatistikleri" raporunda Türkiye'deki 79.14 milyonluk nüfusun, 46,3 milyonunun bir şekilde interneti kullandığını görüyoruz. Aynı raporda internet kullanıcılarının önemli bir kısmı (42 milyon), aktif olarak sosyal medyayı kullanırken, bu kullanıcıların 36 milyonu sosyal medyaya mobil cihazlarından ulaşıyor. Türkiye'de en çok kullanılan sosyal medya platformunun Facebook (%32) olduğu görülüyor.

Facebook'u sırasıyla %24 ile WhatsApp, %20 ile Facebook Messenger, %17 ile Twitter, %16 ile Instagram takip ederken, sıralama Google+, Skype, LinkedIn, Viber ve Vine ile devam ediyor. Türkiye'deki internet kullanıcılarının %77'si her gün çevrimiçi oluyor, %16'sı ise haftada en az bir kez internete bağlanıyor. (Dijital ajanslar, 2016).

Bu gerçekler, bireylerin öğrenme, haberdar olma ve paylaşma gereksinimlerini nasıl sağladıkları ve bunları hangi sıklıkta yaptıkları konusunda önemli ipuçları vermektedir.

Başka bir çalışmada, kendi benliğinden ve sosyal durumundan hoşnut olmayan ergenlerin, var olan kimliklerinden daha çok, olmasını arzu ettikleri ideal kimlikleriyle bu sosyal ağlarda ve sanal dünyada yer aldıkları anlaşılmaktadır. Gerçeklikten uzak ve hayal dünyasında yaşanan bu ilişkiler, ergenlerin gerçek benliklerini kabullenmelerini zorlaştırmakta ve yüz yüze iletişim gerektiren sosyal ortamlarda kendini ifade etmede ve iletişim kurmada zorluk yaşamalarına sebep olmaktadır (Şalom, 2016).

Yıldız'a (2012) göre, vaktinin önemli bir kısmını sanal ortamlarda geçiren ergenlerin yüz yüze iletişim kurabilecekleri ne zamanı ne de doğal ortamı kalmaktadır. Bu sonuç biraz yalnızlıktan, biraz anlaşılma korkusundan, biraz da ailenin ergen üzerindeki baskı veya etkisizliğinden kaynaklanabilir. Dolayısıyla ailenin ilgili, güçlü ve destekleyici olması, ergeni sanal dünyadan uzaklaştırmada etkili olmaktadır. Kendisine yakın ve samimi davranıldığını fark eden dijital yerli, bu ilgiye mutlaka cevap verecektir.

Bonetti ve arkadaşlarına (2010) göre, insanların interneti daha yaygın kullanmasıyla beraber, arkadaşlıklar ve yeni arkadaş bulma girişimleri dijital ortama taşınmıştır. Bireyler, özel hayatlarına ilişkin bilgileri başkalarıyla çok rahat bir şekilde paylaşmakta ve iletişim kurmaktadır (Özcan ve Buzlu, 2005).

Yıldız'a (2012) göre, bilgisayar oyunlarının ve sosyal ağların, bilhassa çocuklarla gençlerin psikososyal gelişimlerine büyük zarar verdiği görülmektedir. Akran ve arkadaşlarla doğal ortamlarda oynanan oyunların, yüz yüze ilişkilerin, duygusal paylaşımların olması, onların yaratıcılıklarının gelişmesine ve kültürel değerlerini daha iyi öğrenmelerine neden olmaktadır.

İnternetin hayatımızın bir parçası olmasıyla beraber, hayatın içinde bulunulan zaman azalmakta; ergenlerin ve çocukların sosyal gelişimlerine katkı sağlayacak ve örnek alabilecekleri kişilerle bire bir iletişim kurmakta zorlanmakta; bütün bunların sonucunda gençler yalnızlaşmakta ve içine kapanık bir hayat yaşamaktadırlar. Özellikle sosyal paylaşım sitelerinde geçirilen zamanın artmasıyla kullanıcılar, çok kolaylıkla her türlü

bilgiye erişebilmekte, hiçbir emek harcamadan yeni arkadaşlar bulmakta ve bu arkadaşlıkları çok çabuk tüketmektedir. Bütün bunların sonucunda tatmin olmayan, ilişkilerinde sabırsız ve çok çabuk sıkılabilen bir yetişkine dönüşmektedirler (Yıldız, 2012).

Akbulut (2013) tarafından ergenler üzerinde yapılan bir çalışmada, ailesinden ve akranlarından gerektiği kadar sosyal destek alamamış bireylerin, İnterneti kullanma alışkanlıklarının diğerlerinden farklı olduğunu gözlemlemiştir. Sosyal çevreden gerekli desteği ve ilgiyi görememiş katılımcıların, internet ortamında yabancı kişilerle arkadaşlık kurma, evden ziyade daha çok kafeleri kullanma, farklı kullanıcı isimleri oluşturarak başkalarıyla yazışma ve paylaşımlarda buldukları görülmüştür.

Özetle ifade etmek gerekirse, ergenliğin başlarında sosyal ağların kullanımı az iken yaşla beraber artmakta, aşırı kullanım davranış problemlerine neden olmakta, ergenler yeni arkadaş edinmekten daha çok mevcut ve eski arkadaşlarla iletişim kurmakta ve onları takip etmekte, sosyal kaygı, çekingenlik ve yalnızlık internet kullanımını arttırmakta, internet ortamında ideal benliğe göre davranılmakta, her geçen gün yüz yüze iletişimin yerini sosyal ağlar almakta, özel ve mahrem alanlar daralmakta ve sosyal ağ kullanım amacı kültürden kültüre farklılık göstermektedir.

1.5.3. Ergenlik Döneminde Arkadaş Sayısı

Kılıççı'ya (2004) göre ergenlikten önceki dönemlerde çocukların süresi kısa olan fakat çok sayıda kişinin yer aldığı akran gruplarıyla olan arkadaşlıkları vardır. Ergenliğin sonlarına doğru daha az sayıda fakat daha yakın arkadaşlıklar yaşanmaya başlar. Ayrıca büyük arkadaşlık gruplarının yerine daha küçük arkadaş grupları oluşturulur. Bunun sonucunda ergenlerin kişilik gelişimlerinde ve iletişim becerilerinin derinleşmesinde büyük bir aşama sağlanır.

Ergenlikte sosyal bir birey olmayı sağlayan akran ilişkileri, aynı zamanda gencin içe dönük olma ve yalnızlık düşüncesini azaltmaktadır. Ergenlik döneminde arkadaş edinme, bu ilişkiyi geliştirme ve devam ettirme becerilerinin gelişmesi, ergenin arkadaş sayısında artışa neden olmaktadır. Arkadaş sayısının artması ise ergenin sosyal gelişimine çok önemli bir katkı sağlamaktadır.

Greasham ve Stuart (1992) tarafından yapılan başka bir araştırmada, yeterince arkadaşı olmayan ve sosyal çevresi tarafından kabul edilmeyen çocuklar ele alınmıştır.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre bu çocuklar sosyal ortamlardan uzak durmakta, genel olarak kaygılı, karamsar ve endişeli bir kişilik sergilemektedir (akt., Çevik, 2007).

Reisman ve Shorr (1978) tarafından yapılan başka bir çalışmada arkadaş sayısı ile yaş arasındaki ilişki incelenmiştir. 7 ile 16 yaşları arasındaki arkadaş sayısına bakıldığında neredeyse tüm çocukların en az bir yakın arkadaşı olduğu gözlenmiştir. Ayrıca bu yaşlar arasında yaklaşık 9 kişilik bir artış olduğu bulunmuştur. Ergenlik döneminde önceki dönemlere göre arkadaş sayılarında artış olmasıyla beraber daha sonraki dönemde bu sayının düştüğü görülmüştür. Ayrıca bu çalışmada genel olarak insanların yaşamları boyunca yaklaşık 15 arkadaşı olduğu belirtilmiştir. Bu sayı ergenliğin sonlarına doğru 19' rakamına ulaşırken, orta yaşlarda 12'ye inmektedir. Aynı araştırma sonucuna göre, 45 ile 60 yaş arasındaki insanların arkadaş sayısının yaklaşık 16 kişi olduğu belirtilmiştir (Çok, 1993).

Demir (1990) tarafından ODTÜ öğrencileri üzerinde yapılan başka bir çalışmada öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin sebepleri incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre, yakın arkadaş durumunun yalnızlıkla ilgili olduğu belirtilmiştir. Öğrencilerden yakın arkadaşına sahip olanların olmayanlara ve arkadaş sayısı çok olanların az olan öğrencilere göre kendilerini daha az yalnız hissettikleri saptanmıştır.

Buna benzer başka bir çalışmada 5. ve 8. sınıfta okuyan öğrencilerin arkadaş sayılarının cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği belirtilmiştir. Ayrıca bu çalışmada sınıfın büyüklüğünün, sınıf düzeyinin ve sınıftaki organizasyonların, arkadaş gruplarının oluşumunu etkilediği, özellikle öğrenci sayısının fazla olduğu sınıflarda birçok grubun oluştuğu, fakat buna rağmen bazı öğrencilerin hiçbir gruba katılmadığı tespit edilmiştir (Hallinan, 1979).

Bu araştırmalar sonucunda yakın arkadaş faktörünün ergenlerin sosyal gelişimi ve ruh sağlığı bakımından çok önemli olduğu anlaşılmaktadır. Arkadaş sayılarının her yaşta ve dönemde sayısal olarak farklılaştığı, hemen hemen her yaşta insanların birkaç yakın arkadaşı olduğu görülmektedir. Ayrıca arkadaş sayısı ile yalnızlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu anlaşılmaktadır.

1.5.4. Ergenlik Döneminde Karşı Cinsiyetle Arkadaşlık

Ergenlikte yaşanan arkadaşlık ilişkileri incelendiğinde ergenliğin başında, ortasında ve sonunda bazı farklılıklar dikkatimizi çekmektedir. Ergenliğin ilk yıllarında hem cinslerle arkadaşlık ilişkileri daha yoğun yaşanırken, ortalarda neredeyse eşitlenir.

Ergenliğin sonlarında ise karşı cinsle olan arkadaşlıklar daha bir önem arz etmeye başlar. Avusturya’da Kon (1981) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, ergenliğin sonlarına doğru karşı cinsiyetten arkadaşlık ilişkilerinin artmasıyla beraber kendi cinsinden akranlarıyla olan arkadaşlık ilişkilerinin yoğunluğunun düştüğü gözlenmiştir. Bununla beraber ergenliğin başlarında hem cinslerle yaşanan arkadaşlık ilişkilerinin ergeni karşı cinsiyetten kişilerle ve yetişkinlerle kuracağı ilişkilere hazırladığı anlaşılmaktadır.

Womble’ye (1969) göre arkadaşları tarafından sevilen ve her iki cinsiyetten de arkadaşlık ilişkileri olan gençlerin genel olarak esnek, hoşgörülü, sevimli, sempatik, grup çalışmalarına yatkın ve hemen hemen herkesin sevdiği kişiler olduğu kabul edilir. Üniversite öğrencileriyle yapılan bazı çalışmalarda diğer cinsiyetten arkadaşı olmayan bireylerin duygusal olarak uyum problemi yaşayan gençler olduğu gözlenmiştir.

Buna paralel olarak Bilen (1994), her iki cinsiyetten, bilhassa karşı cinsiyetten arkadaşlık ilişkileri olan ve akranlarıyla iyi iletişim kurma becerisi olan ergenlerin bulunduğu akran grubunda öne çıktığını ve önemsendiğini ifade etmiştir

Bu araştırma ve açıklamalara karşın Werebe (1987) tarafından Fransa’da yapılan bir çalışmada, gençlerin flörtleriyle ve hem cinsinden olan arkadaşlarıyla olan ilişkileri ele alınmıştır. Bu araştırmanın bulgularına göre her iki cinsiyetten ergenlerin flört ilişkilerinin hem cinsleriyle olan arkadaşlık ilişkilerinden daha yüzeysel, daha basit, daha az paylaşımın olduğu ve ortak zevklerin daha az olduğu ilişkiler olduğunu belirtmişlerdir (Hortaçsu, 1997).

McBride ve Field (1997) tarafından yapılan benzer bir araştırma lise öğrencileriyle yapılmıştır. Karşı cinsiyetten ve hem cinsinden en iyi arkadaşın belirlenmesi için 48 ergenin 10 dakika süreyle arkadaşlarıyla yüz yüze etkileşimleri kamerayla kaydedilmiştir. Bununla beraber en iyi arkadaşlarını tespit etmek için “tanıdığım en iyi arkadaş..., en yakın arkadaşım...” gibi bazı sorulara verdikleri cevaplar alınmıştır. Bazı ölçeklerin de kullanıldığı bu çalışmanın bulgularına göre kız öğrencilerin hem cinsleriyle olan ilişkilerinde, erkek öğrencilerin ise kızlarla olan münasebetlerinde kendilerini daha rahat hissettikleri görülmüştür.

Bu bilgi ve araştırmalardan hareketle karşı cinsiyetten kişilerle ilişkilerin çocukluk döneminden itibaren başladığı, ergenlik döneminde ayrı bir önem kazandığı, ergenliğin sonlarında oldukça fazla sayıda olduğu ve karşı cinsiyetle arkadaşlıkta erkek ergenlerin kızlara göre daha rahat davrandığı söylenebilir.

1.5.5. Yakın Arkadaşlık

Paul ve White'a (1990) göre yakın arkadaşlığın üç tane önemli boyutu bulunmaktadır. Bu boyutlardan ilki "Başkasının gözünden olayları görebilme" becerisini gerektiren **bilişsel olgunluktur**. İkinci boyut ise **duygusal** bir olgunluğu içeren, diğer insanların yaşadığı duyguları fark etmeyi ve paylaşmayı gerektiren "Empati" becerisidir. Üçüncü boyut ise, insanların duygularına duyarlı olmayı ve uygun şekilde davranmayı, tepki vermeyi ve iletişim kurmayı gerektiren "**Davranışsal olgunluk**" boyutudur.

Çevik'e (2007) göre ergenlikteki arkadaşlık ilişkilerinde yakınlığın, kişilik gelişimi bakımından bazı işlevleri bulunmaktadır. Bunlardan ilki, bireyin kendisini diğer insanlarla kıyaslayarak tanıması ve gerçekçi bir gözle değerlendirmesidir. Bir diğer işlev ise ergenin tek başına yapmaktan korktuğu veya tek başına yapamadığı ya da tek başına yaptığında zevk alamayacağı bazı etkinlikleri, oyunları veya birlikte başaracağı yakın dostlarının olmasıdır. Ergenlik döneminde yakın arkadaşlık ilişkilerinin gence sağladığı bir diğer fayda da, ergenin tam olarak anlayamadığı bazı konuları arkadaşlarıyla tartışmak suretiyle kendi bilişsel gelişimine katkı yapmasıdır.

Hortaçsu'ya (1997) göre ergenlerin aralarında sıkça yaptıkları tartışmalar daha çok zihinsel gelişim gereği daha çok idealler, prensipler ve soyut konularda gerçekleşir. Bu soyut kavramlar günlük sorunların irdelenmesinde ve çözümünde de kullanılır. Ergenler arasındaki bu fikri tartışmalar zihinsel gelişim ve düşünce becerilerinin gelişimine katkı sağlar.

Yapılan bu araştırmalara ve açıklamalara bakıldığında, arkadaşlıkta dostluğu içeren yakın ilişkilerin insanların ruh sağlığının bir sonucu ve özsaygının gelişmiş olduğu görülmektedir. Arkadaşlarla yakın ilişkilerin kurulabilmesi yeterli bilişsel, duygusal ve davranışsal olgunluğa erişilmiş olmasına bağlıdır. Arkadaşlarla yakın ilişkilerin kurulabilmesi için ayrıca fiziki olarak yakınlık ve görünüş, benzer kişilikte ya da tamamlayıcı olma ile karşılıklı olarak olumlu davranmak gerekmektedir.

1.6. Aile İçi İlişkiler ve Ergenler

Ergenler kozalarından çıkıp kelebeğe yürüdükleri bu dönemde, çevrede yeni değerler aramaya, kişiliğin inşasında yer alan sorumluluk, model alma, özerklik gibi kavramları anlamlandırmaya çalışır.

Ergenlik döneminde, fiziksel, sosyal ve bilişsel değişikliklerin olması, ergenin kişiler arası ilişkileri üzerinde bir baskı oluşturur. Bu dönemde, aile ilişkileri de yeni bir dönüşüm sürecine girer. Ergenlik dönemine girmeden önce ailenin kendi deneyimlerini

ergenle paylaşması çok önemlidir. Ergenlik döneminde ise, ailenin tek taraflı olarak ergenin davranışını değiştirmeye çalışmaktan daha çok, ergenle konuşması, görüşmesi ve ergenin karar vermesine yardımcı olmaları gerekir. Aileler ergenle nasıl bir ilişki kuracakları konusunda stres yaşayabilir ve ergeni anlamada zorluk çekebilir (Maccoby, 1984; akt. Collins ve Srinthall, 1995).

Yavuzer'e göre (2001:112) özdeşleşme, gençlik dönemine has özellikler doğrultusunda aileden başlayarak sosyal çevreye, fikirlere ve kültüre doğru genişleyen bir çerçevede, ergenin farkında olduğu veya olmadan kazandığı, benimsediği, özümlediği davranış, tutum ve düşüncelerden oluşan bir süreçtir.

Hortaçsu'ya (1997) göre ergenlikte aile içi ilişkiler incelendiğinde en önemli konunun anne babanın çocuk üzerindeki kontrolüdür. Ergenlik döneminde genç, bir taraftan özerkliğini elde etme, kendi benliğini inşa edip ebeveynin kontrolünden kurtulma gayreti içindedir. Diğer taraftan anne babalar da her geçen gün ergenin kendilerinden uzaklaştığını görmekte ve artık kontrol altına alamayacakların fark ettikleri için büyük bir kaygı yaşamaktadırlar. Benlik ve özerkliğin kazanılması için ergenin ailesinden uzaklaşması veya duygusal olarak kopması gerekmez. Tam tersine aileyle kurulan duygusal bağın devam etmesi, ergenlerin benliklerinin ve duygusal değişimlerinin sağlıklı olarak gelişmesine yardımcı olduğu söylenebilir.

Ergenlik döneminde bazı ergenlerin aile bireyleri ile karşılıklı olmak üzere oldukça saygın, olumlu ve yakın ilişkiler kurdukları görülmektedir. Bu konuda Rutter ve arkadaşları (1976), 14-15 yaşlarındaki ergenlerle bir çalışma yapmıştır. Bu araştırma sonucuna göre, ergenlerin arkadaşlarını kabul eden ailelerin yüzdesi erkekler de % 78, kızlarda % 80 dir. Aynı araştırmaya göre aile ile birlikte ergen gezilerini onaylama oranları erkeklerde %60, kızlarda % 78; iletişim zorluğu erkeklerde %4, kızlarda % 5'tir. Bu bulgulardan hareketle ailesiyle sorun yaşayan ergenlerin oldukça az olduğu söylenebilir. Bu durumun, bu gruptaki ergenlerin ailelerinin arkadaşlık ilişkilerini onaylama oranlarının yüksek olmasıyla ilişkili olabileceği düşünülebilir (Collins ve Srinthall, 1995).

Özetlemek gerekirse; ergenlikte yaşanan aile içi ilişkiler ergenler üzerinde oldukça önemli bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Özellikle aile bireylerinin ergen üzerinde baskı ve otorite kurma yerine daha demokratik ve eşitlik düzleminde yaklaşım sergilemesi, daha anlayışlı ve sıcak davranması ergenlerin benlik gelişimini ve duygusal gelişimlerini olumlu etkilemektedir. Ailelerin ergenin arkadaşları konusunda daha

anlayışlı ve hoş görülmesi olmaları, ergenlerin arkadaşlık ilişkilerinde olumlu ilişkiler kurabilme becerisini ve benlik saygısını geliştirdiği görülmektedir.

1.7. Konu İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Bu başlık altında, araştırmaya konu olan arkadaşlık ilişkileri ve benlik saygısıyla ilgili yurt içinde ve yurt dışında daha önce yapılan araştırmaların özetleri yer almaktadır.

1.7.1. Arkadaşlık İlişkileri Konusunda Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Bu kısımda, ergenlerin akran ve arkadaşlık ilişkileri konusunda, yurt dışında yapılmış araştırmalar yer almaktadır. Literatür çalışması yapıldığında ergenlik öncesi ve ergenlik dönemindeki akran ve arkadaşlık ilişkileriyle alakalı yurt dışında pek çok çalışma yapıldığı anlaşılmıştır.

Ergenlikte arkadaş ilişkilerini derinden etkileyen konulardan birisi de arkadaş seçimidir. Örneğin Kon ve Losenkov (1978), yaşları 14-20 arasında yer alan 1500 Sovyet gencinin arkadaşlık ilişkilerini incelemişlerdir. Bu çalışmada ergenlerin arkadaşlığı tanımlarken iki kavram üzerinde sıkça durdukları gözlenmiştir. Bunlardan biri karşılıklı yardım ve sadakat, diğeri ise empatik anlayış kavramlarıdır. Araştırmada ayrıca “Yakın arkadaşınızın hangi yaşta olmasını tercih edersiniz?” sorusu yöneltilmiştir. Bu soruya erkeklerin çoğu “akran”, çok az sayıda “daha büyük biri” ve daha az olarak da “daha küçük biri” cevabını vermişlerdir. Aynı soruya kızların büyük bir kısmı akranlarını tercih ettikleri cevabını vermişlerdir. Daha büyük birini tercih etme kızlarda daha fazla bulunmuştur. Uzmanlara göre akranlarından birini arkadaş olarak tercih etmek, büyük ölçüde ergenin eşit ilişki arayışından kaynaklanmaktadır. Yaşça daha büyük birini arkadaş olarak tercih etmek ise, ergenin bir rol modeline veya ona yol gösterecek, tecrübelerini paylaşacak birine ihtiyaç duymasından kaynaklanabilir. Yaşça daha küçük birisini arkadaş olarak tercih etme isteği ise ergenin birisine yol gösterme, tecrübelerini paylaşma isteğinden ya da daha kolay yöneteceği birisini tercih etme isteğinden kaynaklanabilir (akt., Çok, 1993).

Bu çalışmada ayrıca, kızların erkeklere nazaran karşı cinsle iki kat daha fazla arkadaş edindiği ancak her iki cinsin kendi cinsiyetinden kişilerle arkadaşlık etme tercihlerinin oldukça yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar, sosyal psikologların görüşlerinin tam tersine, kentleşmeyle beraber arkadaşlık ilişkilerinin önemini yitirmediğini ve bireyselleşmenin artmadığını göstermektedir. Bununla beraber kentsel ve

kırsal yerleşim yerlerindeki ergenlerin, arkadaşlık ilişkileri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Karşı cinsle ilişkiler aynı zamanda, arkadaşlar arası ilişkilerde sosyal ve duygusal açıdan yeterli olup olmamayı etkilemektedir. Annette ve arkadaşları (1999), ergenlerin karşı cins ile arkadaşlıklarının, sosyal yeterlilik, duygusal gelişim ve sosyal destek bakımından etkisini ele almıştır. Bu araştırma sonucuna göre, karşı cinsiyetten arkadaşına sahip olan gençlerin arkadaşları tarafından daha fazla desteklendikleri, daha fazla kabul gördükleri gözlenmiştir. Kısaca söylemek gerekirse, karşı cinsten arkadaşına sahip olan ergenlerin arkadaşlık ilişkilerinde duygusal ve sosyal gelişim bakımından gerekli olgunluğa sahip oldukları tespit edilmiştir (Çevik, 2007).

