

T.C
NIŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ERGENLERDE UMUTSUZLUK VE BOYUN EĞİCİ
DAVRANIŞLAR İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yasemin ALTINSOY

Enstitü Ana Bilim Dalı : Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji

Tez Danışmanı : Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR

Haziran- 2016

T.C
NİŞANTAŞI ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**ERGENLERDE UMUTSUZLUK VE BOYUN EĞİCİ
DAVRANIŞLAR İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yasemin ALTINSOY

Enstitü Ana Bilim Dalı : Psikoloji
Enstitü Bilim Dalı : Psikoloji

“Bu tez ___/___/201___ tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATI	İMZA
Doç.Dr. Ali Haydar SAR		Basarlı
Doç.Dr. Abdullah İSKİKAR		Basarlı
Doç. Dr. K. İnan ÖZEL		Basarlı

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Yasemin ALTINSOY

20.06.2016



ÖNSÖZ

Ergenlik bireyin hayatında hızlı bir gelişim gösterdiği kritik bir süreçtir. Bu süreçte genç, bir yandan değişen bedenine alışmaya çalışırken diğer yandan kişilik gelişiminin getirmiş olduğu problemleri çözmeye çalışır. Elbette bu kişilik gelişimini şekillendirecek olan aile, arkadaşlar gibi yakın sosyal çevredir. Genç, çevresindeki kişilerle kurduğu doğru ilişkiler neticesinde, sağlıklı bir kişilik, olumlu bir benlik algısı geliştirebilir.

Olumlu benlik algısı geliştiremeyen gençler ise çevreleriyle iletişim kurmak ve sosyal bir statü edinmek gibi amaçlarla boyun eğici davranışlara başvurabilirler. Çevresiyle iletişim kurarken sıklıkla boyun eğici davranışlar sergileyen gençlerde, bir süre sonra umutsuzluk duygusu hakim olur. Umutsuzluk duygusu ise bir süre sonra kişide bazı psikiyatrik rahatsızlıklara yol açabilir, depresyona sebep olabilir hatta yoğun olarak yaşadığında kişiyi intihara sürükleyebilir.

Bu çalışma ile ergenlik dönemindeki gençlerin umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranışları arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere bağlı olarak ortaya konması hedeflenmiştir. Araştırmanın tamamlanmasında birçok kişinin katkısı olmuştur. Araştırma boyunca bana yol gösteren ve her soruma sabırla yanıt veren tez danışmanım Doç. Dr. Ali Haydar Şar'a, yüksek lisansa başlamam konusunda beni yüreklendiren, bu yolda benimle yürüyen, dostum, eşim Önal Altınsoy'a, ümitsizliğe düştüğümde beni cesaretlendiren kardeşim Güler Altınsoy'a, araştırmamın analizlerinde yardımcı olan Fulya Koyuncu'ya, başım sıkıştığında her soruma cevap veren kıymetli arkadaşım Leyla Sevim Yılmaz'a, araştırmamın farklı aşamalarında bana destek olan Emine Elçi ve Mehmet Elçi'ye, çalışma ortamımda ve çevirilerimde bana destek olan idarecim Osman Nuri Kul'a, araştırma boyunca destek olan arkadaşım Cihannur Akyüz'e, bu günlere gelmemde emeği olan aileme ve son olarak benimle oynayacağı oyunları erteleyen çok değerli çocuklarım Nilüfer Altınsoy ve Zafer Altınsoy' a teşekkürlerimi sunuyorum.