Arkadaş seçimiyle ilgili yapılan başka bir çalışmada Tedesco ve Gainer (1988), hangi yaşta veya cinsiyette olursa olsun tüm ergenlerin arkadaş tercihlerinde bireysel özelliklerin etkili olduğunu tespit etmişlerdir. Yaş ilerledikçe, arkadaş tercihinde önemli olan başarı ve fiziksel özelliklerin etkisi azalmaktadır. Erkek ergenler arkadaş tercihinde daha çok dış görünüş ve başarıyı önemserken, kız ergenlerin dış görünüme daha çok önem verdiği gözlenmiştir (Çok, 1993).

Arkadaşlık ilişkilerinde arkadaş tercihini belirleyen faktörlerden birisi de herhangi bir suçla karışmamış olmaktır. Bu konuda ilköğretime devam eden öğrenciler üzerinde bir araştırma yapan Salmivalli ve Isaacs (2005), arkadaş edinemeyen ve yalnızlık yaşayan öğrencilerin kendilerini, okuldaki arkadaşlarının nazarıyla algılamalarını ele almıştır. Araştırma bulgularına göre, kendini yeterince değerli görmeyen öğrencilerin, arkadaş bulmada ve arkadaşlığı devam ettirmede zorluk yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Arkadaşlık ilişkilerindeki bu durumların (arkadaş edinememe, edinse bile sürdüremem, reddedilme, karamsar bir bakış açısı) bireyi suçla ittiği gözlenmiştir.

Arkadaş çevresi tarafından gruba alınmayan, reddedilen ve dışlanan ergenler benzer durumdaki diğer akranlarıyla bir araya gelebilir, grup oluşturabilir ve arkadaşlık yapabilirler. Bu durumla ilgili Laird ve Pettit (1999) bir çalışma yapmışlardır. Yaşları 12-13 arasında olan ergenliğin hemen başındaki gençlerin sosyal olmayan davranışları ile en iyi anlaşabildikleri arkadaşları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada tüm veriler görüşme tekniğiyle toplanmıştır. Araştırma sonucunda madde kullanan gençlerin tercih ettiği arkadaşlarının da benzer özellikte olduğu gözlenmiştir (Çevik, 2007).

Ailenin ergenlikteki tutum ve davranışları ile arkadaş çevresine karşı yaklaşımı oldukça önemlidir. Zira ergenin arkadaşlarıyla olan münasebetlerinde ailesinin

demokratik bir tutum sergilemesi ergenin ileride daha sağlıklı ilişkiler kurmasını sağlayacaktır. Bununla ilgili Hunter (1985) yaptığı çalışmada gençlerin ebeveyn ve akranlarıyla daha çok hangi konuları tartıştıkları ele alınmıştır. Araştırma bulgularına göre gençlerin ebeveynleriyle ve akranlarıyla yaptığı tartışmaların içeriği birbirinden farklıdır. Gençler ebeveyn ile yapmayı düşündüğü meslekler ve aileyle ilgili bazı konuları tartışırken arkadaşlarıyla daha çok arkadaşlıkla alakalı konuları tartışmaktadırlar. Ayrıca ergenlerin arkadaşlarıyla daha çok güncel konuları, anne babalarıyla ise daha çok gelecekle ilgili konuları tartıştığı belirlenmiştir. Ayrıca ergenlerin yaşı ilerledikçe arkadaş çevresine olan ilgisinin de arttığı, ebeveyne uyma davranışı ve itaat düşüncesinin ise azaldığı tespit edilmiştir.

Johnson ve arkadaşları (1978) tarafından yapılan başka bir araştırmada, akran ve arkadaş ilişkilerini etkileyen başka bir değişkenin, anne babanın çocuğa yaklaşım biçimi olduğu ortaya çıkmıştır. Anne babaların disiplin anlayışının, işbirliğine veya yarışmaya dayalı tutumlarının arkadaşlık ilişkilerini derinden etkilediği gözlenmiştir. İşbirliğine dayalı yaklaşım tarzında çocuklar birçok şey öğrenmekle beraber hem kendileri hem de ebeveynleri hakkında oldukça olumlu duygular hissettikleri belirlenmiştir (Çevik, 2007).

Almanya'nın Berlin şehrinin bir bölümündeki ilköğretim öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ile anne babaların sosyal ağlar üzerinden arkadaşlarıyla olan ilişkileri incelenmiştir. Bu çalışmanın sonucunda anne ve babanın arkadaş sayısı ile çocukların sınıf arkadaşlarıyla kurduğu yakın ilişkilerin doğru orantılı olduğu anlaşılmıştır. 7-9 yaş arasındaki çocukların ise anne babaları sayesinde arkadaşlıklarını sürdürdüğü görülmüştür. Dolayısıyla anne ve babaların arkadaşlıklarının, çocukların arkadaşlık ilişkilerini doğrudan etkilediği ve çocukların arkadaşlık kavramıyla ilgili bazı tutum ve davranışlar geliştirdiği tespit edilmiştir (Unlendorff, 2000).

Arkadaşlık ve akran ilişkilerinde bazı etnik farklılıkların olduğu ve kültürden kültüre değiştiği görülmüştür. Verkuyten ve Steenhuis (2005), ergenlik öncesi dönemde iki grup öğrencinin arkadaşlık ilişkileriyle akran desteği boyutunu incelemişlerdir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre Hollandalı çocukların Faslı çocuklara göre akranlarından aldıkları desteğin daha fazla olduğu görülmüştür. Bununla beraber Faslı çocukların Hollandalı çocuklara göre hem gruba katılımlarının hem de dışlanma durumlarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Çevik, 2007).

Benzer bir çalışmayı Amerikalı ve Japonyalı gençlerle yapan Kito (2005), üniversitede okuyan öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerindeki kendini ifade etme ve yakınlık

ile romantik ilişkilerini ele almıştır. Bu çalışmanın bulgularına göre Amerikalı öğrencilerin Japonlara göre kendilerini açma ve yakın ilişkiler kurma düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Bununla beraber her iki grupta da kendini açma seviyesinin hem cinslerle olan arkadaşlıkta daha fazla olduğu anlaşılmıştır. Romantik arkadaşı olan her iki gruptaki katılımcıların diğer katılımcılara göre yakın ilişki kurma düzeyinin daha yüksek çıktığı gözlenmiştir.

Yine Jeij ve ark. (2000) ergenler üzerinde yaptığı başka bir araştırmada, üst sosyoekonomik seviyede olan 12-13 yaş ergenlerin vaktini çoğunlukla anne, baba ve kardeşleriyle, yaşları 14-15 arasında olan erkeklerin ise çoğunlukla akranlarıyla geçirdiklerini, aynı yaştaki kızların ise arkadaşlarını daha az tercih ettiklerini saptamışlardır. Bu çalışma bulgularına göre arkadaş ve aile üyeleriyle vakit geçirme durumu, ailelerin sosyoekonomik durumlarına göre farklılık göstermektedir (Şimşek, 2010).

Yurt dışında yapılan bu araştırmalara bakıldığında ergenlik ve ergenlik öncesi dönemde akran ve arkadaş ilişkileri, arkadaşlık tercihi, arkadaşlıkta reddedilme, dışlanma, gruba kabul edilmeme, kendini açma, arkadaşlık kurmakta ve sürdürmede güçlük yaşama, etnik köken ve anne baba tutumları ile arkadaşlık ilişkileri arasındaki sebep sonuçlar ve ergenlerin sosyo ekonomik durumuna göre kimlerle daha çok vakit geçirdiği konularının incelendiği görülmektedir. Ayrıca ergenlerin arkadaşlığı nasıl tanımladıkları, arkadaş yoksunluğu, suça eğilim, arkadaşlıkta yakınlık, karşı cinsiyetle arkadaşlık ve romantik ilişki konuları da araştırılmıştır.

1.7.2. Arkadaşlık İlişkileri Konusunda Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Bu başlıkta, arkadaşlık ilişkileri konusunda yurt içinde yapılan bilimsel ve akademik çalışmalar yer almaktadır. Literatür tarandığında yurt içinde ortaokul, lise ve üniversite düzeyinde, arkadaş ve akran ilişkileriyle ilgili pek çok çalışma yapıldığı görülmüştür. Ülkemizde konumuzla ilgili yapılan araştırmaların ekseriyetle ortaokul, lise ve üniversiteli ergenlerle olduğu dikkati çekmektedir.

Yapılan akademik çalışmalarda ele alınan konu başlıklarına bakıldığında ergenlerin arkadaşlık tercihindeki tutumları, yalnızlık, arkadaşlığın nasıl biçimlendiği, yakın arkadaşlık ve yakın arkadaşların sayısı, ebeveyn tutumları ile cinsiyet ve suça yatkınlık ile arkadaşlık ilişkileri incelenmiştir.

Bu araştırmacılarından biri olan Çevik (2007), on birinci sınıfta okuyan ergenlerin arkadaşlık ilişkileriyle özsaygılarını etkileyen değişkenleri araştırmıştır. Adana ili Seyhan

ilçesinde yapılan bu araştırma bulgularına göre, ergenlerin arkadaş sayılarının genellikle 10'dan yüksek olduğu; kızların erkeklere nazaran daha az arkadaşı gözlenmiştir. Ergenlerin yakın arkadaş sayılarına bakıldığında genellikle 2 ile 4 arasında olduğu; kızların yakın arkadaş sayısının erkeklerden daha az olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların birçoğunun karşı cinsiyetten arkadaşı olmakla beraber, arkadaşlarıyla çoğunlukla okul veya dersane ortamlarında tanıştıkları gözlenmiştir. Öğrencilerin büyük bir kısmı romantik bir ilişki yaşamadığını belirtmişlerdir. Öğrencilerin arkadaşlarıyla yaşadığı anlaşmazlık konularının başında “farklı dünya görüşüne sahip olma” maddesi yer almaktadır. Katılımcıların büyük bir bölümü yakın arkadaş ilişkilerinden memnun olduklarını belirtmişlerdir. Arkadaş ilişkilerinde tercih edilen en önemli özelliğin “sırdaş ve güvenilir olma” maddesi olduğu görülmüştür.

Bir başka araştırmacı olan Gündoğdu (2003) ise 3. 4. ve 5. sınıfa devam eden çocukların arkadaşlık hususundaki düşüncelerini ve arkadaş tercihlerini etkileyen faktörleri ele almıştır. Niğde il Merkezi'nde yapılan bu araştırma sonucuna göre öğrencilerin arkadaşı, çalışkan, iyi ve dürüst birisi olarak gördüklerini, bu tanımlamanın cinsiyete göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bununla beraber yaş ilerledikçe öğrencilerin arkadaşı tanımlarken kullandıkları niteliklerin de arttığı görülmüştür. Çocukların arkadaş tercihinde cinsiyetin önemli olmadığı görülürken, hemcinsinden birini tercih eğilimlerinin, karşı cinsiyetten birini tercih eğiliminden daha fazla olduğu bulunmuştur. Aynı yaş diliminde bulunmanın arkadaş tercihinde %50 önemli olduğu anlaşılmıştır. Ana-baba ve öğretmenlerin katılımcıların arkadaş tercihlerine karıştıkları ortaya çıkmıştır. Ayrıca anne, baba ve öğretmenlerin öğrencilerin arkadaş tercihinde önemsedikleri değerlerin aynı olduğu görülmüştür. Bu değerlerin “iyi, dürüst ve çalışkan olma ile kötü olmama” özellikleri olduğu görülmektedir.

Odacı (1994) ise üniversite öğrencilerinin yakın ilişkilerini, yalnızlık ve özsaygı düzeyleri ile bu düzeyler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. KATÜ Fatih Eğitim Fakültesinde gerçekleştirilen bu çalışmanın sonucuna göre; yalnızlık, özsaygı ve yakın ilişki kurma düzeyleri bakımından bölümler ve sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Bununla beraber yakın ilişki kurabilme becerisi ile özsaygı arasında pozitif, yalnızlık ile özsaygı arasında ise negatif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

ODTÜ öğrencilerinin yalnızlık seviyelerini etkileyen faktörleri inceleyen Demir (1990) ise, yaptığı akademik çalışmada yalnızlık düzeyi ile yakın arkadaş sayısı arasında

bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Katılımcıların büyük bir kısmının yakın arkadaş sayıları 1 ile 6 arasındadır. Yakın arkadaşı hiç olmayan öğrencilerin olanlardan, arkadaş sayısı az olan katılımcıların ise fazla olanlardan daha çok yalnızlık yaşadıkları saptanmıştır (Çevik 2007).

Başka bir çalışmada, Büyüksahin (2001) ailesinden uzakta yaşayan ve ailesiyle birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerini, yakın ilişki kurma düzeylerini, yalnızlık ve özsaygı düzeylerini, stres belirtileriyle bu stresle baş etme şekilleri bakımından karşılaştırmıştır. Araştırma bulgularına göre korkulu bağlanma stilinden dolayı yakın arkadaşı olan ve olmayan katılımcıların, farklılık gösterdiği görülmüştür. Bu çalışmada yakın ilişkisi olan ve olmayan öğrencilerin, benlik saygısı ve stres belirtisi yönünden fark olmadığı anlaşılmıştır. Romantik ilişkisi olmayan öğrencilerin, duygusal yalnızlığı daha çok yaşadıkları bulunmuştur. Stresle başa çıkma yöntemleri bakımından iyimser bir tarzla başa çıkma yönünden yakın ilişkisi olan ve olmayan katılımcılar arasında anlamlı farklılıklar olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca güvenli bağlanan öğrencilerin güvensiz bağlanan gençlere oranla daha yüksek özsaygıya sahip oldukları, daha az stres belirtisi yaşadıkları ve stresle başa çıkmada daha yapıcı oldukları gözlenmiştir.

Bilgiç'in (2000) yaptığı başka bir çalışmada arkadaşlık becerilerini geliştirme etkinliklerinin ortaokul öğrencilerinin kendilerini yalnız hissetme duygusuna etkisi ele alınmıştır. Deney ve kontrol grubu oluşturularak yapılan çalışmada deney grubu öğrencilerine arkadaşlık becerilerini geliştirme programı uygulanmıştır. Bu iki grubun karşılaştırıldığı araştırma sonucuna göre deney grubundaki öğrencilerin yalnızlık seviyelerinin önemli ölçüde düştüğü görülmüştür. Dolayısıyla eğitimin içeriğinde yer alan ve öğrencilerin arkadaşlarıyla ilgili tutum, bilgi, anlayış ve becerilerinin geliştirmeyi amaçlayan programın öğrencilerin yalnızlık düşüncesini azaltmada etkili olduğu gözlenmiştir. Ayrıca yalnızlığın öğrencilerin arkadaşlık ilişkileriyle ilgili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Başka bir çalışmada Fehimoğlu (1998), cinsiyete göre arkadaşlık ilişkilerini incelemiştir. Ergenlerin "Arkadaşlık Yaşantısında Benlik Algısı ve Yakınlık" ölçeğine verdikleri cevaplar doğrultusunda bu araştırma yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre, erkek öğrencilerine oranla kızların arkadaş ilişkilerinde çok daha samimi, duygusal, yakın ve destekleyici davrandıkları ve kendilerini daha çok açtıkları görülmüştür.

Eriş (2013) tarafından yapılan başka bir çalışmada gençlerin sosyal kaygı düzeyleri ile benlik saygıları arasındaki etkileşim araştırılmıştır. Araştırmada ayrıca bir arkadaş grubunda yer alma durumuyla gençlerin sosyal kaygı seviyeleri ve özsaygı düzeyleri de incelenmiştir. Bir arkadaş grubuna dâhil olmayan öğrencilerin benlik saygıları, diğerlerine göre daha düşük olduğu gözlenmiştir.

Ergenin ailesiyle kurduğu sağlıklı ve güçlü bağların onun arkadaşlarıyla olan ilişkilerini olumlu etkilediği görülmektedir. Bu düşüncüyü teyit eden çalışmayı Hortaçsu ve Oral (1991) yapmıştır. Ergenlerin kendi cinsinden arkadaşlarıyla ve aile fertleriyle kurduğu ilişkilerin incelediği araştırma sonucunda, bu dönemde ergenin akran ve arkadaşlarıyla kurduğu yakın ilişki düzeyinin, aile fertleriyle kurduğu yakın ilişki düzeyine göre artma olduğu gözlenmiştir. Bununla beraber ergenlerin bu dönemde anne ve babayla olan ilişkilerinde duygusal bağın ve yakınlığın oldukça önemli olduğu anlaşılmıştır. Yine bu çalışmada, aile ve akranlarla kurulan yakın ilişkiler arasında olumlu bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Çevik 2007).

Bu çalışmaya benzer bir çalışmayı Oskay (1985) yapmıştır. Oskay (1985) çalışmamızın da bir başlığı olan anne babaların ergenlerin arkadaşlık ilişkilerine müdahale durumunu araştırmıştır. Araştırma bulgularına göre, karşı cinsiyetten birisiyle kurulan arkadaşlıkta, ebeveynlerin kızlara karşı daha katı ve tutucu oldukları, buna karşın erkeklere daha anlayışlı ve hoşgörülü oldukları gözlenmiştir. Özellikle arkadaş seçimi hususunda annelerin kızlar üzerinde daha baskıcı olduğu ve çatışmalar yaşandığı görülmüştür. Ergenlerin arkadaşlarıyla bir gezi ya da seyahate iştirak etmesi durumunda yine kızların erkeklere göre daha fazla müdahaleye ve engellemelere maruz kaldığı görülmektedir. Karşı cinsiyetten bir arkadaşın eve gelmesi hususunda da anne babaların yine kızlara karşı çok daha katı ve tutucu oldukları, diğer taraftan erkeklere karşı daha toleranslı oldukları tespit edilmiştir.

Çok (1993) tarafından Ankara Üniversitesi öğrencileriyle yapılan bir çalışmada ergenlerin arkadaş ve akran ilişkileriyle ilgili bazı değişkenler ile anne baba tutumları ele alınmıştır.

Araştırma bulgularına göre katılımcıların önemli bir bölümünün ondan fazla arkadaş sayısına sahip olduğu, yakın arkadaş sayısının ortalama 2 ile 7 arasında olduğu görülmüştür. Cinsiyete göre arkadaş sayılarına bakıldığında erkeklerin yakın arkadaş sayılarının kızlardan fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların arkadaşlık sürelerinin genellikle uzun süreli ve birçoğunun karşı cinsiyetten olduğu anlaşılmıştır. Kız

öğrencilerin erkek öğrencilere göre karşı cinsten arkadaş sayısı daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların büyük bir çoğunluğunun arkadaşlarıyla eğitim ortamlarında veya mahalleden tanıştıkları, bazı araçlar vasıtasıyla veya rastlantısal olarak tanıştıkları gözlenmiştir. Öğrencilerin çoğu, ailelerinin arkadaşlık ilişkilerine müdahalede bulunmadığını belirtmiştir. Anne baba tutumlarının nasıl algılandığına bakıldığında ebeveynin koruyuculuğunun, bağımlılığının, baskı ve disiplininin, erkek öğrenciler tarafından daha üst düzeyde algılandığı anlaşılmıştır. Ayrıca karşı cinsiyetten arkadaşı bulunan öğrencilerin diğerlerine göre, anne baba tutumlarının daha az koruyucu, daha az baskılı, daha az disiplinli, daha fazla eşit ve paylaşımcı oldukları gözlenmiştir. Son olarak akran ilişkilerine fazla müdahale edilen kızların ev hanımlığını şiddetle reddettikleri görülmüştür.

Küçük (1984) tarafından Türkiye’de yapılan başka bir çalışmada, arkadaşlık ilişkileriyle sosyo ekonomik durum, okul başarısı ve liderlik davranışı incelenmiştir. Daha çok orta sosyo ekonomik seviyedeki öğrencilerin bulunduğu Ankara Namık Kemal Ortaokulunda okuyan çocuklar üzerinde yapılan bu araştırmanın bulgularına göre arkadaşları tarafından tercih edilmeyen veya yalnızlık yaşayan öğrencilerin çoğunlukla derslerde başarısız oldukları görülmüştür. Birinci sınıftan üçüncü sınıfa doğru ilerledikçe kız erkek arkadaşlıklarının arttığı ancak ailelerle olan ilişkilerin zayıfladığı anlaşılmıştır. Okul başarısının ve olumlu kişilik özelliklerinin, arkadaşlık ilişkilerini ve lider öğrenci olmayı olumlu yönde etkilediği görülmektedir.

Benzer bir çalışmada Delikara (2000), 14-17 yaşlarındaki ergenlerin suç olarak görülen davranışlarıyla arkadaş ve akran ilişkilerini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre kuraldışı ve fiziksel saldırganlıkla ilgili testlerden yüksek puan alan erkek öğrencilerin, Arkadaş İlişkileri Ölçeğinden, Bağlılık, Güven ve Sapkın akranlara sadakat puanlarının yüksek olduğu gözlenmiştir.

Yurt içinde yapılan arkadaşlık ilişkilerinin ve arkadaşlık ilişkileriyle ilgili bazı değişkenlerin ele alındığı çalışmalarda arkadaşlıkların nasıl geliştiği ve devam ettiği, ergenlerin arkadaşlık seçimlerini etkileyen faktörler, karşı cinsiyetten arkadaş edinme ve bu değişkenlerin cinsiyete göre nasıl değiştiği konuları incelenmiştir. Bununla beraber ergenlerin arkadaş ve yakın arkadaş sayıları, yakın arkadaşlığın ilişki boyutu, yalnızlık duygusu ve özsaygı gibi değişkenlerin de araştırma konusu yapıldığı görülmektedir. Ayrıca arkadaş ve akran ilişkileriyle alakalı yapılan akademik çalışmalarda anne baba tutumları, arkadaş edinmeye, eve arkadaş çağırma ve gezilere katılma konularında anne

babanın müdahalesi, bu müdahalenin cinsiyete göre değişip değişmediği, sosyo ekonomik düzeye göre arkadaşlık ilişkileri, liderlik, suça eğilim ve yalnızlık gibi konular incelenmiştir. Akran ve arkadaşlık ilişkileri deneysel olarak incelenmiş ve bu ilişkileri geliştirmeye yönelik adımlar belirlenmiştir.

1.7.3. Benlik Saygısı Konusunda Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Benlik saygısı ve benlik saygısıyla ilgili değişkenlerin incelendiği yurt dışında yapılan çalışmalara bakıldığında yaş, cinsiyet, sınıf, sosyo ekonomik düzey, zekâ, akademik başarı, sosyal çevreyle ilişkiler ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin inceleme konusu olduğu görülmektedir.

Offer, orta sınıftan 73 lise erkek öğrenciyi testler ve gelişmeler yoluyla sekiz yıl boyunca izlemiştir. İzlenen gençlerin yaklaşık % 21'ini oluşturan çok sorunlu olanlarının daha ziyade dar gelirli aile çocukları olduğu, bu ailelerde çok belirgin olarak uyumsuzluk ve geçimsizlik yaşandığı ve bu gençlerin benlik saygılarının da düşük olduğu tespit edilmiştir (Yörükoğlu, 1994).

Barnes ve Farrier tarafından yapılan bir çalışmada, 583 ergenin özsaygı düzeyleri 10 yıl boyunca ölçümü neticesinde ve Çuhadaroğlu'nun ergenler üzerinde yaptığı benzer bir çalışmada kızların özsaygı düzeylerinin erkeklerden daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Benzer bir çalışmada Marron ve Kayson, üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında ise diğer çalışmaların tam tersine erkek öğrencilerin özsaygı düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğunu bulmuştur (Kımtır, 2012).

Ergenlikte özellikle aile fertlerinin ergen üzerindeki destek, anlayış ve daha eşitlikçi yaklaşımı, gençlerin benlik saygılarının daha yüksek düzeyde olmasını sağlamaktadır. Litovsk ve Dusek (1985) tarafından yapılan bir çalışmada, ailelerini daha hoşgörülü ve kabul edici, aynı zamanda daha az denetleyici ve kontrol edici bulan ergenlerin daha yüksek özsaygı düzeyine sahip olduğu gözlenmiştir. Ergenin davranışlarını aşırı denetleyen, zorla düzeltmeye çalışan ve katı kurallar koyan ebeveynlerin çocuklarının ise özsaygı düzeylerinin daha düşük olduğu anlaşılmıştır (Çevik, 2007).

Long'un (1986) 83 üniversiteli kız öğrenci ile yaptığı araştırmada da erkeksi özelliklerin benlik saygısı ile ilişkisi ele alınmış ve bu özelliklerin benlik saygısı için belirleyici olup-olmadığına bakılmıştır. Araştırma sonuçları, kız öğrencilerin erkeksi özelliklerinin benlik saygısını önceden tahmin etmeye yarayan önemli bir etken grubu

oluşturduğunu göstermiş ve özsaygı ile erkeksi özellikler gösterme arasında, anlamlı düzeyde bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla erkeksi özellikleri fazla olan kız öğrencilerin benlik saygılarının da görece olarak diğerlerinden daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Kımtır, 2012).

Özsaygının öteden beri kişinin akademik ve okul başarısıyla yakından ilişkili olduğu bilinen bir gerçektir. Bu düşünceyi teyit eden çalışmalardan birisi Daniel ve King (1995), tarafından ilköğrencileri üzerinde yapılmıştır. Öğrencilerin benlik saygı düzeyleri ile akademik başarı düzeyleri arasında doğru orantı olduğu gözlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre ders ve okul başarısının diğer belirleyicileri akademik yeterlilik, özgüven ve ailesi tarafından olduğu gibi kabul edilmesi ve desteklenmesidir. Fakat akademik başarı ile arkadaşlık ilişkileri arasında bir bağ bulunmamıştır.

Zimmerman ve arkadaşları (1997) tarafından yapılan başka bir çalışmada, altıncı sınıftan itibaren öğrencilerin dört yıl boyunca benlik saygılarının gelişimi incelenmiştir. Bu boylamsal araştırma esnasında, öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri ölçülmüş, benlik saygısını, her zaman yüksek, orta seviyede yüksek, gittikçe artan, gittikçe azalan, her zaman düşük olmak üzere dört kategoriye ayırmışlardır. Kızların, yaşla beraber benlik saygılarının genellikle azaldığı, erkeklerin orta seviye grubunda ve gittikçe yükselen grubunda yer aldıkları gözlenmiştir. Benlik saygısı düzeyleri her zaman yüksek olan, orta seviyede olan ve gittikçe artan öğrencilerin gelişimlerinin daha sağlıklı olduğu, arkadaş baskısıyla daha iyi baş edebildikleri, ders başarılarının daha yüksek olduğu ve zararlı madde kullanımlarının daha az olduğu görülmüştür.

Brack, Orr ve Ingersoll (1987) tarafından yapılan benzer bir çalışmada, farklı yaş ve sınıflardaki öğrencilerin benlik saygıları ile yaş, cinsiyet, zekâ ve cinsel gelişim seviyesi arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre cinsel gelişim düzeyinin ve yaşın benlik saygısını etkilemediği görülürken, zekânın ve cinsiyetin özsaygıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Erkek öğrencilerin benlik saygılarının kızlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Çevik, 2007).

Yukarıdaki çalışmaya benzer bir araştırmayı Mullis ve Normandin (1992) yapmışlardır. Lise öğrencilerinin dört yıl boyunca benlik saygılarını inceleyen bu araştırmacılar benlik saygısının cinsiyete göre değişmediğini fakat yaşla beraber yükseldiğini gözlemlemişlerdir. Araştırmanın sonucuna göre ailenin geliri, eğitimi ve sosyo-ekonomik seviyesinin, benlik saygısı üzerinde oldukça etkili olduğu görülmüştür.

Ayrıca özsaygının sağlıklı gelişimi bakımından, temel eğitimden ortaöğretime geçiş döneminin, çok kritik bir dönem olduğu ifade edilmiştir.

Lackovic, Dekovic ve Opacic (1994), tarafından yapılan başka bir araştırmada, ergenlik dönemindeki kızların ebeveynle ilişkileri ve cinsel gelişim düzeyleri ile özsaygıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Sekizinci sınıf öğrencileriyle yapılan bu çalışmanın bulgularına göre yakın zamanda adet görmüş olan kızların benlik saygısı düzeyleri, çok daha önce adet görmüş olan kızlardan daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca ergen kızların bu dönemde anneleriyle kurdukları kaliteli iletişimin benlik saygısını belirleyen asıl etken olduğu gözlenmiştir. Dolayısıyla ergenlik döneminde kızların anneye, erkeklerin de babayla kuracakları sağlıklı iletişimin ergenlerin benlik saygılarının olumlu gelişimi açısından oldukça önemli olduğu ortaya çıkmaktadır (Çevik, 2007).

Benzer bir çalışmada, Nass (1991) anne baba tutumlarının ergenlerin benlik saygıları üzerindeki etkisini incelemiştir. Bu çalışmada 89 aile ile bu ailelerin 6-12 yaşlarındaki çocukları katılımcı olarak belirlenmiştir. Araştırma bulgularına göre, benlik saygısı düzeyi ile otoriter ve baskıcı anne baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ayrıca anne ve babaların çocuklarıyla kurdukları sıcak ve yakın ilişkinin oldukça önemli olduğu görülürken, babaların çocuk eğitiminde ayrıca otoriter olmasının da önemi vurgulanmıştır.

Grove (1980), ebeveyn tutum ve davranışlarıyla ön ergenlerin benlik saygıları arasındaki bağıntıyı incelemiştir. 5 ve 6. sınıf düzeyindeki öğrenciler üzerinde yapılan bu çalışmaya göre, annenin daha az cezalandırıcı ve kontrol odaklı tutumlarıyla kızların benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Ayrıca babaların daha yakın ve destekleyici nitelikteki davranışlarıyla erkeklerin benlik saygı düzeyleri arasında yine anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Ebeveynlerin aşırı koruyucu ve reddedici davranışlarının ise çocukların özsaygılarını olumsuz etkilediği ifade edilmiştir. Bu araştırma bulgularına göre, ebeveyn desteği ne kadar fazla ve cezalar ne kadar az ise, benlik saygısı o oranda gelişecektir (Güngör, 1989).

Benlik saygısı düşük olan bireyler grup içerisinde veya sınıf içerisinde fazla ön planda olmazlar, fikirlerini açıkça dile getirmezler ve grup içerisinde katılımcı olmaktan çok dinleyici pozisyonunda kalırlar. Bu bağlamda Marrison ve Thomas'ın (1975), 78 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları bir araştırmada benlik saygısı düşük olan öğrencilerin, sınıf içi tartışmalara daha az katıldıkları, kendi düşüncelerinin daha az bir

kısmını sınıf tartışmalarında ifade ettikleri ve sınıfta daha çok arka sıralarda oturdukları görülmüştür (Kınter, 2012)

Ayrıca Coopersmith (1967), ergenlik öncesi dönemdeki 1748 çocukla yaptığı çalışmada, benlik saygısıyla bazı değişkenler arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Bu araştırmanın bulgularına göre özsaygı düzeyinin, bireyin çevresiyle uyum içinde yaşamasıyla doğrudan ilgili olduğu görülmüştür. Ayrıca özsaygı düzeyi düşük olan çocukların kaygı düzeylerinin daha fazla olduğu ve bu öğrencilerin daha sık psikosomatik hastalıklara ve depresyona daha yatkın oldukları ve sosyal ilişkilerinde daha yetersiz oldukları ortaya çıkmıştır. Bununla beraber arkadaşlık kurmada güçlük yaşadığını belirten öğrencilerin özsaygı düzeylerinin, arkadaş edinmede bir zorluk yaşamadıklarını belirtenlere göre daha az olduğu gözlenmiştir (İkizoğlu, 1993).

Yurtdışında özsaygıyla ilgili yapılan araştırmalara ve çalışmalara genel olarak bakıldığında ilkokuldan üniversite kadar, her yaş ve sınıf seviyesindeki çocuk ve ergen üzerinde çalışıldığı gözlenmiştir. Bu çalışmaların bazılarında benlik saygısının cinsiyete, kızlardaki erkeksi özelliğe, yaş ve sosyo ekonomik düzeye göre ilişki boyutu incelenmiştir. Bu araştırmalarda ailelerin sosyo ekonomik düzeylerinin, yaş ve kızlardaki erkeksi özelliklerin benlik saygısıyla doğru orantılı olduğu görülürken, bazı çalışmalarda kızların, bazı çalışmalarda ise, erkeklerin özsaygı düzeyleri daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu araştırmalarda özsaygı ile okul başarısı arasındaki bağıntının en çok merak edilen ve araştırma konusu olan değişken olduğu, iki değişken arasında olumlu bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Ebeveynlerin aşırı koruyucu ve reddedici davranışlarının ise çocukların özsaygılarını olumsuz etkilediği ifade edilirken, özsaygı düzeyinin, bireyin çevresiyle uyum içinde yaşamasıyla doğrudan ilgili olduğu belirtilmiştir. Ayrıca benlik saygısı düşük olan bireylerin grup içerisinde ön plana çıkmadıkları anlaşılmıştır.

1.7.4. Benlik Saygısı Konusunda Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Yurt içinde benlik saygısı konusunda yapılmış birçok araştırma ve inceleme bulunmaktadır. Bu çalışmalara bakıldığında betimsel araştırmaların oldukça fazla olduğu görülmüş ve bu çalışmaların bir kısmı özet olarak aşağıda yer almaktadır.

Eriş (2013) tarafından ergenler üzerinde yapılan bir araştırmada, ergenlerin sosyal kaygı durumlarıyla benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişki ele alınmıştır. Bu çalışmaya göre beden imajı olumlu olan gençlerin benlik saygıları, beden imajı olumsuz olan

gençlerden daha yüksektir. Ayrıca okul başarısını yüksek düzeyde algılayan gençlerin benlik saygıları orta düzeydekilerden, orta seviyede algılayan gençlerin benlik saygısı düzeylerinin okul başarısı düşük olanlardan daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Algılanan okul başarısı ile benlik saygısı arasında doğru orantı olduğu söylenebilir.

Yiğit (2010) tarafından yapılan bir araştırmada ergenlerin özsaygılarının yaşam doyumu ve bazı değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmada, 13-14 yaşlarındaki ergenlerin özsaygı düzeylerinde, ailenin geliri, kardeş sayısı, annenin eğitim seviyesine göre anlamlı bir farklılık olduğu, ancak ergenin cinsiyeti, doğum sırası, anne baba çalışma durumu ve baba eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı gözlenmiştir. Ayrıca yaşam doyumu ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Özkan (1994) tarafından üniversite öğrencilerinin benlik saygılarını etkileyen faktörlerin incelendiği çalışmada hem annenin hem de babanın eğitim durumu arttıkça ergenin de benlik saygısı artışı belirtilmektedir. Yine aynı çalışmada ailenin geliriyle ve ilgi düzeyinin benlik saygısıyla doğru orantılı olduğu bulunmuştur.

Benlik saygısını etkileyen birçok değişkenden belki de en önemlileri anne baba tutumları ve akademik başarıdır. Bu düşüncüyü teyit eden çalışma Yüksekaya (1995), tarafından yapılmıştır. Üniversiteli öğrencilerin özsaygılarının çeşitli değişkenler açısından benlik saygısı düzeylerini inceleyen Yüksekaya (1995), üniversiteli gençlerin özsaygı düzeylerinin yükseğe yakın olduğunu bulmuştur. Bununla beraber akademik başarının, arkadaşlık ilişkilerinin, aylık gelirin, kardeş sayısının, anne-babanın sevgisini gösterme durumunun ve ebeveynle ilişkilerin, özsaygının gelişimi bakımından etkili olduğu gözlenmiştir.

Farklı liselere giden ergenlerin anne-baba ve öğretmenlerinin tutumlarını algılama durumlarına göre benlik saygılarının gelişimini inceleyen Güven (1991), meslek lisesi öğrencilerinin kendilerini daha iyi kontrol edebilen ve psikolojik yönden daha uyumlu gençler olduğunu gözlemiştir. Eğitsel ve mesleki amaçlar alt ölçeğine göre değerlendirildiğinde genel lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeyleri meslek lisesi öğrencilerine göre daha yüksek bulunmuştur. 16, 17, 18 yaşlarındaki öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri, 15 yaşındaki öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Genel olarak tüm öğrencilerin benlik saygısı puanları arttıkça, baskıcı ana-baba tutum puanları azalmıştır. Öğretmenlerini ilgisiz olarak algılayan ergenlerin ise benlik saygısı puanlarının azaldığı görülmüştür.

Balat (2004) tarafından yapılan başka bir çalışmada, sosyo-ekonomik seviyesi farklı olan liseli ergenlerin benlik saygı düzeyleri incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre katılımcıların benlik saygı düzeylerinin yüksek seviyede olduğu görülmüştür. Araştırmada yaş, sosyo-ekonomik düzey ve cinsiyet ile özsaygı arasında bir ilişki bulunamamıştır. Ancak ön ergenlikten ergenliğe doğru yaşla beraber benlik saygısında da tutarlı bir yükseliş olduğu belirtilmektedir.

Etnik kökeni farklı olan gruplardaki bireylerin özsaygılarının da anlamlı bir şekilde farklı olduğu görülmektedir. Bu düşünceyi teyit eden bir araştırma Pişkin (1997) tarafından Türk ve İngiliz kökenli lise son sınıfta bulunan öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre İngiliz kökenli öğrencilerin özsaygı düzeyleri, Türk kökenli öğrencilerden daha yüksektir. Ayrıca her iki ülkedeki erkekler arasında bu farklılık, kızlardan daha yüksek bulunmuştur.

Altıok ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan bir çalışmada, üniversitede okuyan öğrencilerin özsaygı düzeyleriyle ilgili bazı değişkenler incelenmiştir. Araştırmada katılımcı olarak üniversite bir ve son sınıfta okuyan öğrenciler seçilmiştir. Araştırma bulgularına göre erkeklerin özsaygı düzeyleri kız öğrencilerden, iki yıllık bölümlerde okuyan öğrencilerin özsaygıları dört yıllık bölümlerde okuyanlardan ve birinci sınıfların özsaygıları son sınıftakilerden daha düşük çıkmıştır. Ayrıca son sınıf olmak, yaşam doyumu ve geleceğe ümitle bakma değişkenlerinin özsaygı üzerinde oldukça etkili olduğu gözlenmiştir.

Çevik (2007) tarafından yapılan başka bir çalışmada 11. sınıf öğrencilerinin benlik saygıları ve arkadaşlık ilişkilerini etkileyen değişkenler incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre, arkadaş ve yakın arkadaş sayısı ile özsaygı düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Karşı cinsiyetten arkadaşı olanların sosyal benlik saygı puanlarının farklı olduğu ve karşı cinsiyetten arkadaşı olan ergenlerin sosyal alt ölçek puanları daha yüksek bulunmuştur. Ailesi arkadaşlık ilişkilerine müdahil olmayan öğrencilerin ve karşı cinsten romantik bir ilişkisi olan ergenlerin benlik saygıları daha yüksek bulunmuştur.

Satan (2011) tarafından yapılan başka bir çalışmada lise öğrencilerinin benlik saygıları, akran zorbalığı ve alkol kullanımları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma bulgularına göre akran zorbalığı ve baskısı azaldıkça özsaygı düzeyinin arttığı gözlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre alkol kullanan öğrencilerin benlik saygıları düşük, akran baskısı düzeyleri yüksek bulunmuştur.

Yurt içinde anne baba tutumlarına göre benlik saygısını ele alan araştırmalardan bir tanesi Taysi (2000) tarafından Ankara'daki üniversitelerde okuyan öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Araştırmada öğrencilerin ailelerinden ve akranlarından aldıkları sosyal desteğe göre benlik saygıları incelemiştir. Yurttan ve ailelerinin yanında ikamet eden kız ve erkek öğrenciler iki gruba ayrılarak araştırma yapılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, aile ve arkadaşlardan alınan sosyal destek ile benlik saygısı arasında yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu görölmüştür.

Yüksel'in (2002) yaptığı başka bir çalışmada ise üniversitede okuyan öğrencilerin yalnızlık algısının ve benlik saygısının utangaçlıkla ilişkisi araştırma konusu olmuştur. Araştırma sonuçlarına göre, özsaygının, akademik başarı durumunun ve annenin eğitiminin, utangaçlık duygusunun önemli yordayıcılarındandır.

Yavuz (2005) tarafından yapılan başka bir çalışmada Muğla Üniversitesinde okuyan gençlerin benlik saygılarını etkileyen faktörler incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun (% 61,5) özsaygı puanları yüksek bulunmuştur. Anne eğitimi, annenin memur olması, ailenin ekonomik durumu ve anne babanın demokrat ve eşitlikçi tutumu ile yüksek benlik saygısı arasında doğru orantı vardır. Diğer taraftan kardeş sayısı arttıkça ve ilgisiz anne baba tutumundan dolayı çocukların benlik saygısı düzeylerinin düştüğü belirlenmiştir. Gençlerin okuduğu okul, buldukları sınıf ve baba mesleği ile özsaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunamazken; anne babanın hayatta olup olmaması, üveylik, anne ve babanın eğitim düzeyi, anne mesleği, ailenin sosyal yapısı, yaşanılan yer ve cinsiyetin benlik saygısı alt testleriyle ilişkili olduğu görölmüştür.

Uyanık (2000) tarafından yapılan başka bir çalışmada farklı sosyo-ekonomik durumdaki liseli gençlerin özsaygıları ile psikolojik durumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışmada öğrencilerin büyük çoğunluğunun özsaygı düzeylerinin yüksek olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca psikolojik durum ve iyi hal ile özsaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir.

Tezcan (2009) tarafından yapılan bir araştırmada obez olan ve olmayan bireylerin benlik saygıları, beden imajları ve travmatik yaşantıları incelenmiştir. Bu çalışmada deney grubu olarak Florance Nightingale Hastanesi (FNH) Endokrinoloji ve Kardiyoloji Polikliniği'ne gelen ve obezite tanısı alan bireylerden, kontrol grubu ise bu hastaların obez olmayan yakınlarından oluşturulmuştur. Bu çalışmanın bulgularına göre obezite tanısı almamış bireylerin özsaygı düzeyleri, obez olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek

bulunmuştur. Aynı şekilde obezite tanısı almayan bireylerin beden imaj algıları obez bireylere göre oldukça yüksek ve bedenlerinden hoşnut oldukları gözlenmiştir. Ayrıca obezite ile aile içi şiddete tanıklık etme, ebeveynin duygusal ihmali, babanın bedensel istismarına maruz kalma, cinsel istismar konuları arasında anlamlı olarak bir bağıntı olduğu tespit edilmiştir.

Ergenlik döneminde benlik saygısının yükseltilebileceği deneysel çalışmalar ile incelenmiştir. Aksaray (2003), ergenlerde benlik saygısı geliştirmede beceri eğitimi ile aktivite merkezli programların etkisini incelemiştir. Elde edilen bulgular beceri ve aktivite programlarına katılan öğrencilerin genel, sosyal, aile, okul ve toplam benlik saygısı puanlarının yükseldiğini göstermektedir. Her iki programa katılan öğrencilerin toplam ve alt ölçek benlik saygısı puanları arasında bir fark bulunmamıştır (Çevik, 2007).

Gökçakan ve Arkadaşları (2001) tarafından yapılan benzer bir çalışmada, ergenlerin benlik imajı ile ilgili bazı değişkenler incelenmiş ve yukarıdaki araştırmaya benzer sonuçlar elde edilmiştir. Benlik imajı üzerinde etkisi incelenen değişkenlerden, cinsiyetin, kardeş sayısının, oturlan yerin, ailenin sosyoekonomik durumunun ve anne eğitim düzeyinin ergenin benlik imajını etkilemediği görülürken babanın eğitim düzeyinin ve anne baba tutumlarının ergenlerin öz imajını etkilediği tespit edilmiştir. Babaların eğitim seviyesi arttıkça ergenlerin de benlik algıları artmaktadır.

Eriş (2013) tarafından yapılan başka bir araştırmada, ergenlerin sosyal kaygı durumlarıyla benlik saygıları incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre ergenlerin sosyal kaygı durumlarıyla benlik saygıları arasında orta seviyede ve ters orantılı bir ilişki olduğu görülmüştür. Ergenlerin sosyal kaygı durumlarıyla benlik saygılarının, cinsiyet ve karşı cinsten arkadaşın olup olmamasına göre değişmediği gözlenmiştir. Ergenlerin algıladığı beden imajının, benlik saygısını ve sosyal kaygıyla ilgili sosyal kaçınma, eleştirilme korkusu ve değersizlik duygusu düzeylerini etkilediği sonucuna varılmıştır. Algılanan ders başarısı ve bir arkadaş grubuna dâhil olmanın, benlik saygısı üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Okul dışı aktivitelere katılmanın, sosyal kaçınma ve eleştirilme korkusunu azalttığı görülmektedir. Bir arkadaş grubuna dâhil olmanın ergenlerin sosyal ortamlardan kaçınma ve değersizlik duygularını azalttığı gözlenmiştir.

Yurt içinde yapılmış araştırma bulgularına göre, ebeveyn tutumlarına bağlı olarak benlik saygısının farklılaştığı söylenebilir. Ayrıca özsaygının okul başarısının ve atılganlık düzeyinin birbiriyle ilişkili olduğu ve kültüre göre değiştiği görülmektedir.

Totan (2008) tarafından yapılan başka bir çalışmada ergenlerin zorbalık içeren davranışları ve arkadaş ilişkilerinin zorbalığa etkisi incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre zorbalık içeren davranışların erkekler ile kızlarda çok benzer olduğu gözlenmiş olup, kızlarda daha çok kurban olma, erkeklerde ise daha çok zorba olma oranının olduğu görülmüştür. Arkadaş ilişkileri yoğun olan ergenlerin zorbalık içeren davranışları daha fazla iken, kurban olma ihtimalleri daha azdır.