Yasemin ALTINSOY

KISALTMALAR

BEDÖ : Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği

BUÖ : Beck Umutsuzluk Ölçeği

BDÖ : Beck Depresyon Ölçeği

RBSÖ : Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Akt. : Aktaran

Ark. : Arkadaşları

Diğ. : Diğerleri

Vb. : Ve Benzeri

TABLO LİSTESİ

Tablo 1-a : Cinsiyet Değişkenine Göre Umutsuzluk Düzeyleri Puan Ortalamalarına Ait t Değerleri.....	47
Tablo 1-b : Cinsiyet Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Puan Ortalamalarına Ait t Değerleri	47
Tablo 2-a : Sınıf Düzeyi ile Umutsuzluk Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları.....	48
Tablo 2-b : Sınıf Düzeyi ile Boyun Eğici Davranışlar Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları	49
Tablo 3-a : Algılanan Sosyoekonomik Düzey Değişkeni ile Umutsuzluk Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları	49
Tablo 3-b :Algılanan Sosyoekonomik Düzey Değişkeni ile Boyun Eğici Davranışlar Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları.	50
Tablo 4-a :Algılanan Anne Baba Tutumları ile Umutsuzluk Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları	51
Tablo 4-b :Algılanan Anne Baba Tutumlarına Göre Umutsuzluk Puanları ile İlgili Post-Hoc Testi Sonuçları.....	52
Tablo 4-c :Algılanan Anne Baba Tutumları ile Boyun Eğici Davranışlar Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları	52
Tablo 5-a :Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin Boyun Eğici davranış Düzeyleri ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Pearson Korelasyon Katsayısı Yöntemi ile Karşılaştırılması	53

Tezin Başlığı: Ergenlerde Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranışlar İlişkisinin İncelenmesi

Tezin Yazarı: Yasemin ALTINSOY **Danışman:** Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR

Kabul Tarihi: 20.06.2016

Sayfa Sayısı: ix (ön kısım) + 65 (tez) + 3(ek)

Anabilimdalı: Psikoloji

Bilimdalı: Psikoloji

ÖZET

Bu araştırma, ergenlik dönemindeki lise öğrencilerinin, umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranışları arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Beck Umutsuzluk Ölçeği, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kişisel bilgi formu öğrencilerin cinsiyeti, sınıf düzeyi, algılanan sosyoekonomik düzeyi ve algılanan anne baba tutumları ile ilgili soruları içermektedir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. İstanbul ili Sultangazi ve Şişli ilçelerinde bulunan ve farklı liselerde okuyan 174 kız, 134 erkek, toplam 308 öğrenci araştırmaya katılmıştır. Veriler SPSS 22.0 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Analiz sürecinde t testi , ANOVA, Post-Hoc testlerinden Bonferoni analizi ve Pearson Korelasyon Katsayısı Çarpımı yöntemleri kullanılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre; öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri arttıkça boyun eğici davranış düzeyleri de artmaktadır. Öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri, algılanan anne baba tutumuna göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmakta ancak cinsiyet, sınıf düzeyi ve algılanan sosyoekonomik düzey değişkenlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Öğrencilerin boyun eğici davranışları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta ancak sınıf düzeyi, algılanan sosyoekonomik düzey ve algılanan anne baba tutumuna göre farklılaşmamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik, Umutsuzluk, Boyun Eğici Davranış.

Title of the Thesis: Ergenlerde Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranışlar İlişkisinin İncelenmesi

Author: Yasemin ALTINSOY **Supervisor:** Doç. Dr. Ali Haydar ŞAR

Date: 20.06.2016 **Nu. of pages:** ix (pre text) + 65 (main body) + 3(addition)

Department: Psychology

Subfield: Psychology

ABSTRACT

This research has been done to investigate the correlation between the level of despair and submissive acts of pubescent highschool students. In the research, Beck Despair Scale, Submissive Acts Scale and a personal information form, which has been prepared by the researcher, have been used to collect the data. Personal information form contains questions about the students' gender, grade level, perceived socio-economic level and perceived parents' behaviour. The research has been done by using relationally scanning model. The participants have been chosen from different highschools in Sultangazi and in Şişli, located in İstanbul. 174 girls and 134 boys, totally 308 students have participated in this research. Data have been analyzed by SPSS 22.0 statistical package programme. During the analysis, t test, ANOVA, Bonferoni Analysis which is one of the Post-Hoc tests, and Pearson's Correlation Coefficient Product have been used.