Sosyal Kaygı, alınan alkol miktarı, akran baskısı düzeyi, arkadaşlık ilişkilerine ebeveynin müdahalesi ile benlik saygısı arasında ters orantı bulunmaktadır. Olumlu beden imajı, algılanan okul başarısı, anne baba eğitim düzeyi, yaşantıdan memnun olma, geleceğe umutla bakma, arkadaşlık ilişkileri ile benlik saygısı arasında pozitif korelasyon olduğu anlaşılmaktadır. Ancak cinsiyete göre farklı sonuçların olduğu görülmektedir. Ayrıca konumuzla ilgili yapılan araştırmalarda özsaygının, arkadaş edinme ve sürdürmede zorluk çekme, ebeveyn tutumları ve sosyo-ekonomik duruma göre anlamlı bir şekilde değiştiği görülmüştür. Bununla beraber özsaygının okul ve ders başarısı, yalnızlık düşüncesi ve atılganlık düzeyi ile ilişkili olduğu ve etnik köken ile kültüre göre farklılaştığı bulunmuştur.

BÖLÜM II

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, araştırmanın evren ve örnekleme, kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizi ile ilgili bilgi ve açıklamalara yer verilmeye çalışılacaktır.

2.1. Araştırma Modeli

Bu çalışma, var olan durumu incelemeyi ve açıklamayı amaçlayan betimsel bir çalışmadır. Betimsel çalışmalar var olanı olduğu gibi tespit etmeye yönelik araştırmalardır. Bu araştırma 7. ve 8. sınıfta okuyan öğrencilerin, arkadaşlık ilişkileri ile ilgili bazı değişkenlerin, arkadaşlık ilişkilerinde sosyal medyanın kullanımının ve ailenin arkadaşlık ilişkilerine müdahalesinin benlik saygısıyla ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır.

Konunun tasvir, hipotezlerin test edilmesi ve varılacak sonuçlar açısından araştırmada arkadaşlık ilişkileriyle ilgili bazı değişkenlerin benlik saygısıyla olan ilişkisinin incelenmesi gerekmektedir. Bunun için aşağıdaki adımlar izlenecektir.

Öncelikle arkadaşlık ilişkileri boyutunda elde edilen bulgular (arkadaş ve yakın arkadaş sayısı, arkadaşlığın süresi, nerede tanışıldığı, karşı cinsiyetten arkadaş sayısı, karşı cinsle romantik ilişki, arkadaşlarla nerede tanışıldığı, yakın arkadaşları tercih nedenleri, arkadaşlık ilişkilerinde sosyal ağların kullanımı) cinsiyete göre ele alınacaktır.

Daha sonra aile boyutunda arkadaşlık ilişkilerine ailenin müdahale edip etmediği, ne sıklıkla müdahale ettiği, daha çok hangi konularda müdahale ettiği ve daha çok kimin müdahale ettiği ele alınacaktır.

Son olarak benlik saygısı boyutunda öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin cinsiyet, arkadaşlık ilişkileriyle ilgili değişkenler ve ailenin müdahale biçimlerine göre değişip değişmediği veya ne ölçüde değiştiği üzerinde durulacaktır.

2.2. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini, 2015–2016 eğitim-öğretim sezonunda, İstanbul ili Avcılar ilçesinde bulunan ortaokulların 7. ve 8. sınıfına devam eden öğrenciler oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklem grubunu belirlemek amacıyla, Avcılar ilçesindeki okullardan kasti örneklem yöntemi kullanılarak, iki devlet ve iki özel okul seçilmiştir.

Seçilen bu okullardan her sınıf seviyesinden iki şube seçilerek hazırlanan Coopersmith Özsaygısı Envanteri ve Arkadaşlık ilişkileri anketi yaklaşık 320 kişilik örneklem grubuna uygulanmıştır.

Bu araştırmada 7. ve 8. sınıf öğrencileriyle çalışılmasının özel bir sebebi olmamakla beraber, bu dönemdeki öğrencilerin ergenliğin ilk yıllarında yer almaları nedeniyle kayda değer ilk arkadaşlık deneyimlerini daha açık ve gerçekçi bir şekilde yansıtacakları düşünülmektedir. Elde edilen sonuçları, farklı sınıf, cinsiyet ve yaşlardaki öğrencilerle yapılan araştırma sonuçlarıyla karşılaştırma imkânı olacaktır. Bu durum da araştırmaya ayrı bir zenginlik katacaktır. Tablo 1’de katılımcıların okulları, cinsiyet ve sınıf düzeylerine ilişkin öğrenci sayıları verilmiştir.

Tablo 1: Örnekleme de yer alan öğrencilerin okul, sınıf ve cinsiyete göre dağılımları

Okul adı	7. sınıf		8. sınıf		Toplam
	Kız	Erkek	Kız	Erkek	
Abdulkadir Uztürk Ortaokulu	19	16	27	33	95
Ali Karay Ortaokulu	23	21	21	20	85
Ö. Avcılar Fatih Ortaokulu	10	21	17	21	69
Ö. Avcılar Doğa Ortaokulu	18	13	14	25	70
Toplam	70	71	79	99	319

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada katılımcıların akran ve arkadaşlık ilişkileri konusundaki düşüncelerini saptamak amacıyla, özellikle uzman görüşleri esas alan araştırmacı tarafından hazırlanan “Arkadaş İlişkileri Anketi”, öğrencilerin benlik saygısını ölçmek amacıyla, en son Pişkin (1997) tarafından ülkemize uyarlanan “Coopersmith Özsaygı Envanteri”nin kısa formu kullanılacaktır. Arkadaşlık İlişkileri Anketi ve Coopersmith Özsaygı Envanteri ile ilgili daha detaylı açıklamalar aşağıda yer almaktadır.

2.3.1. Arkadaşlık İlişkileri Anketi

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, sınıf ve cinsiyete ilişkin kişisel bilgileri ve arkadaşlık ilişkileriyle ilgili gerekli bilgileri öğrenmek amacıyla, araştırmacı tarafından daha önceki benzer çalışmalar ve uzman görüşleri esas alınarak, kişisel bilgi formu ve Arkadaşlık İlişkileri Anketi geliştirilmiştir. Bu formda katılımcıların yaşı, sınıfı, cinsiyeti,

arkadaş sayısı, yakın arkadaş sayısı, arkadaşlarının cinsiyete göre dağılımı, karşı cinsten özel bir arkadaşına sahip olup olmadıkları, sosyal ağların kullanımı, sosyal ağların arkadaşlık ilişkilerinde yeri ve önemi ve anne babaların arkadaşlık ilişkilerine müdahale edip etmediklerine yönelik sorular bulunmaktadır.

2.3.2. Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri

Coopersmith (1967) tarafından geliştirilen bu envanter, kişinin çeşitli alanlarda kendisiyle ilgili tutumunu ölçmede kullanılan bir araçtır. Pişkin (1997), lise öğrencileri ile hem Kuder-Richardson-20 formülünü hem de testi yarılama tekniğini kullanarak envanterin uzun ve kısa formu üzerinde güvenilirlik çalışması yapmıştır. Envanterin kısa formunun KR-20 sonucunda elde edilen güvenilirlik katsayısını 76, iç tutarlık güvenilirlik katsayısını da 81 olarak bulmuştur. Form, 25 maddelik kısa form ve 58 maddelik uzun formlardan oluşmaktadır. Bu çalışmada 25 maddelik kısa form kullanılmıştır. Her iki formda 'Evet' veya 'Hayır' şeklinde cevaplanabilen ifadelerden oluşmaktadır. Bazı maddelerde 'Evet' bazı maddelerde ise 'Hayır' şikkını işaretleyenler 4 puan almaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 0-100 arasında değişmektedir. Dolayısıyla alınabilecek en yüksek puan 100'dür. Puanların yüksekliği özsaygının yüksekliğini, puanların düşüklüğü ise özsaygı düzeyinin düşüklüğü anlamına gelmektedir.

2.3.2.1. Geçerlilik Çalışması

Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinin geçerliğini belirlemek amacıyla benzer ölçekler geçerliği yapılmıştır. Benzer ölçek olarak da Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. İki ölçek arasındaki korelasyon Pearson Korelasyon tekniği kullanılarak hesaplanmış, iki ölçek arasında pozitif yönde, anlamlı bir ilişki ($r = .71$, $P < .001$, $N = 125$) olduğu görülmüştür (Çevik, 2007).

Güçray da (1989) 9, 10 ve 11 yaşlarındaki 23 erkek ve 25 kız öğrenciye Piers Haris Öz kavram Ölçeği ile Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri'ni uygulamış ve .72 değerinde bir korelasyon elde etmiştir. Aynı zamanda, Aksaray da (2003) geçerlik çalışması için Piers Haris Öz kavram Ölçeği ile Coopersmith Benlik Saygısı Envanterini 156 yedinci sınıf öğrencisine uygulamış, .80 değerinde bir korelasyon elde etmiştir (Çevik, 2007).

2.3.2.2. Güvenirlik Çalışması

Ölçeğin güvenirliliğini saptamak amacıyla 70 erkek, 55 kız toplam 125 öğrenciden elde edilen veriler üzerinde test-tekrar test güvenirliliği hesaplanmıştır. Bunun için bir ay arayla Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri aynı gruba iki defa uygulanmıştır. Verilerin analizinde Pearson Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinin alt ölçeklerine ve toplam puana ilişkin korelasyon katsayıları aşağıdaki gibidir: Genel Benlik $r=.79$, $P<.001$, Sosyal Benlik $r=.60$, $P<.001$, Ailesel Benlik $r=.85$, $P<.001$, Okul ile ilgili Benlik $r=.66$, $P<.001$, Yalan $r=.66$, $P<.001$, Toplamda ise $r=.82$, $P<.001$ (Çevik, 2007).

Yapılan bu geçerlilik ve güvenirlilik çalışmaları doğrultusunda, Coopersmith Özsaygı Envanterinin alt ölçekleri olan Genel Benlik Saygısı, Ailesel Benlik Saygısı ve Toplam Benlik saygısı için iki uygulamadan elde edilen puanlar arasında yüksek düzeyde anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Bu bulgular alt ölçeklerin ve toplam ölçeğin aynı özellikleri tutarlı bir biçimde ölçtüğünü ve güvenilir bir envanter olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin güvenirlilik çalışmasını yapan bir diğer araştırmacı olan Özoğul ise (1988) ilkokul 4. ve 5. sınıflardan oluşan toplam 120 öğrenciye bu ölçeği uygulamış ve ölçeğin toplam benlik saygısı güvenirlilik katsayısını $.77$ olarak bulmuştur. Lise öğrencileri üzerinde güvenirlilik çalışması yapan Pişkin (1997) ise Kuder Richardson-20 sonuçlarına göre toplam puanda kızlar için 82 , erkekler için ise 81 değerini tespit etmiştir.

2.4. Araştırma Verilerinin Toplanması

Araştırmanın bu evresinde gerekli bilgileri toplamak ve saha araştırması yapmak için uygulanması düşünülen form ve envanterler için İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alınmıştır. Araştırmanın evrenini oluşturan Avcılar ilçesinde kaç ortaokul olduğu ve bu okulların öğrenci mevcutları hakkında bilgi toplanmıştır. Ayrıca araştırmacı ilgili okul müdürleri ve rehber öğretmenlerle görüşerek hem gerekli izinleri almış, hem de sınıfların öğrenci mevcutları hakkında bilgi toplamıştır.

Uygulama öncesi okul yöneticisi ve psikolojik danışmanlarla yapılan görüşmelerde araştırmanın amacıyla ilgili gerekli bilgiler verilmiştir. Okul yöneticileri ve rehber öğretmenlerle birlikte, her okul için uygun olan tarih ve saat belirlenmiştir. Uygulama öncesi araştırmacı tarafından her sınıfa, çalışmanın amacı ve veri toplama araçlarıyla ilgili gerekli bilgi paylaşımında bulunmuştur.

Uygulama esnasında araştırmacı sınıflarda hazır bulunmuş ve öğrencilerden gelebilecek sorulara cevap vermiştir. Araştırmanın verileri 2015-2016 eğitim öğretim yılının Mayıs ve Haziran aylarında toplanmıştır. Uygulama yapılacak sınıfların belirlenmesi okul müdür yardımcıları ve psikolojik danışmanlar tarafından yapılmış olup özellikle elverişli sınıflar tercih edilmiştir. Ölçme araçları sınıf ortamında uygulanmıştır. Arkadaşlık İlişkileri Anketi ve Coopersmith Özsaygı Envanterini öğrenciler yaklaşık 20-25 dakikada ve tek oturumda cevaplamışlardır.

2.5. Verilerin İstatistiksel Analizi

Arkadaşlık ilişkileri anketi sınıflama türünde verileri kapsadığı için, elde edilen verilerin analizinde frekans, yüzde ve kay kare analizi kullanılmıştır.

Coopersmith Özsaygı Envanterinden elde edilen bilgilerin analizinde ise bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır.

Araştırmanın evreninden elde edilen bilgilerin çözümünde ve istatistiksel analizinde, SPSS paket programı kullanılmıştır.

BÖLÜM III

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde öncelikle arkadaşlık ilişkileri ve arkadaşlık ilişkileriyle ilgili bazı değişkenlere ilişkin elde edilen sonuçlara, bilahare ailelerin arkadaşlık ilişkileri konusundaki müdahale durumlarına ilişkin bilgilere ve son olarak benlik saygısıyla ilgili elde edilen sonuçlara yer verilecektir.

3.1. Arkadaşlık İlişkileri Konusunda Elde Edilen Bulgular

3.1.1. Arkadaş Sayısı

Katılımcıların arkadaş sayılarına ilişkin sayısal değerler Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2: Katılımcıların Arkadaş Sayılarıyla İlgili Elde Edilen Bulgular

	F	%	ValidPercent	CumulativePercent
1-3	8	2,5	2,5	2,5
4-7	27	8,5	8,5	11,0
8-12	42	13,2	13,2	24,1
13-20	126	39,5	39,5	63,6
20 üstü	116	36,4	36,4	100,0
Total	319	100,0	100,0	

Tablo 2’de görüldüğü gibi öğrencilerin çoğunluğunun 13’ten fazla arkadaşına sahip olduğu; öğrencilerin çoğunun (%39,5) 13 ile 20 arasında arkadaşı olduğu, bunu %36,4 ile 20 üstü seçeneğinin izlediği söylenebilir. “Hiç arkadaşım yok” diyen çıkmazken, 1-3 ile 4-7 arası arkadaşı olduğunu belirtenlerin oranı % 10’un altında yer almaktadır.

Cinsiyete göre arkadaş sayısının değişiklik gösterip göstermediğini incelemek amacıyla yapılan kay kare testi sonuçları Tablo 3’te yer almaktadır.

Tablo 3: Katılımcıların Cinsiyetine Göre Arkadaş Sayıları

	Kız		Erkek		Toplam	
	F	%	F	%	F	%
1-3	2	1.3	6	3.5	8	2.5
4-7	17	11.4	10	5.9	27	8.5
8-12	18	12.1	24	14.1	42	13.2
13-20	60	40.3	66	38.8	126	39.5
20 üstü	52	34.9	64	37.6	116	36.4
Total	149	100	170	100	319	100

Tablo 3'te görüldüğü gibi, katılımcıların cinsiyetine göre arkadaş sayılarının değiştiği ortaya çıkmıştır. Buna göre "20'den fazla" ve "8-12" seçeneklerinde erkek öğrencilerin yüzdeleri kızlara oranla daha yüksek iken, "4-7" ve "13-20" maddelerinde kızların yüzdelerinin daha fazla olduğu görülmektedir. Genel olarak bakıldığında Sig.2 değeri $0,000 < 0,05$ olduğundan dolayı arkadaş sayısında cinsiyetle göre anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir.

3.1.2. Öğrencilerin Yakın Arkadaş Sayıları

Katılımcıların yakın arkadaş sayılarını gösteren istatistikî bilgiler Tablo 4'te görülmektedir.

Tablo 4: Katılımcıların Yakın Arkadaş Sayılarına İlişkin Bulgular

	F	%	ValidPercent	CumulativePercent
Hiç yok	6	1,9	1,9	1,9
1-2	50	15,7	15,7	17,6
3-4	116	36,4	36,4	53,9
5-7	93	29,2	29,2	83,1
8-10	37	11,6	11,6	94,7
10 üstü	17	5,3	5,3	100,0
Total	319	100,0	100,0	

Tablo 4'teki bilgilere bakıldığında, katılımcıların yakın arkadaş sayısı en fazla 3-4 olduğu, bunu sırayla, 5-7, 1-2, 8-10 ve 10'dan fazla ve "hiç yok" seçeneklerinin izlediği anlaşılmaktadır.

Şu anda yaklaşık kaç yakın arkadaşınız var sorusuna verilen cevapların cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini ölçmek amacıyla yapılan ki kare analizi sonuçları Tablo 5'te yer almaktadır.

Tablo 5: Katılımcıların cinsiyetine göre yakın arkadaş sayılarına ilişkin bulgular

	Kız		Erkek		Toplam	
	F	%	F	%	F	%
Hiç yok	1	0.7	5	2.9	6	1.9
1-2	25	16.8	25	14.7	50	15.7
3-4	69	46.3	47	27.6	116	36.4
5-7	41	27.5	52	30.6	93	29.2
8-10	7	4.7	30	17.6	37	11.6
10 üstü	6	4	11	6.5	17	5.3
Total	149	100	170	100	319	100

Tablo 5’te görüldüğü gibi Kızlar 1-2 ve 3-4 seçeneklerinde daha fazla yüzdeliğe sahipken; erkeklerin “Hiç yok”, 5-7, 8-10 ve 10’dan fazla yakın arkadaş sayısına sahip oldukları görülmektedir. Bu sonuca göre erkeklerin kız öğrencilerden daha çok yakın arkadaşı olduğu görülmüştür. Buna rağmen Sig.2 değeri $0,000 < 0,05$ olduğundan dolayı “Şu anda yaklaşık kaç yakın arkadaşınız var” sorusuna verilen cevaplar arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma vardır.

3.1.3. Arkadaşlıkların Süresi

Katılımcılara, genel olarak arkadaşlarıyla kaç yıldan beri tanıştıklarıyla ilgili sorulan soruyla, arkadaşlıkların süresi hakkında genel bir bilgiye ulaşılmaya çalışılmıştır. Katılımcıların arkadaşlık sürelerine yönelik bilgiler Tablo 6’da görülmektedir.

Tablo 6: Arkadaşlık Süresine İlişkin Bulgular

	F	%	ValidPercent	CumulativePercent
1 yıldan az	9	2,8	2,8	2,8
1-2 yıl	39	12,2	12,2	15,0
3-5 yıl	142	44,5	44,5	59,6
5 yıl üstü	129	40,4	40,4	100,0
Total	319	100,0	100,0	

Tablo 6’ya bakıldığında; katılımcıların arkadaşlarıyla ne zamandan beri tanıştıklarına ilişkin seçeneklerden en fazla olanının 3-5 yıl olduğu, bunu 5 yıldan fazla, 1-2 yıl ve bir yıldan az grubunun sırayla izlediği görülmektedir.

3.1.4. Karşı Cinsiyetten Arkadaş Sayısı

Öğrencilerin karşı cinsiyetten arkadaşının olup olmadığını tespit etmek amacıyla sorulan bu soruya öğrencilerin büyük bir çoğunluğu (%88,7) evet diyerek karşı cinsiyetten en az bir arkadaşı olduğunu belirtmiştir. Bir sonraki soruda ise arkadaşlarının daha çok hangi cinsiyetten olduğu inceleme konusu olacaktır. Karşı cinsiyetten arkadaş durumuna ilişkin elde edilen bilgiler Tablo 7’de görülmektedir.

Tablo 7: Karşı Cinsiyetten Arkadaşın Olup Olmamasına İlişkin Bulgular

	F	%
Evet	283	88,7
Hayır	36	11,3
Total	319	100,0

Tablo 7’de görüldüğü gibi katılımcıların ekser çoğunluğunun karşı cinsiyetten arkadaşı bulunmaktadır. Buna karşın katılımcıların %11,3’lük bir bölümünün karşı cinsten arkadaşının olmadığı görülmektedir.

Şu anda karşı cinsten arkadaşınız / arkadaşlarınız var mı sorusuna verilen cevapların cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin ki kare analizi sonuçları Tablo 8’de görülmektedir.

Tablo 8: Karşı cinsten arkadaş olup olmasının cinsiyet faktörüne göre dağılımı

	Kız		Erkek		Toplam	
	F	%	F	%	F	%
Evet	139	93.3	144	84.7	283	88.7
Hayır	10	6.7	26	15.3	36	11.3
Total	149	100	170	100	319	100

Tablo 8’de yer alan bulguların Sig.2 değeri $0,016 > 0,05$ olduğundan dolayı “Şu anda karşı cinsten arkadaşınız / arkadaşlarınız var mı” sorusuna verilen cevaplar arasında cinsiyetle göre anlamlı bir farklılaşma yoktur.

Katılımcıların, arkadaşlarının cinsiyeti konusunda verdikleri cevaplar doğrultusunda elde edilen bulguların dağılımı Tablo 9’da yer almaktadır.

Tablo 9: Arkadaşların Cinsiyetiyle İlgili Elde Edilen Bulgular

	F	%
Büyük bir çoğunluğu kendi cinsimdedir.	158	49,5
Büyük bir çoğunluğu karşı cinsimdedir.	5	1,6
Arkadaşlarımın yarısı kendi cinsimden, diğer yarısı karşı cinsiyettendir	156	48,9
Toplam	319	100,0

Tablo 9’a göre % 49,5 ile “çoğu kendi cinsimdedir” seçeneği ilk sırada yer alırken, ikinci sırada ise “her iki cinsten de eşit sayıda arkadaş”ı olduğunu belirten öğrenciler gelmektedir. “Çoğu karşı cinsimdedir” seçeneğinin işaretleyen katılımcıların sayısı ise sadece % 1,6 olduğu görülmektedir.

3.1.5. Arkadaşlarla Tanışılan Yer

Katılımcıların aynı cinsiyetten arkadaşlarıyla tanıştıkları yere ilişkin elde edilen bulgular Tablo 10’da yer almaktadır.

Tablo 10: Aynı Cinsiyetten Arkadaşlarla Nerede Tanışıldığını Gösteren Bulgular

	F	%
Aynı okulda bulunduğumuzdan	297	93,1
Aynı sitede/mahallede oturduğumuzdan	191	59,9
Bir başka arkadaşımın aracılığıyla	145	45,5
Ailelerimizin tanışıklığıyla	136	42,6
İnternet aracılığıyla	54	16,9
Bir faaliyet esnasında	122	38,2
Diğer	12	3,8

Tablo 10’a göre katılımcıların önemli bir bölümü (% 93,1) aynı cinsiyetten arkadaşlarıyla okul ortamında tanıştıklarını ifade etmişlerdir. Daha sonra, mahalle/sitede oturmalarından (% 59,9), arkadaş aracılığıyla (% 45,5), ailelerin tanışık olmasından dolayı (%42,6), bir aktivite sırasında (spor, müzik, resim, kurs) (%38,2), İnternet vasıtasıyla (%16,9) maddeleri izlemektedir. “Diğer” seçeneğini işaretleyen 12 kişi (8 kişi etüt merkezi, 2 kişi kafeterya, 2 kişi yazlıkta) daha farklı ortamları işaretlemiştir.

Katılımcıların karşı cinsiyetten arkadaşlarıyla tanıştıkları yere ilişkin bulgular, Tablo 11’de görülmektedir.

Tablo 11: Karşı Cinsiyetten Arkadaşlarla Nerede Tanışıldığını Gösteren Bulgular

	Fr	%
Aynı okulda bulunduğumuzdan	277	86,8
Aynı sitede/mahallede oturduğumuzdan	137	42,9
Bir başka arkadaşımın aracılığıyla	114	35,7
Ailelerimizin tanışıklığıyla	114	35,7
Bir faaliyet esnasında	85	26,6
İnternet aracılığıyla	38	11,9
Diğer	10	3,1

Tablo 11’de görüldüğü gibi katılımcıların büyük bir bölümü (% 86,8) karşı cinsiyetten arkadaşlarıyla okul ortamında tanıştıklarını ifade etmişlerdir. Bunu

müteakiben, aynı mahalle ve sitede oturmaları (%42,9), ailelerin tanışıklığı ve arkadaş aracılığıyla (% 35,7), bir aktivite sırasında (müzik, spor, resim, kurs, vb.) (%26,6) ve İnternet vasıtasıyla (%11,9) seçenekleri takip etmekte, “Diğer” seçeneğini işaretleyen 10 kişi ise daha farklı ortamları (6 kişi etüt merkezi, 3 kişi kafeterya, 1 kişi gezi) işaretlemişlerdir.

3.1.6. Karşı Cinsiyetle Duygusal İlişkiler

Katılımcıların karşı cinsiyetten ergenlerle duygusal bir ilişki durumunu ve bu ilişkinin cinsiyete göre farklı olup olmadığını belirlemek amacıyla ankete eklenen sorulara verilen yanıtlardan oluşan bulgular, Tablo 12 ve Tablo 13’de görülmektedir.

Tablo 12: Karşı Cinsiyetle Duygusal İlişki Durumu

	f	%
Evet	41	12,9
Hayır	278	87,1
Total	319	100,0

Tablo 12’de de görüldüğü gibi katılımcıların büyük bir çoğunluğu (%87,1), karşı cinsiyetten birisiyle duygusal bir ilişkisi olmadığını belirtmiştir. Böyle bir arkadaşlık ilişkisi yaşadığını belirten katılımcıların oranı (%12,9) ise oldukça düşüktür.

Öğrencilerin duygusal ilişki durumunun cinsiyet faktörüne göre değişip değişmediğini belirlemek amacıyla yapılan analiz Tablo 13’te yer almaktadır.

Tablo13: Cinsiyete Göre Duygusal İlişkinin Kay Kare Analizi Sonuçları

Duygusal İlişki	Kız		Erkek		Toplam	
	F	%	F	%	F	%
Evet	21	14.1	20	11.8	41	12.9
Hayır	128	85.9	150	88.2	278	87.1
Total	149	100	170	100	319	100

Tablo 13’te yer alan kay kare analizi sonucuna göre Sig.2 değeri $0,535 > 0,05$ olduğundan böyle bir farktan söz edilemeyeceği görülmüştür.

3.1.7. Öğrencilerin Yakın Arkadaş Tercihlerinin Nedenleri

Katılımcılara verilen ankette, arkadaşlarıyla yakınlaşmalarını sağlayan maddeleri, en önemliden başlayarak sıralamaları istenmiştir. Önemli görülmeyen maddeler boş

birakılırken, bu maddelerin dışında farklı bir madde varsa bunu da boş bırakılan yere yazmaları söylenmiştir. Bununla ilgili elde edilen istatistikî bilgiler Tablo 14'te görülmektedir.

Tablo 14: Yakın arkadaşlarda tercih edilen vasıfların Frekans ve Yüzde dağılımları

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	0
Başarılı olması	F	18	16	23	21	33	27	28	27	15	12	12	1	86
	%	5,6	5,0	7,2	6,6	10,3	8,5	8,8	8,5	4,7	3,8	3,8	0,3	27,0
Sırdaş ve güvenilir olması	F	199	63	19	9	5	2	1	1	2	2	6	0	10
	%	62,4	19,7	6,0	2,8	1,6	0,6	0,3	0,3	0,6	0,6	1,9	0	3,1
Ailemin onayladığı kişilik özellikler	F	9	45	29	23	23	15	22	25	19	11	9	5	84
	%	2,8	14,1	9,1	7,2	7,2	4,7	6,9	7,8	6,0	3,4	2,8	1,6	26,3
Onayladığı özelliklere sahip	F	37	69	63	45	17	18	12	14	4	4	3	1	32
	%	11,6	21,6	19,7	14,1	5,3	5,6	3,8	4,4	1,3	1,3	0,9	0,3	10,0
Farklı özelliklere sahip olması	F	0	10	19	19	13	31	27	25	24	24	24	2	101
	%	0	3,1	6,0	6,0	4,1	9,7	8,5	7,8	7,5	7,5	7,5	0,6	31,7
Arkadaşlarının onayladığı kişilik özellikleri	F	5	2	13	8	20	16	18	20	36	37	25	6	113
	%	1,6	0,6	4,1	2,5	6,3	5,0	5,6	6,3	11,3	11,6	7,8	1,9	35,4
Benimle aynı dünya görüşüne	F	15	22	26	35	35	26	22	22	22	14	8	1	71
	%	4,7	6,9	8,2	11,0	11,0	8,2	6,9	6,9	6,9	4,4	2,5	0,3	22,3
Okul kurallarına uyması	F	3	9	13	29	31	24	28	21	23	27	21	2	88
	%	0,9	2,8	4,1	9,1	9,7	7,5	8,8	6,6	7,2	8,5	6,6	0,6	27,6
Sorunlarına yardımcı olması	F	8	47	55	60	30	30	20	13	11	2	4	0	39
	%	2,5	14,7	17,2	18,8	9,4	9,4	6,3	4,1	3,4	0,6	1,3	0	12,2
Güzel-yakışıklı olması	F	4	7	10	4	16	18	22	16	22	33	52	18	97
	%	1,3	2,2	3,1	1,3	5,0	5,6	6,9	5,0	6,9	10,3	16,3	5,6	30,4
Cömert olması	F	4	16	33	36	49	32	25	23	18	23	13	3	44
	%	1,3	5,0	10,3	11,3	15,4	10,0	7,8	7,2	5,6	7,2	4,1	0,9	13,8
Diğer	F	12	4	2	7	3	5	6	4	2	2	3	17	252
	%	3,8	1,3	0,6	2,2	,9	1,6	1,9	1,3	0,6	0,6	0,9	5,3	79,0

Tablo 14' teki sonuçlara bakıldığında katılımcıların yakın arkadaşlarında tercih ettikleri özelliklerden en önemli görülenler, sırasıyla **“Sırdaş ve güvenilir olması”**, **“Benim onayladığım kişilik özelliklerine sahip olması”** ve **“Başarılı olması”** maddeleri olduğu görülmektedir. Bunları “Benimle aynı dünya görüşüne sahip olması”, “Ailemin onayladığı kişilik özelliklerine uygun olması” ve “Sorunlarım yardımcı olması” maddeleri takip etmektedir.

Katılımcıların yakın arkadaşlarında tercih ettikleri özelliklerden ikinci derecede önemli görülen maddeler **“Benim onayladığım kişilik özelliklerine sahip olması”**, **“Sırdaş ve güvenilir olması”** ve **“Sorunlarım Yardımcı Olması”**dır. Bunu sırasıyla, “Ailemin onayladığı kişilik özelliklerine uygun olması”, “Benimle aynı dünya görüşüne sahip olması”, “Başarılı olması” ve “Cömert olması” maddeleri gelmektedir.

Katılımcıların yakın arkadaşlarında tercih ettikleri özelliklerden üçüncü derecede önemli görülen maddeler sırayla **“Benim onayladığım kişilik özelliklerine sahip olması”**, **“Sorunlarım yardımcı olması”** ve **“Cömert olması”** dır. Öğrenciler bu maddelerin devamında “Ailemin onayladığı kişilik özelliklerine uygun olması” ve “Benimle aynı dünya görüşüne sahip olması”, “Başarılı olması” ve “Sırdaş ve güvenilir olması” şeklinde işaretlemişlerdir.

Katılımcıların % 79'unun ‘Diğer’ seçeneğini boş bıraktıkları ve herhangi bir özellik yazmadıkları gözlenmiştir. Bunun gibi bazı ergenler ‘0’ sütununda görüldüğü gibi “Diğer arkadaşlarımın onayladığı kişilik özelliklerine sahip olması”, “Benden farklı kişilik özelliklerine sahip olması”, “Güzel-yakışıklı olması”, “Okul kurallarına uyması-disipline gitmemiş olması”, “Başarılı olması”, “Ailemin onayladığı kişilik özelliklerine uygun olması”, “Benimle aynı dünya görüşüne sahip olması”, “Cömert olması”, “Sorunlarım yardımcı olması”, “Benim onayladığım kişilik özelliklerine sahip olmasını” önem sırasına koymamıştır.

3.1.8. Arkadaşlık ilişkilerinde kullanılan sosyal medya araçları

Öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerinde her geçen gün daha fazla kullandıkları bir iletişim aracı olarak sosyal ağlara ilişkin bulgular Tablo 15'te yer almaktadır.

Tablo 15: Arkadaşlık ilişkilerinde kullanılan sosyal medya araçlarının dağılımı

		0	1	2	3	4	5
Facebook	Fr	102	76	72	34	26	9
	Per	32,0	23,8	22,6	10,7	8,2	2,8
WhatsApp	Fr	44	175	63	31	6	0
	Per	13,8	54,9	19,7	9,7	1,9	0
İnstagram	Fr	110	35	70	73	28	3
	Per	34,5	11,0	21,9	22,9	8,8	,9
Twitter	Fr	180	8	11	29	66	25
	Per	56,4	2,5	3,4	9,1	20,7	7,8
Diğer	Fr	238	23	29	13	6	10
	Per	74,6	7,2	9,1	4,1	1,9	3,1

Tablo 15'teki frekans ve yüzde dağılımlarına bakıldığında, katılımcıların en çok kullandıkları sosyal medyanın %54,9 ile WhatsApp olduğu görülmektedir. Onu sırasıyla Facebook (%23,8), İnstagram (%11) ve Twitter (2,5) takip etmektedir.

İkinci tercihlere bakıldığında ilk sırada Facebook (22,6), ikinci sırada İnstagram (21,9) ve üçüncü sırada ise WhatsApp (19,7) olduğu görülmektedir. Diğer seçeneğinde öğrencilerin % 19,7'si Snapchat kullandıklarını belirtmiştir.

3.1.9. Sosyal medyada takip edilen arkadaş sayısı

Öğrencilerin sosyal medyada düzenli olarak takip ettikleri, iletişim kurdukları kişi sayısına ilişkin bulgular Tablo 16'da yer almaktadır.

Tablo 16: Sosyal medyada takip edilen arkadaş sayıları

	F	%	ValidPercent	CumulativePercent
50 ve altı	111	34,8	34,8	34,8
51-100	90	28,2	28,2	63,0
101-200	72	22,6	22,6	85,6
201 ve üstü	46	14,4	14,4	100,0
Total	319	100,0	100,0	

Tablo 16'ya göre takipçi sayılarında en yüksek seçeneğin 50 ve altı (%34,8) olduğu görülmektedir. Daha sonra sırasıyla 51-100 arası (28,2), 101-200 (22,6) ve 201 üstü (%14,4) olduğu anlaşılmaktadır.

3.1.10. Sosyal medyayı kullanma sıklığı

Tablo 17’de öğrencilerin arkadaşlarıyla iletişime geçmek için sosyal ağları günlük ortalama kaç saat kullandıklarını tespit etmek amacıyla sorulan soruya ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 17: Arkadaşlık ilişkilerinde sosyal ağları kullanma süreleri

	F	%	ValidPercent	CumulativePercent
1-2 saat	208	65,2	65,2	65,2
3-4 saat	73	22,9	22,9	88,1
4 saatten fazla	38	11,9	11,9	100,0
Total	319	100,0	100,0	

Tablo 17’ye göre günlük sosyal ağların kullanımında en yüksek oranın günlük 1-2 saat seçeneği (%65) olduğu, bunu sırayla 3-4 saat (% 22,9), 4 saatten fazla (%11,9) seçeneklerinin takip ettiği görülmektedir. Ayrıca ulaşılan sonuçlardan biri de araştırmaya katılan öğrencilerin tamamının sosyal ağları az ya da çok kullanmakta olduklarıdır.

3.2. Ailenin arkadaşlık ilişkilerine müdahalesine ilişkin bulgular

3.2.1. Ailelerin Akran ve Arkadaşlıklara Müdahalesi

Ailelerin katılımcıların akran ve arkadaşlık ilişkilerine hangi ölçüde müdahale ettiğine ilişkin bulgular Tablo 18’de, bu durumun cinsiyete faktörüne göre farklı olup olmadığına ilişkin bulgular ise Tablo 19’da yer almaktadır.

Tablo 18: Ailenin Arkadaşlık İlişkilerine Müdahale edip etmediğine İlişkin Bulgular

Ailenin Müdahalesi	F	%	ValidPercent	CumulativePercent
Evet	177	55,5	55,5	55,5
Hayır	142	44,5	44,5	100,0
Total	319	100,0	100,0	

Tablo 18’e göre katılımcıların çoğunluğu (% 55,5) akran ve arkadaşlık ilişkilerine ailelerinin müdahale ettiğini, öğrencilerin % 44,5’i ise ailelerinin müdahale etmediğini belirtmişlerdir.

Ailenin, katılımcıların arkadaşlıklarına müdahalesinin cinsiyet faktörüne göre farklılaşp farklılaşmadığını anlamak amacıyla yapılan ki kare analizi sonuçları Tablo 19’da yer almaktadır.

Tablo 19: Cinsiyet Faktörüne Göre, Ailelerin Arkadaşlıklara Müdahalesiyle ilgili Bulgular

Ailelerin Müdahalesi	Kız		Erkek		Toplam	
	f	%	f	%	f	%
Evet	89	59.7	87	51.2	177	55.5
Hayır	60	40.3	83	48.8	142	44.5
Total	149	100	170	100	319	100

Tablo 19’daki bulgulara göre (Sig.2 değeri $0,125 > 0,05$ olduğundan) ailenin arkadaş ilişkilerine müdahalesinin cinsiyetle göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı anlaşılmaktadır. Bununla beraber erkek katılımcıların yüzdeleri, kız katılımcıların yüzdelerine göre daha düşük olduğu görülmektedir.

3.2.2. Ailelerin Arkadaşlıklara Müdahale Sıklığı

Bir önceki soruya “Evet” cevabını veren öğrenciler bu ve bundan sonraki üç soruya işaretleme yapmışlardır. Ailelerin, katılımcıların arkadaşlıklarına müdahale sıklığını gösteren bulgular Tablo 20’de görülmektedir.

Tablo 20: Ailelerin Arkadaşlıklara Müdahale Sıklığına İlişkin Bulgular

	F	%	ValidPercent	CumulativePercent
Her zaman	15	8,6	8,6	8,6
Genellikle	30	17,2	17,2	25,8
Bazen	78	43,8	43,8	69,6
Nadiren	54	30,4	30,4	100,0
Total	177	100,0	100,0	

Tablo 20’de görüldüğü gibi ailelerin ergenlerin arkadaşlıklarına müdahale etme sıklığı bakımından en fazla çıkan seçeneğin % 43,8 ile “bazen” seçeneğidir. Bu seçeneği sırasıyla “Nadiren”, “Genellikle” ve “Her zaman” maddeleri izlemektedir.

Ailelerin arkadaşlıklara müdahale sıklığının, cinsiyet değişkenine göre farklı olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan kay kare testi sonuçları Tablo 21’de görülmektedir.

Tablo 21: Ailenin Arkadaşlıklara Müdahale Sıklığının Cinsiyete göre Dağılımı

Müdahale Sıklığı	Kız		Erkek		Toplam	
	F	%	F	%	F	%
Her zaman	5	3.4	10	5.9	15	8,6
Genellikle	18	12.1	12	7.1	30	17,2
Bazen	38	25.5	40	23.5	78	43,8
Nadiren	29	19.5	25	14.7	54	30,4
Boş	59	39.6	83	48.8	142	44.5
Total	149	100	170	100	177	100,0

Tablo 21’de görüldüğü gibi ailelerin arkadaşlıklara müdahale etme sıklığında, cinsiyet faktörüne göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı (Sig.2 değeri 0,206 > 0,05) ortaya çıkmıştır. Bununla beraber “genellikle”, “her zaman” ve “nadiren” tercihlerinde kızların oranlarının erkeklerden daha fazla olduğu görülmektedir.

3.2.3. Arkadaşlık ilişkilerine daha çok kim müdahale etmektedir?

Katılımcıların arkadaşlıklarına daha çok kimin müdahil olduğu ve bu durumun cinsiyet faktörüne göre değişip değişmediğini gösteren bilgiler, Tablo 22’de yer almaktadır.

Tablo 22: Arkadaşlıklara En Çok Müdahale Eden Aile Bireyi

	F	%	ValidPercent	CumulativePercent
Annem	96	54,2	54,2	54,2
Babam	37	20,9	20,9	75,1
Kardeşlerim	11	6,2	6,2	81,3
Bütün aile	17	9,6	9,6	90,9
Diğer	16	9,1	9,1	100,0
Total	177	100,0	100,0	

Tablo 22’de görüldüğü gibi, katılımcıların arkadaşlıklarına yönelik, en çok müdahil olan aile bireyinin anne (%54,2) olduğu ve bunu sırasıyla baba, bütün aile ve kardeş-kardeşlerim maddeleri gelmektedir. Diğer seçeneğinde 16 öğrenci, “Anne ve Baba birlikte müdahale eder” şeklinde belirtmişlerdir.

Katılımcıların akran ve arkadaşlık ilişkilerine genellikle müdahil olan aile ferdinin, cinsiyet faktörüne göre fark edip etmediğini anlamak amacıyla yapılan analiz sonucunda ulaşılan bilgiler Tablo 23’te yer almaktadır.

Tablo 23: Cinsiyete Göre Arkadaşlık İlişkilerine En Çok Müdahale Eden Aile Bireyi

Müdahale eden kişi	Kız		Erkek		Toplam	
	F	%	F	%	F	%
Annem	53	59.5	43	48.8	96	54.2
Babam	14	15.7	23	26.1	37	20,9
Kardeşlerim	6	6.7	5	5.6	11	6,2
Bütün aile	7	7.8	10	11.3	17	9,6
Diğer	9	10.1	7	8	16	9,1
Toplam	89	100	88	100	177	100,0

Ki kare analizi sonucunda oluşan Tablo 23'teki sonuçlara göre: Sig.2 değeri 0,236 > 0,05 olduğundan arkadaş ilişkilerine müdahale eden aile bireyinde cinsiyetle göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir. Hem kızlarda hem de erkeklerde en çok anne müdahalesinin olduğu, babanın müdahalesinin kızlara oranla erkeklerde daha yüksek olduğu dikkati çekmektedir.

3.2.4. Arkadaşlık İlişkilerinde Müdahale Edilen Alanlar

Katılımcıların, arkadaşlık ilişkilerine en çok müdahale edilen durum ya da alanlar ile bunların önem sıralaması Tablo 24'de görülmektedir. Betimsel değerlendirmelerde yer alan Toplam sütununda sıfır öneme sahip olan değerler toplama dâhil edilmemiştir. Çünkü katılımcılar tarafından önem sırasına konulmamıştır.

Tablo 24: Arkadaşlık İlişkilerinde Müdahale Edilen Alanlara İlişkin Bulgular

Önem Sırası		0	1	2	3	4	5	6	7
Arkadaşlarımla birlikte olma saatlerime	F	47	18	21	16	23	21	18	13
	%	26,6	10,3	11,9	8,9	12,9	11,9	10,2	7,3
Arkadaşlarımla birlikte gittiğim yerlere	F	25	37	27	34	19	17	14	4
	%	14,2	20,8	15,3	19,2	10,6	9,7	7,9	2,3
Arkadaşlarımla birlikte yaptığım etkinliklere	F	44	16	18	21	30	23	16	9
	%	25,1	8,9	10,2	11,9	17,0	12,9	8,9	5,1
Eve arkadaş çağırılmama	F	53	12	15	20	20	14	14	29
	%	29,9	6,8	8,5	11,3	11,3	7,9	7,9	16,4
Karşı cinsten kişilerle arkadaş olmaya	F	59	8	30	16	8	18	26	12
	%	33,3	4,6	17,0	8,9	4,5	10,2	14,7	6,8
Karşı cins ile duygusal bir ilişki yaşama	F	56	35	19	10	12	11	14	20
	%	31,6	20,0	10,4	5,7	6,8	6,2	7,9	11,4
Kimlerle arkadaşlık edip etmeyeceğime	F	27	40	23	24	21	13	11	18
	%	15,3	22,7	12,9	13,4	11,9	7,5	6,2	10,2
Diğer	F	165	4	1	2	2	1	1	1
	%	93,4	2,2	,6	1,1	1,1	,6	,6	,6

Tablo 24’te görüldüğü gibi; ailelerin arkadaşlık ilişkileriyle ilgili en çok müdahale ettikleri alanlardan 1. derecede öneme sahip olanların başında “**Kimlerle arkadaşlık edeceği**” gelmektedir. Daha sonra “**Arkadaşlarla birlikte gidilen yer**”, “**Karşı cins ile duygusal ilişkiler**” ve “**Arkadaşlarla birlikte olunan saatler**” gelmektedir.

Ailelerin arkadaşlık ilişkileriyle ilgili en çok müdahale ettikleri alanlardan 2. derecede öneme sahip olanların başında “**Karşı cinsten kişilerle arkadaş olma**” gelmektedir. Bunu sırasıyla “**Arkadaşlarla birlikte gidilen yer**”, “**Kimlerle arkadaşlık edeceği**”, “**Karşı cinsle duygusal ilişki**” ve “**Arkadaşlarla birlikte olunan saatler**” ile “**arkadaşlarla yapılan etkinlik**” gelmektedir.

3.3. Benlik Saygısıyla İlgili Elde Edilen Sonuçlar

3.3.1. Katılımcıların Benlik Saygılarının Cinsiyet ve Arkadaş Sayısı Bakımından İncelenmesi

Katılımcıların özsaygı düzeylerinin cinsiyet faktörüne göre değişip değişmediğini öğrenmek amacıyla “Bağımsız gruplar t testi” yapılmış, elde edilen bilgiler Tablo 25’te görülmektedir.

Tablo 25: Cinsiyete Göre Benlik Saygısına İlişkin Bağımsız Gruplar T- Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
Öz saygı değeri sorularının derecesi	Kız	149	1,8926	,59435	,04869
	Erkek	170	1,9706	,58001	,04448

Tablo 25’te görüldüğü gibi araştırmaya katılan 149 kızın öz saygı değeri ortalaması 1,8926, 170 erkeğin ortalaması ise 1,9706 olarak bulunmuştur. Erkek ergenlerin özsaygı düzeyleri daha yüksek çıkmasına karşın Sig (2 -tailed) ,237 >0,05 olduğundan kız ve erkek katılımcılar arasında öz saygı değerinin anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır.