According to research results, there is a positive and meaningful correlation between students' despair levels and their submissive acts. As students' despair level increase, their submissive behaviours increase, too. Based on perceived parents' acts, students' despair levels differentiate in a statistically meaningful way but on the other hand there is no change observed, as the gender, grade level and perceived socio-economic levels differentiate.

Students' submissive acts may be seen in different ways according to their gender, although they don't change according to their class level, perceived socio-economic level and perceived parents' acts.

Key Words: Adolescence, Hopelessness , Submissive Behavior

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	ii
KISALTMALAR	iv
TABLO LİSTESİ	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE	7
1. Ergenlik Dönemi ve Gelişim Kuramları	7
1.1.Ergenlik Dönemi	7
1.2.Ergenlik Döneminde Fiziksel Gelişim	8
1.3.Ergenlik Döneminde Duygusal Gelişim	10
1.4.Ergenlik Döneminde Sosyal Gelişim	12
1.5.Ergenlik Döneminde Ahlak Gelişimi.....	13
1.6.Ergenlik Döneminde Kişilik Gelişimi.....	15
1.7.Ergenlik Dönemi Gelişim Görevleri	16
1.8.Gelişim Kuramcıları Açısından Ergenlik Dönemi.....	17
1.8.1.Eric Ericson'un Gelişim Kuramında Ergenlik Dönemi.....	17
1.8.2.Freud'un Gelişim Kuramında Ergenlik Dönemi	18
1.8.3.Piaget'nin Gelişim Kuramında Ergenlik Dönemi.....	19
2. Umutsuzluk	20
2.1.Umut ve Umutsuzluk Kavramları	20
2.2.Beck' in Umutsuzluk Modeli	22
2.3.Abramson, Alloy ve Metalsky' nin Umutsuzluk Teorisi	23
2.4.Umutsuzluk, Depresyon ve İntihar İlişkisi.....	24
2.5.Nedenleri Arasında “Umutsuzluk” Faktörünün Bulunduğu Bazı Ruhsal Bozukluklar	27
2.5.1.Yeğin majör depresyon bozukluğu	27
2.5.2.Distimi	28
2.5.3.Çekingen Kişilik Bozukluğu.....	28
3. Boyun Eğici Davranış	29

3.1.Boyun Eğici Davranış	29
3.2.Boyun Eğici Davranışlar İle İlgili Kuramlar.....	35
3.3.Boyun Eğici Davranış Sergileyen Bireylerin Özellikleri.....	36
3.4.Bireyleri Boyun Eğici Davranış Sergilemeye İten Nedenler	36
4. İlgili Araştırmalar.....	37
BÖLÜM 2: YÖNTEM	42
1. Araştırmanın Modeli	42
2. Evren ve Örneklem	42
3. Verilerin Toplanması	43
4. Verilerin Analizi.....	43
5. Veri Toplama Araçları	42
5.1.Kişisel Bilgi Formu	43
5.2.Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği	44
5.3.Beck Umutsuzluk Ölçeği	45
BÖLÜM 3: BULGULAR VE YORUM	47
1. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular	48
2. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Sınıf Düzeyi Değişkeni ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular.....	48
3. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Algılanan Sosyoekonomik Düzeyleri ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular	49
4. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Algılanan Anne Baba Tutumları ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular	51
5. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Boyun Eğici Davranış Düzeyleri ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular	53
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	54
KAYNAKÇA	61
EK-1.....	66
EK-2.....	67
EK-3.....	68
ÖZGEÇMİŞ.....	69

GİRİŞ

Ergenlik dönemi, insan hayatında kendinden sonraki gelişim dönemlerini önemli ölçüde etkileyen, bireyin kişiliğini şekillendirmek adına yoğun çaba, enerji harcadığı bedensel olarak hızlı ve ani fiziksel gelişimler yaşadığı önemli bir gelişim dönemidir. Nitekim Siyez (2012), doğumdan sonra fiziksel gelişimin en hızlı ve göze çarpıcı bir şekilde gerçekleştiği ikinci dönemin ergenlik dönemi olduğunu belirtmiştir (Siyez, 2012: 54).