Öğrencilerin arkadaş sayılarıyla özsaygıları arasındaki ilişkinin incelendiği test sonuçları Tablo 26’da görülmektedir.

Tablo 26: Katılımcıların Arkadaş Sayısı ve Özsaygı Düzeyleri

Öz saygı değeri								
Şu anda yaklaşık kaç arkadaşınız var?	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
1-3	8	1,5000	,53452	,18898	1,0531	1,9469	1,00	2,00
4-7	27	1,8519	,53376	,10272	1,6407	2,0630	1,00	3,00
8-12	42	1,9286	,55843	,08617	1,7546	2,1026	1,00	3,00
13-20	126	2,0159	,60642	,05402	1,9090	2,1228	1,00	3,00
20 ve üstü	116	1,8966	,58054	,05390	1,7898	2,0033	1,00	3,00
Total	319	1,9342	,58712	,03287	1,8695	1,9988	1,00	3,00

Tablo 26'daki bulgulara göre arkadaş sayısı 13-20 arası olan katılımcıların öz saygı değer düzeyleri (2,0159) en yüksek iken arkadaş sayısı 1-3 arası olan katılımcıların özsaygı düzeyi (1,5000) en düşük düzeydedir.

Tablo 27: Öğrencilerin Arkadaş Sayılarına göre Özsaygı Düzeylerinin farklılığına İlişkin Bulgular

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2,698	4	,674	1,981	,097
Within Groups	106,920	314	,341		
Total	109,618	318			

Tablo 27'deki bulgulara göre % 95 güven düzeyinde yapılan F testi sonucuna göre örgüt kültürü için anlamlılık değeri $p=0,097>0,05$ bulunduğundan öğrencilerin arkadaş sayılarıyla özsaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

3.3.2. Karşı Cinsiyetten Arkadaş Durumuna Göre Özsaygı Düzeyleri

Katılımcıların özsaygı düzeylerinin karşı cinsiyetten arkadaş durumuna göre değişip değişmediğini öğrenmek amacıyla "bağımsız gruplar t testi" yapılmıştır. Karşı cinsiyetten arkadaş durumuna göre katılımcıların özsaygı düzeylerine ilişkin bağımsız gruplar t testi sonuçları Tablo 28'de verilmiştir.

Tablo 28: Karşı cinsiyetten arkadaşı olan/olmayan katılımcıların özsaygı düzeyleri

Şu anda karşı cinsten arkadaşınız / arkadaşlarınız var mı?		N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
Öz saygı değeri sorularının derecesi	Evet	283	1,9505	,57522	,03419
	Hayır	36	1,8056	,66845	,11141

Tablo 28' görüldüğü gibi araştırmaya katılan 319 öğrenciden 283 tanesinin karşı cinsiyetten arkadaşı var ilen 36 öğrencinin ise olmadığı anlaşılmaktadır. Karşı cinsten arkadaşı olan 283 kişinin öz saygı değeri ortalaması 1,95 iken karşı cinsten arkadaşı olmayan 36 kişinin öz saygı değeri ortalaması 1,80 olarak bulunmuştur. Sig (2 -tailed) ,163>0,05 olduğundan karşı cinsten arkadaşı olan ve olmayanlar arasında öz saygı değeri bakımından anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır.

3.3.3 Katılımcıların Duygusal İlişki Durumuna göre Özsaygı Düzeyleri

Karşı cinsiyetten romantik bir arkadaşı olan ve olmayan katılımcıların özsaygı puanlarının değişip değişmediğini öğrenmek amacıyla “Bağımsız gruplar t testi” yapılmıştır. Bu sonuçlar Tablo 29’da ele alınmaktadır.

Tablo 29: Katılımcıların Duygusal İlişki Durumuna göre Özsaygı Düzeyleri

Karşı cinsiyetten biriyle romantik bir ilişkiniz var mı?		N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
Öz saygı değeri derecesi	Evet	41	1,8293	,58747	,09175
	Hayır	278	1,9496	,58654	,03518

Tablo 29’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan 41 kişinin karşı cinsten biriyle duygusal bir ilişkisi olup öz saygı değeri ortalaması 1,8293 iken 36 kişinin karşı cinsten biriyle romantik bir ilişkisi olmadığı ve öz saygı değeri ortalamasının 1,9496 olduğu anlaşılmaktadır. Bu verilere göre Sig (2 -tailed), 221>0,05 olduğundan karşı cinsten biriyle romantik bir ilişkisi olan ve olmayanlar arasında öz saygı değeri bakımından anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır.

3.3.4. Arkadaşlık İlişkilerine Müdahale Edilen ve Edilmeyen Katılımcıların Özsaygı Düzeyleri

Tablo 30: Arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen ve edilmeyen öğrencilerin benlik saygısı değerleri

	Aileniz, arkadaşlık ilişkilerinize müdahale eder mi?	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
Öz saygı değeri sorularının derecesi	Evet	176	1,8750	,59161	,04459
	Hayır	143	2,0070	,57527	,04811

Tablo 30’da görüldüğü üzere ailesi tarafından arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen 176 kişinin öz saygı değeri ortalaması 1,87 iken ailelerinin müdahalesi olmayan 143 kişinin öz saygı değeri ortalaması 1,94 olarak bulunmuştur.

Arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen ve edilmeyen ergenlerin özsaygı değerinin karşılaştırması için yapılan “bağımsız gruplar t-testi” sonucuna göre müdahale edilen ve edilmeyen katılımcıların öz saygı değerlerinin birbirinden farklı olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre Sig (2 -tailed) ,046<0,05 olduğundan, arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen ve edilmeyen katılımcıların öz saygı değerlerinin anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır. Buna göre, ailelerin arkadaşlık ilişkilerine müdahale etmediği katılımcıların özsaygı düzeyleri ($X=2,0070$), arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen katılımcıların özsaygı düzeylerinden (1,8750) daha yüksek bulunmuştur.

BÖLÜM IV

TARTIŞMA VE YORUM

Tartışma ve yorum bölümünde, araştırma sonucunda ulaşılan bulgu ve bilgiler doğrultusunda yorumlar yapılarak, ulaşılan sonuçlar daha önce yapılmış olan paralel araştırma ve incelemelerle karşılaştırılarak benzer ve farklı bulguların değerlendirilmesi yapılmıştır.

4.1. Arkadaşlık ilişkileriyle ilgili tartışma ve yorum

4.1.1. Arkadaş Sayıları

Bu araştırmada, arkadaş sayısı ile ilgili ulaşılan en bariz bilgi, katılımcıların büyük bir çoğunluğunun 13'ten fazla arkadaşının olması ve az ya da çok tüm katılımcıların en az bir kaç arkadaşına sahip olması bulgusudur. Kendisini yalnız ve arkadaşsız gören hiçbir öğrenci bulunmamaktadır.

Katılımcıların tamamının arkadaşına sahip olduğu, önemli bir bölümünün de (% 39,5) 13'ten fazla ve 20'den fazla arkadaşına sahip olduğu (% 36,4) görülmüştür. Reisman (1978; akt., Çevik, 2007) tarafından yapılan benzer bir çalışmada, 17 yaşındaki öğrencilerin arkadaş sayılarının yaklaşık 19 olduğu tespit edilmiştir. Büyüksahin Çevik (2007) tarafından lise öğrencilerine yapılan başka bir çalışmada katılımcıların önemli bir kısmının arkadaş sayılarının ondan yüksek olduğu gözlenmiştir. Arkadaş sayıları bakımından, bu araştırmaların sonuçlarıyla benzer bulgulara ulaşıldığı ifade edilebilir.

Arkadaş sayılarının, cinsiyete göre değişip değişmediğine bakıldığında anlamlı olmasa da bazı farklılıklar bulunmuştur. Örneğin "20'den fazla" ve "8-12" seçeneklerinde erkeklerin oranları, kızlara oranla daha fazla iken, "13-20" ve "4-7" seçeneklerinde ise kızların daha çok olduğu dikkati çekmektedir. Çok (1993) tarafından üniversite öğrencilerine yapılan başka bir araştırmada, önemli bir fark olmamakla beraber kızların erkeklere oranla daha fazla arkadaşına sahip olduğu görülmüştür. Büyüksahin (2007) tarafından lise öğrencilerine yapılan başka bir çalışmada kızların arkadaş sayısının erkeklerden fazla olduğu bulunmuştur. Bu araştırmalardan hareketle ortaöğretim ve üniversiteli kızların arkadaş sayılarının erkeklerden daha fazla olduğu görülürken ortaokulda böyle bir sonuca ulaşamamıştır. Bu durumdan hareketle, ergenliğin ilerleyen

yıllarında kızların akran ve arkadaş ilişkilerine daha fazla önem verdiği ve daha sosyal oldukları varsayımına ulaşılabilir.

4.1.2. Yakın Arkadaş Sayıları

Bu araştırmada katılımcıların önemli bir bölümünün (% 36,4) 3 ile 4 arasında yakın arkadaşı olduğu görülmüştür.

Başka bir çalışma Demir (1990) tarafından ODTÜ öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Bu araştırmada, katılımcıların önemli bir kısmının yakın arkadaş sayılarının 1 ile 6 arasında değiştiği görülmüştür. Başka bir çalışmada Çevik (2007) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada yakın arkadaş sayısının en fazla 2-7 arasında olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre ortaokul, lise ve üniversiteli ergenlerin yakın arkadaş sayıları bakımından paralellik gösterdiği söylenebilir.

Arkadaş sayısı bu araştırmada yakın arkadaş sayılarından daha fazla bulunmuştur. Bu sonuç, Reisman (1978), Çok (1993) ve Çevik (2007) tarafından yapılan çalışmaların bulgularıyla benzerlik göstermektedir.

Yakın arkadaş sayısının cinsiyete göre değişip değişmediği konusunda farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Kızların 1 ile 4 arası yakın arkadaş sayılarının daha yüksek olduğu görülürken; erkek öğrencilerin “Hiç yok”, 5-10 ve 10’dan fazla seçeneklerini daha fazla işaretledikleri görülmüştür.

Çevik (2007) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada, Kızların Hiç Yok ve 1-7 arası yakın arkadaş sayılarının daha yüksek olduğu gözlenirken; erkek katılımcıların ise 8-10 ile 10’dan fazla yakın arkadaşları olduğu gözlenmiştir. Çok (1993) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan başka bir çalışmada, önemli bir fark görülmemekle beraber erkeklerin yakın arkadaş sayılarının kızlardan daha çok olduğu bulunmuştur. Bu bulgulara dayanarak, yakın arkadaş sayısı bakımından ergenliğin farklı dönemlerindeki bireylerde benzer durumların olduğu söylenebilir.

Erişkinlik ve ergenlik dönemindeki öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerinde yakınlığını ele alan Buhrmester (1990), ergenlikte yakın ilişkiler kurmanın, normal arkadaşlıktan önemli olduğunu ifade etmiştir. Bununla birlikte ergenlikte yakın arkadaşlığın, uyum ve güçlü kişilikle ilgili olduğu, arkadaşlarıyla daha fazla paylaşımda bulunan ve ilişkiden psikolojik doyum elde eden ergenlerin daha sosyal ve güçlü kişiliğe sahip olduklarını vurgulamıştır. Ayrıca düşmanca davranışların, kaygıların ve depresif davranışların daha

az olduğunu ve bu bireylerin daha olumlu bir benlik algısına sahip oldukları ifade edilmiştir.

4.1.3. Arkadaşlık Süresi

Katılımcıların arkadaşlık süreleriyle ilgili en yüksek oranın '3-5 yıl' seçeneğinde olduğu, bunu sırayla '5 yıldan fazla', '1-2 yıl' ve 'Bir yıl olmadı' seçeneklerinin takip ettiği görülmüştür.

Bekata (1980) tarafından yapılan bir araştırmada Amerikan ve Türk üniversite öğrencilerinin yakın arkadaşlık sürelerini incelemiştir. Bu araştırmada, arkadaşlıkların 6 ay ile 6 yıl arasında değişen sürelerde en iyi arkadaşlığa dönüştüğünü ve yakın arkadaşlık seviyesine çıktığını belirtmiştir (Çevik, 2007). Çok (1993) tarafından üniversitede okuyan öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırmada ve Büyüksahin (2007) tarafından 11. sınıf öğrencileriyle yapılan başka bir araştırmada, katılımcıların büyük bir kısmının 2 ile 5 yıldır arkadaşlık ilişkisini sürdürdükleri bulunmuştur.

Bu bulgulara göre arkadaşlık süresi bakımından ortaokul, lise ve üniversitede okuyan öğrencilerin benzer özellikler gösterdiğini söyleyebiliriz.

4.1.4. Karşı Cinsiyetten Arkadaş

Katılımcıların önemli bir bölümü (% 88,7) karşı cinsiyetten bir arkadaşına sahip olduğunu ifade etmiştir. Bu sonuç, Arısoy (1983) tarafından 10. sınıf öğrencileriyle yapılan çalışmanın bulgularıyla (% 98) ve Çevik (2007) tarafından 11. sınıf öğrencileriyle yapılan çalışmanın bulgularıyla (% 88,3) benzerlik göstermektedir. Bu sonuçlardan hareketle, 7. 8. 10. ve 11. sınıf öğrencilerinin arkadaş seçiminde cinsiyete dayalı özel bir seçim yapmadıkları söylenebilir.

Bu araştırma sonuçlarından farklı olarak Gündoğdu (2003) tarafından yapılan başka bir araştırmada, 3. 4 ve 5. sınıfta okuyan ilkökul öğrencilerinin, kendi cinsinden birini arkadaş olarak tercih etme eğilimlerinin, karşı cinsiyetten birini tercih etme eğiliminden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durumun (ilkokulda okuyan çocuklarda daha çok kendi cinsinden, ortaokul ve liselerde ise her iki cinsiyetten arkadaş tercih etmeleri) gelişim dönemi özellikleriyle ilgili olduğu ifade edilebilir.

Araştırma bulgularına göre, karşı cinsiyetten arkadaşın olup olmama durumunun, cinsiyet faktörüne göre önemli bir farklılık görülmediği fakat kız öğrencilerin erkeklere göre karşı cinsten daha fazla arkadaşına sahip oldukları görülmüştür.

Ergenlik döneminde karşı cinsten arkadaş sahibi olmanın ergeni daha sosyal ve olumlu benlik saygısına sahip olması bakımından oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Daha önce de ifade edildiği gibi bu araştırmada ve önceki yıllarda yapılan diğer çalışmalarda, birbirine benzer bulgulara ulaşılmıştır.

4.1.5. Arkadaşlarla Nerede Tanışıldığı

Katılımcıların önemli bir kısmı (% 93,1) kendi cinsiyetinden olan arkadaşlarıyla okul ortamında tanıştıklarını ifade etmişlerdir. Bu maddeyi sırasıyla aynı mahalle/sitede oturmalarından (% 59,9), arkadaş aracılığıyla (% 45,5), ailelerinin tanışıklığı nedeniyle (%42,6), bir etkinlik sırasında (spor, müzik, gezi, kurs) (%38,2), İnternet ortamında (%16,9) maddeleri gelmektedir. Katılımcıların karşı cinsiyetten arkadaşlarıyla tanışmalarında da bunlara benzer vasıtaların olduğu görülmektedir. Benzer bir çalışmada Çevik (2007) tarafından lise öğrencileriyle yapılan araştırmada elde edilen sonuçlar ile yukarıdaki bulgular paralellik göstermektedir.

Arkadaşlarla nerede tanışıldığıyla ilgili elde edilen en önemli bilgi, öğrencilerin hemcinsleriyle ve karşı cinsiyetten bireylerle daha çok okul ortamında tanışmış olmalarıdır. Arkadaş ilişkilerinin başlangıcı sayılan ve sosyal bir ortam olarak okulun ve okul hayatının ne kadar önemli bir yer tuttuğunu ve okul yaşamının ergenlerin sosyalleşmesinde ne kadar önemli olduğu ortaya çıkmaktadır. Bununla beraber çocukların okulda geçirdikleri süreye bakıldığında böyle bir bulgunun çıkmasının normal olduğu düşünülmektedir.

4.1.6. Karşı Cinsiyetle Duygusal İlişkiler

Katılımcıların büyük bir bölümü (%87,1) karşı cinsten birisiyle duygusal bir ilişkisinin olmadığını belirtmişlerdir. Karşı cinsten duygusal bir arkadaşı olanların cinsiyetlerine bakıldığında önemli bir fark olmamasına karşın kız öğrencilerden duygusal bir ilişkisi olduğunu belirtenlerin oranı erkeklere göre daha fazladır.

Çevik (2007) tarafından lise öğrencileriyle yapılan benzer bir çalışmada elde edilen sonuçlar ile yukarıdaki bulgular paralellik göstermektedir.

Ergenlik döneminin başında ortalarında ve sonlarında yaşanan arkadaş ve akran ilişkilerinin niteliğinin biraz farklı olduğu görülmektedir. Ergenliğin ilk yıllarında hemcinslerle olan arkadaşlık ilişkileri yoğunken, daha sonraki dönemlerde karşı cinsiyetten bireylerle akran ve arkadaşlık ilişkileri önem kazanmaya başlar. Bu konuda Kon (1981) tarafından Avusturya'da yapılan bir çalışmada karşı cinsiyetten ergenlerle

arkadaşlık ilişkilerinin yoğunlaşmasıyla beraber hemcinslerle olan ilişkilerin zayıfladığı tespit edilmiştir. Ayrıca bu araştırmanın bir diğer önemli bulgusu ise hemcinslerle olan arkadaşlık ilişkilerinin ergeni karşı cinsiyetten ergenlerle arkadaşlığa hazırladığı ifadesidir (akt., Çevik, 2007).

Sonuç olarak, ergenlerin sosyal bir birey olmasında hemcinsle olan ilişkilerin yanı sıra karşı cinsiyetten bireylerle olan ilişkilerinin de oldukça önemli olduğu ifade edilebilir.

4.1.7. Yakın Arkadaşlarda Tercih Edilen Özellikler

Katılımcıların arkadaşlarında en çok önemsendiği özelliklerin başında sırasıyla **“Sırdaş ve güvenilir olması”, “Benim onayladığım kişilik özelliklerine sahip olması”** ve **“Başarılı olması”** “Benimle aynı dünya görüşüne sahip olması”, “Ailemin onayladığı kişilik özelliklerine uygun olması” ve “Sorunlarım yardımcı olması” şeklindedir.

Tali (2000) tarafından İsrail’de yapılan başka bir çalışmada, ergenlerin iyi arkadaşı tanımlarken kullandıkları “yardım eden”, “duygusal destek sağlayan” ve “düşüncelerin ve sırların ortağı” şeklindeki ifadeleri, bu çalışmadaki ‘sır saklama’, ‘güvenilir olma’ ve ‘sorunlara yardımcı olma’ maddeleriyle benzerlik gösterdiği anlaşılmaktadır.

Gündoğdu (2003) tarafından ilköğretim öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin iyi arkadaşı nasıl tanımladıkları araştırılmıştır. Katılımcıların arkadaşı, dürüst, iyi ve çalışkan olan kişi şeklinde tanımladıkları, ayrıca sınıf düzeyi arttıkça, öğrencilerin arkadaş tanımlarında kullandıkları özelliklerin de arttığı tespit edilmiştir.

Çevik (2007) tarafından lise öğrencilerine yönelik yapılan çalışmada öğrencilerin arkadaşlarında en çok tercih ettiği üç özelliğin “sırdaş ve güvenilir olması”, “onayladığım kişilik özelliklerine sahip olması” ve “başarılı olması” şeklindedir. Her iki araştırmanın sonuçlarının benzerliği görülmektedir.

Bu çalışmada katılımcıların, arkadaşlarında aradığı en önemli özelliğin “Sırdaş ve güvenilir olması” niteliğinin olması, katılımcıların gelişim dönemi itibarıyla bu özelliğin onlar için ne kadar önemli olduğunu göstermesi açısından çok önemlidir.

Ayrıca akranlarıyla daha seviyeli ve samimi arkadaşlık ilişkileri kurmak istedikleri ve her konuda arkadaşlarına güven ihtiyacı hissettikleri şeklinde açıklanabilir.

4.1.8. Arkadaşlık İlişkilerinde kullanılan sosyal medya araçları

Öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerinde bir iletişim aracı olarak kullandıkları sosyal ağlara bakıldığında en çok kullanılan sosyal medyanın WhatsApp olduğu görülmektedir. Onu sırasıyla Facebook, Instagram ve Snapchat takip etmektedir.

Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi'nin Türkiye ile ilgili bulgularında araştırmaya katılan 9-16 yaş arasındaki çocukların İnternet'i kullanmaya 10 yaş civarında başladıkları ve günde ortalama 1 ile 1,5 saat İnternet kullandıkları görülmüştür. İnternetin en çok okul ile ilgili işler için kullanıldığı (% 92), öte yandan oyun oynamak (% 49), haberleri takip etmek (% 40), eğlence ve video klip izlemek (% 59), müzik ya da film indirmek (% 40), akranlar ile sosyal ağlarda paylaşımda bulunmak (% 48) gibi etkinliklerin de yaygın olduğu gözlemlenmiştir (Akbulut, 2013).

Son yıllarda hızla artan internet kullanımı çocuk ve ergenleri etkilemiş ve bunun sonucunda çocuklar ile ergenler, interneti en yoğun kullanan sosyal sınıf olmuşlardır. Akran ilişkilerinde de iletişim kurmak ve paylaşımlarda bulunmak için sıkça kullanıldığı sonucuna varılabilir.

4.1.9. Sosyal medyada takip edilen arkadaş sayısı

Öğrencilerin sosyal medyada düzenli olarak takip ettikleri, iletişim kurdukları kişi sayısına bakıldığında en yüksek seçeneğin 50 ve altı olduğu, daha sonra sırasıyla 51-100 arası, 101-200 ve 201 üstü olduğu anlaşılmaktadır.

Şener (2009) tarafından Türkiye'deki Facebook kullanımı ile ilgili yapılan araştırma verilerine göre bir kullanıcının ortalama arkadaş sayısı 120'dir. Araştırmada ayrıca kullanıcıların % 27,2'sinin Facebook arkadaş listesinde 100-200, % 20,2'sinin 50-100, % 19,8'nin 300-500, % 19,4'ünün 200- 300, % 13,3'ünün ise 500'den fazla arkadaşı olduğu görülüyor. Bununla beraber kullanıcıların çoğunun (% 52,5) arkadaş sayısı, 200'den fazla ve Facebook dünya ortalamasının da üzerinde olduğu gözleniyor. Ortalama arkadaş sayısının fazla olması, Türk toplumunda sosyal ilişkilere ve arkadaşlığa verilen değerlerin bir göstergesi olabilir. Aynı çalışmada bazı kullanıcıların, Facebook'taki arkadaş sayısının, kişinin sosyal çevresini yansıttığını düşünmektedir. Bu nedenle bu kullanıcıların arkadaş sayısını sosyal bir statü gibi gördüklerini ve daha çok insana ulaşmaktan hoşnut olduklarını belirtmektedir.