Ergenlik çağı, gelişim dönemleri içinde üzerinde en çok durulan bir dönem olagelmıştır (Yeşilyaprak, 2013: 52). Ergen bireylerin toplum tarafından yeterince tanınmaması, anne babaların bu döneminin gelişimsel özelliklerinin yeterince farkında olmamaları, ergen-aile çatışmalarının kaynağı olmuştur. Bu dönem itibariyle olumlu yönlendirmeye ve desteğe ihtiyaç duyan ergenlerin, “haylaz”, “hırçın”, “huysuz” vb. niteliklemlerle toplum dışına itilmeleri, içinde buldukları gelişim görevlerini sağlıklı bir biçimde gerçekleştirememelerine neden olmaktadır. Bu nedenle, sadece bireylerin değil adeta toplumun geleceğini şekillendiren 12- 18 yaş grubu ergenler, bir araştırma konusu olarak önem teşkil etmektedir.

12 yaş, erinliğin başlangıcını, çocukluğun sona erişini ve gençlik kültürüne katılmayı gösterdiği için önemlidir. 18 yaş, birçok toplumda oy kullanma, sürücü belgesi alma, üniversiteye girme, evden ayrılma, işe girme, evlenme gibi önemli toplumsal ve hukuksal anlamlar taşır ve yetişkinlikten pay almayı simgeler (Onur, 2011: 24). 12- 18 yaşlar arasını kapsayan ergenlik döneminde, sağlıklı ruhsal yapıya sahip ergen bir bireyden, bu döneme özgü gelişim görevlerini tamamlaması beklenir.

Gelişim görevi kavramını geliştiren Havighurst’a göre, ergenlik dönemindeki gelişim görevleri; her iki cins yaşlılarıyla yeni ve daha olgun ilişkilere erişme, erkeksi veya kadınsı sosyal role erişme, bedenini kabul etme ve etkili bir şekilde kullanma, ana baba ve diğer yetişkinlerden duygusal bağımsızlığa ulaşma, evlilik ve aile hayatına hazırlanma, bir meslek için hazırlanma, bir değerler sistemi ve ahlak sistemi edinme, toplumsal açıdan sorumlu davranışı isteme ve kazanma olarak sıralanabilir (Bacanlı, 2004: 50).

Ergenlik döneminde ergen benmerkezciliği denilen herkesin ona dikkat ettiği gibi bir düşünce biçimi görülür. Bu düşünce biçimi yüzünden ergen herkesin ona baktığını, onu

gözlediğini düşünür ve kendini sürekli sahnede hisseder. Bu benmerkezcilik görüldüğü gibi çocuğun başkasının perspektifinden olaya bakamamasından farklıdır. Ergen başkasının perspektifini alabilmeye başladığı için “Ya onlar ne der?” diye düşünmeye başlamıştır (Bacanlı, 2004: 69).

Ergen benmerkezciliği, yukarıda sözü edilen gelişim görevleri ile birlikte ele alındığında, bu dönemde ana baba ve diğer yetişkinlerden duygusal bağımsızlığa ulaşan ergen birey, arkadaş çevresine yönelecek ve onlar tarafından kabul göreceği veya onaylanacağı kimliğe bürünecek ahlak ve değerler sistemini bu çerçevede oluşturacaktır. Yeni çevresi tarafından onaylanma, sosyal bir gruba ait olma ihtiyaçları, ergen bireylerde, bir süre sonra boyun eğici davranışlar sergilemeyi de beraberinde getirebilmektedir.

Yıldırım ve Ergene 'ye göre boyun eğici davranışlar, diğer bir deyişle itaat (submissiveacts), kişiler arası ilişkilerde, Batı kültüründen çok Doğu kültüründe egemendir. Ağırlıklı olarak Doğu kültürünün egemen olduğu Türkiye'de, saygı ile itaat kavramının karıştırıldığı, anne ve babaların çocuklarından, yönetenlerin yönetilenlerden, öğretmenlerin öğrencilerinden, büyüklerin küçüklerden saygı adı altında boyun eğici davranışlar istedikleri gözlenmektedir. Saygının egemen olduğu kişiler arası ilişkilerde birey özgürdür, bağımsız, yaratıcı ve üreticidir. Düşünür, karşı çıkar, değiştirir, değişir, alternatifler sunabilir. Oysa boyun eğici davranışların egemen olduğu kişiler arası ilişkilerde birey, kendisini daha az değerli ve önemli görmektedir, özgür değildir, söz hakkı sınırlıdır, yaratıcı ve üretici olmasına gerek yoktur. Yapması gereken emirlere uyar (Yıldırım ve Ergene, 2003: 226).

Boyun eğici davranış özelliğine sahip olan bireyler, kendisini daha az değerli ve önemsiz görmekte, buna bağlı olarak da farklı düşüncesini özgürce ifade edememekte ve “hayır” demekte zorlanmaktadır (Özkan ve Özen, 2008: 53).

Ergenlik döneminde arkadaş çevresine ait olmak ve bununla beraber sosyal bir statü kazanmak isteyen ergenler, boyun eğici davranışlarda bulunarak kimlik kazanma eğilimi gösterebilirler. Boyun eğici davranışlar günlük hayattaki rutin davranışlar üzerinden olabileceği gibi, kendi kimliklerini arayan ergen bireylerin birçok olumsuz davranış kazanmasında rol oynayabilmektedir. Sigara, uyuşturucu ve benzeri maddeleri

kullanması veya sınavlarda kopya vermesi, para getirmesi gibi istekler karşısında “hayır” diyemeyen gençlerde, bir süre sonra umutsuzluk ve kaygı düzeyi artacak, bu durum gelişmekte olan kişiliği üzerinde olumsuz izler bırakacaktır.

Beck (1963)’in bilişsel kuramına göre umutsuzluk depresyonun temelini oluşturmaktadır. Bu kuram kişinin benliğe ait negatif ve kötü duyguların, depresif belirtilerin belirmesinde, gelişmesinde ve ilerlemesindeki rolünü irdelemektedir (Yıldırım, 2015: 15). Ergenlik dönemindeki bireyler, buldukları gelişim döneminde, kişilik gelişimlerini ve fiziksel değişimlerini de içinde barındıran birçok soruya cevap aramaktadırlar. Bu dönemde olumsuz aile tutumları, arkadaş çevresi baskısı ve bu baskıya bağlı olarak ortaya çıkan boyun eğici davranışlar, düşük akademik başarı gibi birçok değişken yoğun bir şekilde umutsuzluk duygusunu tetiklemekte ve ergenlerde depresyonun ortaya çıkmasında önemli rol oynamaktadır.

Umutsuzluk düzeyi ve boyun eğici davranışlar ilişkisini inceleyen araştırmalara bakıldığında umutsuzluk düzeyi ile boyun eğici davranışlar arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin varlığından söz edilebilir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, liselerde eğitim görmekte olan ve ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin boyun eğici davranışları ile umutsuzluk düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını incelemektir.

Problem Cümlesi

Araştırmanın problem cümlesini “ Ergenlik döneminde bulunan lise öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?” sorusu oluşturmaktadır.

Alt Problemler

Araştırmanın alt problemleri aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

1. Ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin, cinsiyetlerine göre, umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

2. Ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin, okudukları sınıfa göre, umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
3. Ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin, algılanan sosyoekonomik düzeylerine göre umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
4. Ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin, algılanan anne baba tutumuna bağlı olarak umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
5. Ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın Önemi

Ergenlik dönemi, arkadaş çevresinin kişilik üzerinde anne baba tutumlarından daha fazla rol oynadığı bir dönemdir. Bu dönemde gençlerin en önemli kaygı ve hedefleri genellikle arkadaş gruplarıyla ilgilidir. Bir arkadaş grubuna dahil olma, var olan arkadaşlıklarını sürdürme, içerisinde buldukları arkadaş grubu tarafından onaylanma, arkadaşları arasında özellikle okul yaşamında ait oldukları arkadaş grubu aracılığıyla bir statü ve değer kazanma gibi yaşantılar ergen bireyler açısından birinci derecede önem taşır.