4.1.10. Sosyal medyayı kullanma sıklığı

Öğrencilerin arkadaşlarıyla iletişime geçmek için sosyal ağları günlük ortalama kaç saat kullandıklarına bakıldığında en yüksek oranın günlük 1-2 saat seçeneği olduğu, bunu sırayla 3-4 saat ve 4 saatten fazla (%11,9) seçeneklerinin takip ettiği görülmektedir.

Şener (2009) tarafından Türkiye'deki Facebook kullanımı ile ilgili yapılan araştırma verilerine göre bir kullanıcının ortalama bağlanma süreleri incelenmiştir. Bu araştırma bulgularına göre ergenlik dönemindeki (13- 17 yaş) kullanıcıların Facebook'u daha aktif kullandıkları gözlenmiştir. Bu kullanıcıların % 40'ının her gün en az beş defa, % 30'u her gün 3-5 defa, % 15'i ise günde en az iki-üç defa bağlandıkları görülmüştür.

Bu araştırmalar ışığında internet kullanımının özellikle sosyal ağların ergenler için günlük pratiklerden olduğu ve vazgeçemedikleri alışkanlıklardan biri olduğu ve akran ilişkilerinde önemli bir yere sahip olduğu anlaşılmaktadır.

4.2. Ailenin müdahalesiyle ilgili tartışma ve yorum

Katılımcıların çoğu, akran ve arkadaşlarıyla olan ilişkilerine aile bireylerinin müdahalede bulunduğunu belirtmişlerdir. Bu sonuç, Çevik (2007) tarafından lise öğrencilerine yönelik yapılan çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Aile bireylerinin ergenin arkadaşlık ilişkilerine müdahale etmesinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmamakla beraber, kızların erkeklere göre daha fazla müdahaleye maruz kaldığı görülmektedir. Bununla beraber hangi sıklıkla müdahale edildiğine bakıldığında "Bazen" seçeneğinin en yüksek orana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç Oskay'ın (1985) ve Çevik'in (2007) araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Oskay (1985) tarafından yapılan benzer bir çalışmada, Türk gençlerinin arkadaşlıklarına ana babanın müdahalesi incelenmiştir. Bu araştırmanın en önemli bulgusu ise karşı cinsle arkadaşlık mevzuunda anne babaların kız çocuklarına daha otoriter, baskıcı ve katı davrandıkları, bu konuda erkek çocuklarına ise daha toleranslı davrandıkları bilgisidir. Arkadaş seçimiyle ilgili özellikle kızlar üzerinde büyük bir baskı olduğu ve annelerle kızlar arasında bu konuda büyük çatışmalar yaşandığı görülmüştür. Ergenin arkadaşlarıyla herhangi bir geziye katılması hususunda babalarla erkek çocuklar arasında herhangi bir çatışma olmadığı ancak annelerle biraz çatışma yaşandığı görülmüştür. Karşı cinsiyetten bir arkadaşın eve gelmesiyle ilgili anne babaların erkek çocuklarına yine daha demokratik, kız çocuklarına ise daha mutaassıp davrandıkları gözlenmiştir.

Bu çalışmada arkadaşlıklara en çok müdahale eden bireyinin anne olduğu, annenin arkasından sırasıyla baba, tüm aile fertleri, anne baba birlikte ve kardeşlerim

seçeneğinin geldiği gözlenmiştir. Ulaşılan bu sonuçlar, Çevik (2007) tarafından lise öğrencilerine yönelik yapılan çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Ailede arkadaşlık ilişkilerine müdahale eden bireyin, ergenin cinsiyetine göre değiştiği ve bu farkın anlamlı olduğu görülmüştür. Araştırma sonucuna göre kızlarda arkadaşlık ilişkilerine en çok müdahale eden aile ferdinin anne, erkeklerde ise müdahalenin daha çok baba tarafından yapıldığı tespit edilmiştir.

Arkadaş ilişkilerine müdahale eden aile bireyinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma yoktur. Ancak kızlarda da erkeklerde de en çok anne müdahalesinin olduğu, babanın müdahalesinin kızlara oranla erkeklerde daha yüksek olduğu dikkati çekmektedir. Çevik (2007) tarafından lise öğrencilerine yönelik yapılan çalışmada ise kızlarda anne müdahalesinin, erkeklerde ise baba müdahalesinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu durum ergenliğin başlarında tüm ergenlere daha çok annenin müdahale ettiği, yaş ilerledikçe özellikle erkek öğrencilerde annenin yetersiz ve etkisiz kalması sonucunda babanın devreye girdiği şeklinde yorumlanabilir.

Katılımcıların aileleri tarafından arkadaşlık ilişkileriyle ilgili müdahale edilen alanlar arasında sırayla “Kimlerle arkadaşlık edeceği”, “Arkadaşlarla birlikte gidilen yer”, “Karşı cins ile duygusal ilişki”, “Arkadaşlarla birlikte olunan saatler” yer almaktadır. Bu sonuçlar Çevik (2007) tarafından lise öğrencilerine yapılan benzer bir çalışmanın bulgularıyla benzerlik göstermektedir.

Gündoğdu (2003) tarafından yapılan benzer bir araştırmada, çocukların anne-baba ve öğretmenlerinin, onların arkadaş ilişkilerine ve tercihlerine müdahalede buldukları yönünde bulgulara ulaşmıştır. Aileler, çocuklarının arkadaşlarını aile çevresinden, akrabalarından, yakın çevreden ve tanıdık ailelerden seçmelerini beklemektedir. Ailelerin çocuklarının arkadaşlarında görmek istedikleri en önemli özelliklerin ise; Terbiyeli, iyi, saygılı, temiz, dürüst ve çalışkan olmalarıdır.

Katılımcıların ailelerinin, arkadaşlık ilişkilerine müdahalesiyle ilgili elde edilen en önemli bulgu, ailelerin arkadaşlık ilişkilerine büyük bir oranda müdahale ettiği bilgisidir. Ayrıca kızlara müdahale etme durumunun erkeklere göre çok daha yüksek olduğu, müdahale eden kişinin genellikle anne olduğu, müdahale sıklığının en fazla “bazen” seçeneği olduğu görülmektedir. Katılımcıların ailesi tarafından arkadaşlık ilişkilerine en çok müdahale edilen konuların ise “Kimlerle arkadaşlık edeceği”, “Arkadaşla birlikte gidilen yer” ve “Karşı cins ile duygusal ilişki” olduğu görülmektedir.

4.3. Benlik Saygısıyla İlgili Tartışma ve Yorum

Öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin cinsiyet bağlamında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir. Çevik (2007) tarafından lise üçüncü sınıfta okuyan öğrenciler üzerinde yapılan araştırmada da aynı sonuç elde edilmiştir. Mullis ve Normandin (1992) tarafından yapılan bir araştırmada ergenlerde cinsiyet ile benlik saygısı düzeyi arasında önemli bir ilişki olmadığı, ancak ailenin gelir durumunun, eğitim düzeyinin ve sosyoekonomik statüsünün önemli bir faktör olduğunu bulmuşlardır (akt., Büyüksahin, 2007)

Bu araştırmaların aksine Brack, Orr ve Ingersoll (1987), 6, 8, 10 ve 12. sınıflarda bulunan öğrencilerle yaptıkları çalışmanın bulgularına göre, erkeklerin özsaygı düzeyleri, kızlardan daha yüksek bulunmuştur (Çevik, 2007).

Bu çalışmada arkadaş ve yakın arkadaş sayısına göre de benlik saygısı düzeyinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Bu çalışmaya benzer olarak Büyüksahin (2001) tarafından yapılan bir çalışmada yakın arkadaşı olan ve olmayan üniversiteli öğrencilerin özsaygı bakımından farklı olmadıkları bulunmuştur. Aynı şekilde Çevik (2007), lise öğrencilerinin yakın arkadaş sayısına göre benlik saygılarında farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Karşı cinsten arkadaşı olan 283 kişinin öz saygı değeri ortalaması 1,9505 iken karşı cinsten arkadaşı olmayan 36 kişinin öz saygı değeri ortalaması 1,8056 olarak bulunmuştur. Karşı cinsten arkadaşı olan ergenlerin benlik değeri biraz daha yüksek olmasına karşın bu iki grup arasında öz saygı değeri bakımından anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır. Çevik (2007) tarafından yapılan çalışmada da benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir.

Anette ve arkadaşları (1999) tarafından yapılan başka bir araştırmada, 15-18 yaşları arasında bulunan ve karşı cinsiyetten arkadaşı olan bireylerin, akranları tarafından daha çok kabul gördükleri, daha çok desteklendikleri, sosyal ilişkilerinde duygusal zekâ olarak daha yeterli oldukları görülmüştür. Ergenlikte karşı cinsiyetten biriyle kurulan arkadaşlığın özsaygıyı ve kimlik gelişimini önemli oranda etkilediği düşünülmektedir.

Karşı cinsiyetten birisiyle duygusal bir ilişkisi olan ve olmayan katılımcıların benlik saygısı puanları arasında önemli bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Çevik (2007) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada da benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Ancak Büyüksahin (2001) tarafından yapılan başka bir çalışmada romantik bir ilişkisi olmayan üniversite öğrencilerinin, diğerlerine göre özsaygı

düzeylerinin daha az olduğu ve duygusal olarak kendilerini daha yalnız hissettikleri bulgusuna ulaşmıştır. Bu farklı bulgulardan hareketle, gençlerin ergenliğin başlarında karşı cinsi tanımaya, keşfetmeye ve yaklaşmaya başladıklarını, normal düzeydeki arkadaşlıkların, ergenliğin sonraki evrelerinde duygusal birlikteliklere dönüştüğü söylenebilir. Dolayısıyla üniversite yıllarında karşı cinsten romantik arkadaşı olan öğrencilerin psikososyal açıdan kendilerini daha rahat ve sağlıklı hissettikleri düşünülebilir.

Arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen ve edilmeyen öğrenciler arasında öz saygı değeri bakımından anlamlı ve önemli bir farklılık olduğu anlaşılmaktadır. Ailelerin arkadaşlık ilişkilerine müdahale etmediği katılımcıların özsaygı değeri düzeyleri, arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen katılımcıların özsaygı değeri düzeylerinden daha yüksek olduğu görülmektedir. Güçray (1989) tarafından yapılan başka bir çalışmada, çocuk yuvasında ve ailesinin yanında kalan 9, 10 ve 11 yaşlarında olan çocukların benlik saygılarının gelişimini etkileyen faktörleri incelemiştir. Araştırma sonucunda, anne babaların demokratik tutumlarının, çocuklarda değerlilik duygusunu ortaya çıkardığı, benlik saygısını pozitif yönde geliştirdiği görülmüştür. Fakat baskıcı ve ilgisiz anne baba tutumlarının ise benlik saygısını negatif yönde etkilediği görülmüştür. Çevik (2007) tarafından yapılan başka bir çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Ailesi tarafından arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilen bireylerin, özsaygı puanlarıyla ilgili genel, aile ve toplam alt ölçek puanları arasında anlamlı bir fark ortaya çıktığı bulunmuştur. Diğer alt ölçeklerde böyle bir fark bulunmasa bile, ailesi tarafından arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilmeyen bireylerin puanları daha yüksek çıkmıştır.

Yapılan bu araştırma sonuçlarından ve elde edilen bulgulardan hareketle arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilmeyen, daha demokratik ve ilgili anne baba tutumlarıyla büyüyen ergenlerin kendilerini daha değerli hissettikleri ve benlik saygılarının daha yüksek olduğu söylenebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç

Ortaokul 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ve arkadaşlık ilişkileriyle ilgili bazı değişkenlerin benlik saygısıyla ilişkisinin incelendiği araştırmanın sonuçları aşağıdaki gibidir.

Araştırma neticesinde, katılımcıların büyük bir çoğunluğunun arkadaşlarının sayısı 15 ve üzeri olduğu, arkadaşı olmadığını belirten öğrencinin bulunmadığı, arkadaş sayısı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı, katılımcıların yakın arkadaş sayılarının genellikle 3 ile 4 arasında olduğu ve cinsiyet faktörüne göre anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmıştır. Ergenlerin çoğunun karşı cinsiyetten arkadaşı olduğu, arkadaş sayısının her iki cinsten eşit sayılarda olduğu, arkadaşlık süresinin genellikle 3 ile 5 yıl arasında olduğu görülmüştür. Öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun karşı cinsten duygusal bir ilişkisi olmadığını belirtmişlerdir. Öğrencilerin arkadaşlarıyla genellikle okul ortamında tanışmış olmaları, araştırma sonucunda elde edilen bir diğer bulgudur.

Arkadaşlık ilişkilerinde en çok tercih edilen özelliğin başında “Güvenilir ve sırdaş olma”, “Benim onayladığım kişilik özelliklerine sahip olması” ve “Başarılı olması” gelmektedir. Arkadaşlık ilişkilerinde iletişim ve paylaşım aracı olarak en çok kullanılan sosyal medyanın sırayla WhatsApp, Facebook, Instagram ve Snapchat olduğu, her gün en az 1-2 saat kullanıldığı dikkati çekmektedir.

Ergenlerin yarıdan fazlasının, arkadaşlık ilişkilerine ailelerinin müdahale ettiğini, kızların erkeklerden daha çok müdahaleye uğradığı ve arkadaşlık ilişkilerine müdahale eden aile ferdi genellikle anne olurken, müdahale sıklığının daha çok “Bazen” seçeneği olduğu görülmüştür. Ailelerin arkadaşlık ilişkileriyle ilgili en çok müdahale ettikleri alanların ise “Kimlerle arkadaşlık edeceği”, “Arkadaşlarla birlikte gidilen yer” ve “Karşı cins ile duygusal ilişki” olduğu dikkati çekmektedir.

Öğrencilerin benlik saygılarının cinsiyete, arkadaş sayısına, karşı cinsten arkadaşı olan ve olmayanlara göre anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir. Karşı cinsiyetten normal arkadaşı ve duygusal arkadaşı olan ve olmayan öğrencilerin özsaygı puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken, ailenin arkadaşlık ilişkisine müdahale etmesi durumunda özsaygı puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Arkadaşlık ilişkilerine müdahale edilmeyen ergenlerin benlik saygıları daha yüksek bulunmuştur.

Öneriler

Bu çalışmanın sonuçlarıyla ilgili olarak, bu konuda daha sonra yapılacak çalışmalara, araştırmalara ve uygulamalar ile araştırmacılara ışık tutması ve geleceğimizin teminatı olan gençlerin eğitiminden sorumlu olan herkesin yararlanması açısından yapılan öneriler aşağıda sıralanacaktır.

1. Bu araştırma sonucuna göre katılımcıların arkadaşlarının sayısı genellikle 13'ten yüksek olduğu ve arkadaşlarda tercih edilen özelliklerin başında “sırdaş ve güvenilir olma” maddesi olduğu tespit edilmiştir. Buradan hareketle, öğrencilerin ergenlik döneminde arkadaşlarına daha fazla yöneldiğini, onlarla zaman geçirmekten ve iletişim kurmaktan zevk aldığı görülmektedir. Çocukların ve ergenlerin sosyalleşmeleri açısından bu sonucun önemli olduğu düşünülmektedir. Çocukların sağlıklı ve yeterli bir birey olabilmeleri ve sosyalleşmeleri için ergenlikte kurulan arkadaşlık ilişkilerini, özellikle anne, baba ve öğretmenlerin desteklemeleri ve geliştirme çabası içinde olmalarının yararlı olacağı düşünülmektedir.

2. Araştırmada ulaşılan önemli sonuçlardan bir tanesi de katılımcıların arkadaşlarıyla çoğunlukla okul ortamında tanışmış olmalarıdır. Bu sonuç bize okul ortamlarının çocukların sosyalleşmesi açısından ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Bundan dolayı okul yöneticilerinin, okuldaki psikolojik danışman ve öğretmenlerin, okulda düzenlenen çeşitli sosyo-kültürel etkinliklerle arkadaşlıkların gelişmesi için zemin hazırlamalıdır. Özellikle arkadaşlık kurmakta zorluk yaşayan öğrenciler için sosyal ve iletişim becerilerinin gelişimini destekleyecek çalışmalar yararlı olabilir.

3. Ergenlikte karşı cinsle kurulacak sağlıklı ve seviyeli bir ilişkinin, benlik saygısının gelişimi ve ergeni yetişkin rollerine hazırlaması bakımından önemli olduğundan, anne ve babaların, çocuklarının hem cinsleriyle olduğu kadar karşı cinsle de arkadaşlık kurmalarını desteklemeleri ve daha demokratik bir tutum içinde olmaları gerekmektedir. Aile fertlerinin önyargılardan uzak, ergenin arkadaşlarını tanımaya çalışmalarının ve onu desteklemelerinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

4. Ergenlik döneminde yaşanan arkadaşlık ilişkilerinin kimlik gelişimi üzerindeki etkisi dikkate alınarak, psikologlar, psikolojik danışmanlar ya da alandaki diğer uzmanlar tarafından aile ve öğretmenlere “Ergenlik döneminde arkadaş ilişkileri” konusunda seminerler verilebilir.

5. Ergenlerin günün her saatinde ve hemen hemen her yerde bir iletişim ve paylaşma aracı olarak sosyal medyayı çok sık kullanmaya başladıkları dikkate alınarak güvenli internet kullanımı ve internet bağımlılığı konusunda ergenlere, ailelerine ve öğretmenlere seminerler verilebilir.
6. Bu araştırmada Ortaokul 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin benlik saygılarının arkadaşlık ilişkileri ve arkadaşlık ilişkileriyle ilgili bazı değişkenler açısından incelenmiştir. Başka bir çalışmada arkadaşlık ilişkileri ile ilgili yaşam doyumu, özgüven, sosyal beceri, bağımlılık, ders başarısı ve öfke kontrolü bakımından araştırma yapılabilir.
7. Bu çalışmada öğrencilere, aile fertlerinin arkadaşlık ilişkilerine müdahalesi sorulmuştur. Benzer bir araştırmada bunlara benzer sorular ebeveynlere sorulabilir.
8. Bu araştırmada gençlerin sosyal medyayı arkadaşlık ilişkilerinde ne kadar kullandıkları incelenmiştir. Başka bir araştırmada ergenlerin arkadaş ilişkilerinde ayrı bir öneme sahip olan teknolojinin (İnternet, telefon, televizyon, basın yayın vb.) kullanımıyla ilgili daha ayrıntılı inceleme yapılabilir.
9. Bu çalışmanın örneklemini 7. ve 8. sınıfta okuyan ve ergenliğin henüz başında olanlar oluşturmuştur. Benzer çalışmalar ilkokul, ortaokul ve lisede okuyan farklı düzeydeki öğrencilerle de yapılabilir.
10. Ergenlerin arkadaşlık kurma, geliştirme ve devam ettirme becerilerini geliştirilmek amacıyla arkadaşlık becerisi veya sosyal beceri eğitimlerinin yer aldığı deneysel çalışmalar yapılabilir.
11. Ergenlik dönemindeki gençlere “Arkadaşlık becerisi” eğitimi verildikten sonra, benlik saygısının gelişimi bakımından etkili olup olmadığı deneysel çalışmalarla sınanabilir.
12. Ergenlerin benlik saygılarını olumlu veya olumsuz yönde etkileyen tüm faktörleri kapsayan geniş örneklem gruplu deneysel araştırmalar yapılabilir.
13. Bireylerin özsaygılarının olumlu destek ve yapıcı bir yaklaşımla gelişebileceği tezinden hareketle, düşük benlik saygısına sahip olan öğrenciler tespit edilip bu öğrencilere grupla psikolojik danışma, psikodrama ile konuya uygun rehberlik etkinlik ve oturumları düzenlenebilir.