Tüm bu sosyalleşme ve arkadaş edinme sürecinde, ergenlik dönemi öncesinde olumlu anne baba ilişkileri kuramamış veya yetişkinler tarafından doğru rehberlik edilmemiş bireyler tamamen arkadaş güdümünün etkisi altına girebilir. Toplumda bir statü kazanmak, akademik başarı ile yakalayamadığı popülerliği arkadaş grubu aracılığıyla edinmek ve en önemlisi ‘ait olma’ duygusunu tatmin edebilmek için ergen boyun eğici davranışlara başvurabilir.

Ergenlik dönemi özellikleri, boyun eğici davranışlar ve umutsuzluk kavramları bir araya geldiğinde ergenlik dönemindeki bireyler için bir risk oluşturabilmektedir. Dilbaz ve Seber (1993), “Umutsuzluğun yer aldığı en önemli psikiyatrik bozukluklardan birisi depresyondur. Birçok deprese hasta psikiyatriste umutsuzluk ve umutsuzluk yakınması ile başvurur. Beck (1967), deprese hastaların %78'den fazlasının geleceğe olumsuz baktığını belirtmiştir. Bu oran deprese olmayan hastalarda ise %22'dir. Hastaların yakınmaları ve depresif belirtilerinin şiddeti arttıkça umutsuzluğun da arttığı klinik

çalışmalarla gösterilmiştir. Ayrıca depresyonun tüm bulguları içinde umutsuzluk ile en yakın ilişkisi olan intihar düşüncesidir. (Dilbaz ve Seber, 1993: 135)” diyerek umutsuzluğun önemini ve sonuçlarını vurgulamışlardır.

Lise öğrencilerinin içinde buldukları koşullar düşünüldüğünde gelecekle ilgili planlarına dair yoğun bir umutsuzluk yaşadıkları ifade edilebilir. Bu nedenledir ki ortaöğretimde öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini irdelemek önemli bir gereksinim olarak karşımıza çıkmaktadır (Tümkaya, Çelik ve Aybek, 2011: 80).

Bu araştırmanın, rehberliğin koruyucu ve önleyici olması ilkesi kapsamında, okullarda verilen psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerine katkı sağlaması açısından önem taşıdığı düşünülmektedir. Anne babaların ve öğretmenlerin, umutsuzluğun nedenleri, sonuçları, boyun eğici davranışlar ve nedenleri, boyun eğici davranışların önlenmesi, ergenlik dönemi özellikleri konusunda bilgilendirilmelerinin daha sağlıklı kişilik yapısına sahip bireylerin yetişmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Sayıtlar

1. Araştırmada kullanılan ölçeklerin, umutsuzluk düzeyini ve boyun eğici davranış düzeyini ölçmede yeterli olduğu,
2. Hazırlanan kişisel bilgi formunun araştırmaya uygun olduğu,
3. Araştırmaya katılan öğrencilerin kendilerine verilen kişisel bilgi formu, Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği’ni içten ve güvenilir bir biçimde yanıtladıkları,
4. Seçilen örneklemin evreni temsil ettiği, varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

1. Bu araştırma, 2015 – 2016 Eğitim – Öğretim Yılı içerisinde İstanbul ilinde bulunan ve ortaöğretim kurumlarında okuyan öğrenciler ile sınırlıdır.
2. Ayrıca araştırma verileri Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) , Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği (BEDÖ) ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunun ölçtüğü verilerle sınırlıdır.

Tanımlar

Boyun Eğici Davranış: Başkalarını kırmamaya, incitmemeye özen gösteren, herkesi memnun etmeye çalışan, iyiliksever olma eğilimli olan, 'evet' demeye eğilimli, hoşlanmadığı durumları ifade etmekte zorlanan, öfkelerini göstermekte zorluk çeken, sürekli onaylanma gereksinimi duyan, düşüncelerini ve haklarını savunamayan davranışlar sergileyen kişilik özellikleri kümesidir (Öztürk, 1997: 231, Gilbert, Allan, 1994: 295, akt. Köktuna, 2007: 8).

Umutsuzluk: Bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentilerin toplamıdır (Dilbaz ve Seber, 1993: 134).

Ergenlik Dönemi: Ortalama 12-20 yaşlarını kapsayan bireyin fiziksel, cinsel, psikolojik, sosyal değişim ve gelişmelerin yaşandığı, çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir (Eftekin, 2015: 8).

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE

1. ERGENLİK DÖNEMİ VE GELİŞİM KURAMLARI

1.1. Ergenlik Dönemi

Gelişimin sürekliliği ilkesince, insanoğlu, anne karnından ölüme kadar süren yolculuğu boyunca sürekli bir değişim ve gelişim göstermektedir. Bu süreçte, bazı dönemlerde fiziksel ve duygusal gelişimde ani hızlanmalar gözlenir. Genellikle 12- 18 yaşlar arasını kapsayan ergenlik dönemi de gelişimin yoğun olarak yaşandığı ve dışarıdan da rahatlıkla gözlenebildiği bir dönemdir. Ergenlik döneminin en belirgin özelliği fiziksel ve ruhsal olarak önemli değişimlerin yaşanmasıdır. Bu dönemin başında çocuk olarak adlandırdığımız bireyler ergenlik döneminin bitiminde bir genç olarak karşımıza çıkmakta ve adeta büyük bir dönüşüm yaşamaktadırlar.

Ergenlik döneminin başlangıç ve bitimi konusunda kesin bir zaman vermek zordur. Çünkü bu dönemde ortaya çıkan gelişim cinsiyet, beslenme, genetik, coğrafi şartlar gibi pek çok faktörden etkilenmektedir (Selçuk, 2007: 31).

Ergenlik dönemi, kişinin, birey olarak kim olduğunu keşfettiği, bağımsızlık duygusunun geliştiği, sosyal yakınlıklar geliştirdiği, cinsel duygularını ifade ettiği, başkalarıyla fiziksel temastan keyif aldığı ve toplumda statü kazandığı bir dönemdir (Karabekiroğlu, 2014: 20).

Ergenlik dönemi, aynı zamanda büyük bir heyecan, dünyaya açılma ve neyin varisi olduğumuzu keşfetme dönemidir. Yeni araçların, becerilerin ve duyguların edinim ve gelişim zamanıdır. Babalarımızdan daha fazla şey bildiğimizi keşfederiz. Başkalarının bizi fark ettiğini fark ederiz ve bu, yeni bir heyecan aynı zamanda bir tehdit oluşturur (Steiner & Feldman, 2012: 12).

Cinsel enerjinin genital bölgelere odaklandığı bu dönemde, kişi yetişkin olma yolunda ilerlemektedir. Fallik dönemde de benzeri görülen genital bölgelere ilgi, bu kez farklı bir seyir izlemektedir. Karşı cinse ilgi duyma ve duygusal beraberlik yaşama isteği artmıştır (Tuzcuoğlu, 2005: 133).

Bu evreye bir başkalaşım evresi gözü ile de bakılabilir. Nasıl kozadan çıkan tırtıl, ne kozadaki biçimine ne de kelebeğe benziyorsa; aynı biçimde ergen de ne çocuk ne de

erişkin olan, kimliğini belirleme savaşımı içinde çarpınan bir bireydir (Yavuzer, 1994: 243). Gençler, ne “yetişkin” ne de “çocuk” olarak kabul edildikleri bu döneme uyum sağlamakta güçlük çekerler (Erden ve Akman, 2008: 50).