KAYNAKÇA

- Adler, A. (2003), "İnsan Doğasını Anlamak", (Çev. Deniz Başkaya), İlya Yayınları, İzmir
- Akboy, R. (2000), "Eğitim Psikolojisi", Mikro Yayınları, İzmir
- Akbulut, Y. (2013), "Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları", Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 3, Sayı 2
- Altıntaş, E. (1989), "Öğretmen Yetiştiren Fakülte Öğrencilerinin Benlik ve Mesleki Benlik Kavramları Arasındaki Bağdaşım Düzeylerini Etkileyen Bazı Faktörler", (YDT), Hacettepe Üniversitesi, Ankara
- Altıok, H. Ö. (2010), "Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeyi ile İlişkili Bazı Değişkenlerin İncelenmesi", Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, Aralık 2010, cilt:1, sayı:1
- Alisinanoğlu, F. (2002), "Gençlik Dönemi Özellikleri ve Genç Anne Baba İletişimi", Eğitim ve Bilim Dergisi, S. 62, Ankara
- Arısoy, S. (1983), "Lise II. sınıf düzeyindeki öğrencilerin arkadaş tercihleri", YLT, Ankara Üniversitesi SBE, Ankara
- Atak, H. (2010), "Kimlik Gelişimi ve Kimlik Biçimlenmesi: Kuramsal Bir Değerlendirme", Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, C.3, S.1, SS.163
- Bacanlı, H. (2004), "Kendini Ayarlamının Psikolojisi", MEB Yayınları, Ankara
- Balat, G. (2004), "Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi", FÜ, Sosyal Bilimler Dergisi, C.14, ss. 175, Elazığ
- Baltacı Ş. H., İşleyen, F., Özdemir, S. (2012), "Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Romantik İlişki Durumları ve Sosyal Ağ Kullanımlarına göre Etkileşim Kaygısı ve Sosyal Destek Algılarının İncelenmesi" Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 8, Sayı 2, ss.31
- Bilen, M. (1994), "Sağlıklı İnsan İlişkileri", Ankara: Armoni Yayıncılık
- Bilgin, N. (1988), "Sosyal Psikolojiye Giriş", İzmir: EÜ. Edebiyat Fakültesi Yayınları
- Buhrmester, D. (1990), "Intimacy of friendship, interpersonal competence and adjustment during preadolescence and adolescence", Child Development
- Buri, J.R. (1991), "Stability of Parental Nurture as a Salient Predictor of Self-Esteem", Paper presented at the Annual Convention of the APA, USA, Minnesota
- Büyükaşahin, A. (2001), "Yakın ilişki kuran ve kurmayan üniversite öğrencilerinin çeşitli etkenler yönünden karşılaştırılması", (YYLT), Ankara Üniversitesi SBE, Ankara

- Büyükaşahin Ç. G. (2007), “Lise 3. Sınıf öğrencilerinin Arkadaşlık ilişkileri ve Benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi”, (YYLT), ÇÜ, SBE, Adana
- Coleman, J. Hendry, L. (1990) “The Nature of Adolescence”, Second Edition, London
- Collins, W., Sprinthall N. (1995), “Adolescent Psychology” International Edition, SS.172
- Cüceloğlu, D. (1990), “İnsan ve Davranışı”, 27. Baskı, İstanbul: Remzi Kitapevi
- Cüceloğlu, D. (1998), “İçimizdeki Biz”, 19. Baskı, İstanbul: Sistem Yayınları
- Çankaya, B. (2007), “Lise I. ve II. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre incelenmesi, (YLT), Gazi Üniversitesi, EBE, Ankara
- Çevik, G. (2007), “Lise 3. Sınıf öğrencilerinin Arkadaşlık ilişkileri ve Benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi”, (YYLT), ÇÜ, SBE, Adana
- Çuhadaroğlu, F. (1996) “Adolesansta Psikolojik Gelişim Özellikleri”, Katkı Pediatri Dergisi
- Çuhadaroğlu F. (1986) “Adolesanlarda Benlik Saygısı” (YUT) Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Ana Bilim Dalı, Ankara
- Çok, F. (1993), “Üniversite öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ve bunun ana baba tutumlarıyla ilişkisi”, (YDT), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Delikara, İ. (2000), “Ergenlerin akran ilişkileri ile suç kabul edilen davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi”, (YYLT), Ankara Üniversitesi, SBE
- Dijital ajanslar, 1 Haziran 2016 tarihinde <http://www.dijitalajanslar.com/internet-ve-sosyal-medya-kullanici-istatistikleri> adlı internet sitesinden alınmıştır
- Duman, N. (2000), “Ankara liselerinde Çeteye Katılma Potansiyeli Olan Öğrenci Grupları ve Okul Sosyal Hizmeti”, (YDT), Hacettepe Üniversitesi, SBE, Ankara
- Erkan, S. Kaya, A. (2005), “Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları”, Ankara: Pagem A Yayıncılık
- Erikson EH. (1984), İnsanın Sekiz Çağı, (Çev. Üstün B.T. Şar V.), Ankara: Sevinç Matbaası
- Eriş, Y. (2013), “Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri”, (YYLT), Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İzmir
- Fehimoğlu Sinan, S. (1998), “Benlik, batılılaşma, yakın arkadaşlık ilişkisi: Ailesel benlik üzerine bir araştırma”, (YYLT), Boğaziçi Üniversitesi, SBE, İstanbul
- Fromm, E. (1995), “Özgürlükten Kaçış”, (Çev. Selçuk Budak), Öteki Yayınevi, Ankara

- Gander, M. J. Gardiner, H. W. (1998), “Çocuk ve Ergen Gelişimi” (Çev. B. Onur), Ankara: İmge Kitabevi.
- Geçtan, E. (1997), “İnsan Olmak”, Remzi Kitabevi, İstanbul
- Geçtan, E. (1996), Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar, 14. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul
- Gökçakan, N. Gökçakan, Z. Yılmaz, E. Şimşek, V. (2001), “VI Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı”, Nobel Yayıncılık, s.61, Ankara
- Gündoğdu, R. (2003), “İlköğretim 3. 4. ve 5. sınıf çocuklarının arkadaşlık konusundaki görüşleri ve arkadaşlık seçimlerini etkileyen etmenler”, (YYLT), ÇÜ, SBE, Adana
- Güngör, A. (1989), “Lise öğrencilerinin özsaygı düzeylerini etkileyen etmenler”, (YDT), Hacettepe Üniversitesi S.B.E, Ankara
- Güçray, S. (1989), “Çocuk yuvasında ve ailesi yanında kalan 9, 10, 11 yaş çocuklarının özsaygı gelişimini etkileyen bazı faktörler”, (YDT), Hacettepe Üniversitesi, SBE, Ankara
- Güven, A. (1991), “Farklı öğretim programı izleyen öğrencilerde algılanan ana-baba öğretmen tutumlarının benlik kavramına etkisi”. 8. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları Kitapçığı, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, İzmir
- Hallinan, M. T. (1979), “Structural affects on children’s friendships and cliques”, Social Psychology Quarterly, c.42, S.1
- Hortaçsu, N. (1997), “İnsan İlişkileri”, İstanbul: İmge Yayınevi
- Hunter, F.T. (1985), “Adolescent perceptions of discussions with parent and friend” c.21, S.3
- Işıtan, S. (2010), “Ergenlik Döneminde İlişkiler: Akran ve Romantik İlişkilere Genel Bakış”, Aile ve Toplum Dergisi, Cilt: 5, Sayı: 20
- İkizoğlu, M. (1993), “Demokratik ve otoriter ana-baba tutumlarının, lise son sınıf öğrencilerinin benlik saygısı üzerine etkisi”, (YDT), Hacettepe Üniversitesi, SBE, Ankara
- Kasatura, İ. (1998), “Kişilik ve Özgüven” İstanbul: Evrim Yayınları
- Kassin, S. (1998), “Psychology”, Second Edition, New Jersey: Prentice Hall
- Kaya, M. (1997), “Ailede Anne Baba Tutumlarının Çocuğun Kişilik ve Benlik Gelişimindeki Rolü”, OMÜİFD, sy.9, Samsun
- Kılıççı, Y. (1999), “Kişilik Gelişimini Kolaylaştırma”, (Edt. Yıldız Kuzgun), İlköğretimde Rehberlik, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara

- Kılıççı, Y. (2004), “Okulda Ruh sağlığı”, Ankara: Anı Yayıncılık
- Kırmter, N. (2012), “Benlik saygısı ve Din”, İstanbul: Kriter Yayınları
- Kito, M. (2005), “Self-disclosure in romantic relationships and friendships among American and Japanese college students”, (The Journal of Social Psychology), c.145, S.2, ss. 127-40
- Köknel, Ö. (1989), “Ana-Baba Okulları”, İstanbul: Remzi Kitabevi
- Köknel, Ö. (1999), “Kaygıdan Mutluluğa Kişilik”, Altın Kitaplar Yayınları, İstanbul
- Köknel, Ö. (2001), “Kimliğini Arayan Gençliğimiz”, Altın Kitaplar Yayınları, İstanbul
- Kula, N. (2001), Kimlik ve Din, Ayışığı Yayınları, İstanbul
- Kulaksızoğlu, A. (2000), “Ergenlik Psikolojisi”, İstanbul: Remzi Kitabevi
- Kuzgun, Y. (2002), “İlköğretimde Rehberlik”, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Küçük, S. (1984), “Ortaokul düzeyinde arkadaşlıkların kişilik özellikleri aile ile ilişkisi ve okul başarısıyla ilişkileri” (YYLT), Ankara Üniversitesi, SBE, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü, Ankara
- Nass, E.W (1991), “Familial Influences and Children’s Self-Esteem” Dissertation Abstracts International, 6142 B.
- Odacı, H. (1994), “Karadeniz Teknik Üniversitesi Fatih Eğitim Fakültesi öğrencilerinin yalnızlık, benlik saygısı ve yakın ilişkiler kurabilme düzeylerinin ve bu düzeyler arasındaki ilişkilerin incelenmesi”, (YYLT), Karadeniz Teknik Üniversitesi, SBE, Trabzon
- Onur, B. (1995), Ergenlik Psikolojisi, Hacettepe TAŞ Kitapçılık, Ankara
- Orbay, S. (1996), Psikiyatri Kliniğine Başvuran Çocuk ve Ergenlerin Ana Baba Tutumları, Benlik Kavramı ve Semptomlar Arasındaki İlişkinin Araştırılması, Ege Üniversitesi, SBE (YYLT), İzmir
- Oskay, G. (1985), “Arkadaş İlişkilerinden Kaynaklanan Ana-Baba, Ergen Çatışması”, Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi Dergisi, c.2, S.3, ss. 141-166
- Öner, U. (1985), “Benlik Gelişimine İlişkin Kuramlar”, Der. B. Onur, Hacettepe TAŞ Kitapçılık, Ankara
- Özcan, N. ve Buzlu, S. (2005), “Problemlerle internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: İnternet bilişsel durum ölçeğinin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği”, Bağımlılık Dergisi, 6 (1), 19-26

- Özkan, İ. (1994), “Benlik saygısını etkileyen etkenler”, Düşünen Adam Dergisi, s.7, ss. 6-7
- Öztürk, M. (1998), Psikanaliz ve Psikoterapi (3. Baskı), Bilimsel Tıp Yayınevi, Ankara
- Pirinççi, E. ve Ark. (2002). “Adolesanların Benlik Saygısı ve Öfke Aktarımında Aile Yapısının Rolü”; (www.firat.edu.tr/akademik/yuksekokulu/saglikmyo/adolesan.htm).
- Pişkin, M. (1997), “Türk ve İngiliz Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Yönünden Karşılaştırılması”, III. Ulusal PDR Kongresi Bilimsel Çalışmaları Kongre Kitabı, Adana: Ç.Ü. Eğitim Fakültesi PDR Anabilim Dalı ve Rehberlik Derneği Yayını
- Plummer, D. M. (2011), “Benlik Saygısı Çocuklarda Nasıl Geliştirilir” (1. baskı). Çev. Emel Aksay, İstanbul: Sistem Yayınları
- Roscoe, B. Kennedy, D. Pope, T. (1987), “Adolescent View of Intimacy Distinguishing intimate from nonintimate behaviour”, Adolescence, c.22, S.87, ss. 511-516
- Salmivalli, C. Isaacs, J. (2005), “Prospective relations among victimization, rejection, friendlessness, and children's self- and peer-perceptions”, Child Development, c.76, S.6, ss.1161-1171
- Satan, A. (2011), “Ergenlerde akran baskısı, benlik saygısı ve alkol kullanımı arasındaki ilişkilerin incelenmesi”, MÜ Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Dergisi, Sayı: 34, İstanbul
- Steinberg, L. (2005), Adolescence, Stephen B. Rutter, Seventh Edition
- Şalom (2016), “Sanal âlem fayda mı zarar mı?” 1 Haziran 2016 tarihinde <http://arsiv.salom.com.tr/news/print/20595> adresinden erişildi.
- Şener, G. (2009), “Türkiye’de Facebook Kullanımı Araştırması”, XIV. Türkiye’de İnternet Konferansı Bildirileri, Bilgi Üniversitesi, İstanbul
- Şimşek, D. (2010), “Yatılı ilköğretim bölge okulu ve ailesi yanında kalan sekizinci sınıf öğrencilerinin okul türü ve cinsiyete göre akran ilişkileri, sosyal destek algıları ve yaşam doyumları açısından incelemesi”, (YYLT), ÇÜ, SBE, Adana
- Tan, H. (1970), “Akademik Psikolojide Ego ve Benlik Kavramı”, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi, C. II, Sy. 1, Ankara, Ss. 3-16
- Taysi, E. (2000), “Benlik Saygısı, Arkadaşlardan ve Aileden Sağlanan Sosyal Destek” (YYLT), Ankara Üniversitesi, SBE, Ankara
- Tezcan, B. (2009), “Obez bireylerde benlik saygısı, beden algısı ve travmatik geçmiş yaşantılar”, (YUT), İstanbul

- Tosun, L. (2002), “Yüz Yüze Ortamda ve Bilgisayar Ortamında Kültürün, Cinsiyetin ve Benliğin Arkadaş ve Yakınlık Üzerine Etkisi”, Boğaziçi Üniversitesi, SBE, Psikoloji Programı, (YYLT), İstanbul
- Totan, T. (2008), “Ergenlerde Zorbalığın Anne, Baba ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi”, (YYLT), Abant İzzet Baysal Üniversitesi, SBE, Bolu
- Unlendorff, H. (2000), “Parents’ and children’s friendships Networks”, Issues, March
- Uyanık, B. (2000), “Farklı sosyo ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı ile ruhsal durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi” (YYLT), Hacettepe Üniversitesi, SBE, Ankara
- Yanbastı, G. (1990), “Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Kendi Ruh Sağlıklarını Değerlendirmeleri: Bir Karşılaştırma”, E.Ü. Psikoloji-Seminer Dergisi, V. Ulusal Psikoloji Kongresi Özel Sayısı, 8. sayı
- Yanbastı, G. (1996), Kişilik Kuramları, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir
- Yavuz, S. (2005), “Muğla Üniversitesi öğrencilerinin benlik saygısının incelenmesi”, Muğla Üniversitesi SBE Dergisi, Bahar 2005, Sayı: 14
- Yavuz, H. (1994), “Ergenlik Çağında Gelişmeyi Etkileyen Güçler”, İstanbul: Boğaziçi Yayınları
- Yavuzer, H. (2000), “Çocuk Psikolojisi”, İstanbul: Remzi Kitabevi
- Yavuzer, H. (2000), “Okul Çağı Çocuğu”, 4. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi
- Yavuzer, H. (2001), “Çocuk ve Suç”, İstanbul: Remzi Kitabevi
- Yıldız Kakırman, A. (2012), “Sosyal Paylaşım Sitelerinin Dijital Yerlilerin Bilgi Edinme ve Mahremiyet Anlayışına Etkisi”, Bilgi Dünyası Dergisi, 13 (2), ss.534-541
- Yiğit, H. (2010), “Ergenlerin Benlik saygılarının yaşam doyumu ve özlük nitelikleri açısından incelenmesi”, (YYLT), Selçuk Üniversitesi, E.B.E, Konya
- Yücel, N. ve Gürsoy, F. (2013), “Ergenlerin akran ilişkileri ile yalnızlık düzeylerinde internet kullanımının etkisi”, (Editör: M. Kalkan ve C. Kaygusuz), İnternet Bağımlılığı Sorunları ve Çözümleri, Ankara: Anı Yayıncılık
- Yüksekkaya, S. (1995), “Üniversite öğrencilerinde benlik saygısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi”, (YYLT), Ege Üniversitesi, S.B.E, İzmir
- Yüksel, G. (2002), Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi c.22, S.3
- Yörükoğlu, A. (1994), “Gençlik Çağı”, İstanbul: Özgür Yayınevi

Zimmerman, M.A., Copeland, L.A., Shope, J.T. ve Dielman, T.E (1997), "A Longitudinal study of self esteem implications for adolescent development", Journal of Youth and Adolescence, c.26, S.2

Zorbaz, O. ve ark. (2014), Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, C.29, S.1, SS.299-300



EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

Sevgili Öğrenciler,

Ortaokul 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin benlik saygılarının, arkadaş ilişkileriyle ilgili bazı etkenler açısından incelendiği bilimsel bir çalışma yapıyorum. Bu çalışmanın amacına ulaşabilmesi, sizin vereceğiniz cevaplarınızın samimiyetine ve doğruluğuna bağlıdır. Araştırma bilimsel bir nitelik taşıdığı için ankette yer alan maddelere vereceğiniz cevaplar, araştırmanın yönünü belirleyeceğinden objektif cevaplar verilmesi gerekmektedir. Anket ve envanteri cevaplayan öğrencilerin kimliği gizli tutulacaktır.

Bu maddelerin doğru veya yanlış cevapları yoktur. Bu nedenle cevaplarınızı verirken mantığınızdan çok duygularınıza kulak veriniz. Vereceğiniz cevaplar bireysel değil toplu olarak değerlendirilecektir. Araştırmaya olacak katkınızın, yanıtlarınızın dürüstlüğü oranında olacağını unutmayınız.

Lütfen aşağıda verilen ifadeleri dikkatle okuyunuz ve sizin için uygun olan seçeneği işaretleyiniz. Anlamakta zorlandığınız bir soru olursa sormaktan çekinmeyiniz.

İlginizden ve yardımlarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Mehmet ATMACA

Nişantaşı Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Sınıf : () 7 () 8

2. Yaş : () 13 () 14 () 15 () 16

3. Cinsiyet : () Kız () Erkek

Ek 2: ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ ANKETİ

1. Arkadaş sayınızı belirtiniz.

- 0 1-3 4-14 15-30 31-50
 51-100 Diğer (Belirtiniz)

2. Yakın arkadaş sayınızı işaretleyiniz. (Kanka)

- 0 1-2 3-4 5-7 8-10
 Diğer (Belirtiniz)

3. Yakın arkadaşlarınızın özellikleri nelerdir? Aşağıdaki maddeleri 1'den 12'ye kadar **önem sırasına göre** derecelendiriniz. (Sizin için en önemli olan maddeye 1, en önemsiz 12 rakamını yazınız)

- Okul ve derslerinde başarısı olması
 Güvenilir ve sır saklayan birisi olması
 Ailem tarafından kabul edilecek bir kişiliğe sahip olması
 Kişilik özelliklerinin bana uygun olması
 Benden daha farklı özelliklere sahip olması
 Diğer arkadaşlarımla aynı özelliklere sahip olması
 Düşünce ve görüşlerimizin aynı olması
 Okuldaki kurallara uyması - Disipline hiç gitmemiş olması
 Sorunlarımı önemseyip yardımcı olmaya çalışması
 Güzel veya yakışıklı olması
 Cömert olması
 Başka (belirtiniz).....

4. Şu anki arkadaşlarınızla yaklaşık ne zamandan beri arkadaşlığınız sürmektedir?

- 1 yıl olmadı 1-2 yıl 2-5 yıl 5 yıldan fazla

5. Şu anda karşı cinsinizden arkadaşınız / arkadaşlarınız var mı? Evet Hayır

6. Şu anki arkadaşlarınızın cinsiyet dağılımını aşağıdakilerden hangisi ifade etmektedir?

- Daha çok kendi cinsimdedir. Daha çok karşı cinstendir.
 Yaklaşık aynı sayıda kız ve erkek arkadaşım var

7. Kendi cinsinizden arkadaşlarınızla nasıl tanıştığınızı aşağıda belirtiniz. (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz)

- Aynı okulda olduğumuz için Aynı sitede/mahallede oturmamız
 Bir başka arkadaş aracılığıyla Ailelerimizin tanışıklığı nedeniyle
 İnternette Bir etkinlikte (Spor, müzik vb)
 Başka (Belirtiniz).....

8. Karşı cinsten arkadaşlarınızla nasıl tanıştığınızı aşağıda belirtiniz. (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz)

- Aynı okulda olduğumuz için Aynı sitede/mahallede oturmamız
 Bir başka arkadaş aracılığıyla Ailelerimizin tanışıklığı nedeniyle
 İnternette Bir etkinlikte (Spor, müzik vb)
 Başka (Belirtiniz).....

9. Şu an karşı cinsten birisiyle duygusal bir ilişkiniz var mı? Evet Hayır

10. Arkadaşlarınızla iletişim kurmak için en çok kullandığınız sosyal medya araçlarını sırayla yazınız?

- (a) (b) (c)

11. Sosyal medyada takip ettiğiniz arkadaş sayısını işaretleyiniz.

- 50'den az. 50-100 100-200 200'den fazla

12. Arkadaşlarınızla iletişime geçmek için sosyal medyayı kullanma sıklığınızı işaretleyiniz? (Günlük)

- 1-2 saat. 3-4 saat. 4 saatten fazla

13. Arkadaşlık ilişkilerinize aileniz müdahale eder mi? Evet Hayır

Bu soruya yanıtınız “ Hayır” ise 14. 15. ve16. soruları atlayarak Özsaygısı Envanteri'ne geçiniz.

14. Ailenizin arkadaşlarınızla olan ilişkilerinize müdahale etme sıklığını belirtiniz.

- Devamlı Genellikle Ara sıra Çok az

15. Arkadaşlarınızla olan ilişkilerinize en çok hangi aile bireyi müdahale etmektedir?

- Anne Baba Kardeşlerim Hepsi Diğer

16. Arkadaşlık ilişkilerinize aileniz daha çok hangi alanlarda müdahale etmektedir?

(Maddeleri, **önem sırasına göre** 1'den 7'ye kadar derecelendiriniz)

- Arkadaşlarımla birlikte olduğum saatlere
 Arkadaşlarımla birlikte takıldığımız mekânlara
 Arkadaşlarımla birlikte yaptığım faaliyetlere
 Eve getirdiğim arkadaşlarıma
 Karşı cinsten kişilerle arkadaş olmama
 Karşı cinsle duygusal bir ilişki yaşamama
 Kimlerle arkadaşlık kuracağıma
 Bunlar dışında (Belirtiniz)

Ek 3: COOPERSMITH ÖZSAYGI ENVANTERİ (Kısa Formu)

Aşağıda her insanın zaman zaman hissedebileceği bir takım durumlar, maddeler halinde sıralanmıştır. Bu maddelerde belirtilen ifadeler, sizin genellikle hissettiklerinizi tanımlıyor ve çoğunlukla size uygun geliyorsa ilgili maddenin önündeki EVET sütununa bir çarpı işareti (x) koyunuz. Bu ifadeler eğer sizin genellikle hissettiklerinizi tanımlamıyor ve çoğunlukla size uygun gelmiyorsa bu durumda da HAYIR sütununa bir çarpı işareti (x) koyunuz.

Evet Hayır

- () () 1- Başıma gelenlerden genellikle rahatsız olmam.
- () () 2- Sınıfın huzurunda konuşma yapmak bana çok güç gelir.
- () () 3- Elimden gelse kendimle ilgili değiştirmek istediğim pek çok özelliğim var.
- () () 4- Herhangi bir konuda fazla zorlanmadan karar verebilirim.
- () () 5- İnsanlar benimle birlikteyken hoş ve eğlenceli vakit geçirirler.
- () () 6- Evdeyken kolayca canım sıkılır ve keyfim kaçar.
- () () 7- Yeni şeylere alışmam uzun zaman alır.
- () () 8- Yaşıtlarım tarafından sevilirim,
- () () 9- Annem ve babam genellikle duygularımı dikkate alır.
- () () 10- Güçlükler karşısında pek direnmeden kolayca pes ederim.
- () () 11- Annemin ve babamın benden beklentisi çok fazla (aşırı derecede).
- () () 12. Olmak istediğim gibi davranmakta yani kendim olmakla zorlanıyorum.
- () () 13- Hayatımdaki her şey karmakarışık
- () () 14- Arkadaşlarım genellikle fikirlerimi izlerler.
- () () 15- Kendimi değersiz görüyorum.
- () () 16- Pek çok kere evden kaçmayı (başımı alıp gitmeyi) düşündüğüm olmuştur.
- () () 17- Okuldayken canımın sıkıldığını, moralimin bozulduğunu hissediyorum.
- () () 18- Çoğu insan kadar güzel görünümlü biri değilim.
- () () 19- Söyleyecek bir şeyim olduğunda onu genellikle çekinmeden söylerim.
- () () 20- Annem ve babam beni anlıyor
- () () 21- İnsanların büyük bir kısmı kadar sevilmiyorum.
- () () 22- Annemin ve babamın çoğu zaman beni sanki zorladıklarını hissediyorum.
- () () 23- Okuldayken çoğu zaman cesaretim kırılıyor.
- () () 24- Sık sık keşke başka birisi olsam diye arzuluyorum.
- () () 25- Bana güvenilmez, kendimi güvenilir biri olarak görmüyorum.

Ek 4: ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: Mehmet ATMACA

Doğum Yeri ve Yılı: Erzurum/ 1976

Medeni Durumu: Evli

Adres: Çamlık mah. Avukatlar Sokak. Aydos Park Evleri A Blok No:3

Pendik /İSTANBUL

Telefon: 0 505 899 57 00

E-Posta: mehmetatm@hotmail.com

ÖĞRENİM DURUMU

Derece	Program	Yıl
Lisans	Selçuk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik	1992-1996
Lise	Ankara Şentepe Lisesi	1989-1992
Ortaokul	Ankara Şentepe Ortaokulu	1986-1989
İlköğretim	İzmit Turgut Reis İlköğretim Okulu	1981-1986

MESLEKİ DENEYİM

Özel Eğitim Kurumlarında (Muhtelif İlköğretim, Ortaokul ve Lise)

Rehber Öğretmenlik

1996-2016