Ergenlik döneminin birçok kuramda üç alt döneme ayrıldığını görürüz. Bu dönemler sırasıyla:

- Erken ergenlik dönemi (12- 14 yaş)
- Orta ergenlik dönemi (14- 17 yaş)
- Geç ergenlik dönemi (17- 19 yaş)

Şeklinde sıralanabilir.

Erken ergenlik döneminde en temel gelişim, hormon düzeylerindeki belirgin artıştır. Hormonlardaki değişim beyni de doğrudan etkiler ve duygularda, davranışlarda, bilişsel işlevlerde belirgin değişimler başlar. Bu dönemde anne baba ile çatışmalar artar, yalnız kalma isteği ortaya çıkar ve dikkat bedendeki değişim üzerine toplanır. Erken ergenlik döneminin sonuna doğru cinsel fanteziler ve düşler ortaya çıkar; hatta ergen birey, bazen gününün büyük bir bölümünü cinsel konularla ilgilenererek geçirebilir. Genellikle öfkeli ve alıngandır.

Orta ergenlik dönemindeyse genç, değişime yavaş yavaş alışmıştır. Cinsel dürtülerini ve öfkelerini nasıl kontrol etmesi gerektiğini kavramıştır. Bağımsız olma uğraşısında ve buna bağlı olarak anne baba ile çatışmalarında artış gözlenir.

Geç ergenlik dönemindeyse büyüme ve değişme yavaşlar. Soyut kavramlar daha anlaşılır hale gelir. Kimlik ve dünya görüşü yavaş yavaş tutarlılık kazanır. Kendi sınırlarını keşfeden genç artık evlenme ve iş sahibi olma ile ilgili düşüncelere yönelir (Karabekiroğlu, 2014: 34-39).

1.2. Ergenlik Döneminde Fiziksel Gelişim

Ergenlik dönemi sırasında meydana gelen gelişimsel değişimler yaygındır ve gencin fonksiyonlarının neredeyse her alanında etkilidir. Çocukluktan başka, yaşamın hiçbir diğer aşamasında bu kadar hızlı değişimler meydana gelmez. Bunlar; görünüşü, davranışları, ruh halini, başkalarıyla ilişkileri ve risk almayı etkileyen pubertal değişimlerle başlar. Puberte hızlı büyüme, kilo alımı, vücut biçiminde değişimler,

üreme organlarının olgunlaşması, erkeklerde yüzde ve vücutta kıllanma, kızlarda göğüs gelişimi gibi ikincil cinsiyet karakteristiklerinin gelişimi ile birlikte gencin görünüşünde bariz değişimlere yol açar (Steiner ve Feldman, 2012: 21).

Ergenlik dönemi içinde bedensel yapının, çocukluk görünümünden çıkıp yetişkinlik yapısına ulaşması için süreci başlatan hipotalamus olmaktadır. Hipotalamusun gönderdiği sinyaller ile büyümeyi ve cinsel olgunlaşmayı sağlayan hormonların kandaki seviyesinde artış meydana gelir. (Erden ve Akman, 2008: 51) Ergenlik çağındaki değişiklikler, hipotalamusun etkisinde olan cinsel salgı bezlerinin kana bol miktarda salgı bırakmalarıyla başlar. Beyindeki hipofiz bezinin uyarılmasıyla, erkeklerde testosteron, kızlarda östrojen salgıları bol miktarda üretilmeye başlanır (Cüceloğlu, 2014: 345).

Ergenlik dönemindeki hızlı fiziksel gelişim kız çocuklarında, erkek çocuklarına göre daha erken yaşlarda gözlenir. Buna bağlı olarak 10 yaş civarındaki kız ve erkek çocukları karşılaştırıldığında kızların daha fazla gelişmiş olduğu görülür. Ancak ergenlik döneminin sonunda erkekler kızlara göre fiziksel olarak daha fazla gelişmiş ve daha güçlü bir hale gelmişlerdir.

Ergenlik evresinde kızlar ve erkeklerdeki bedensel gelişimler birbirinden oldukça farklıdır. Kızlarda ergenliğin ilk belirtisi olarak göğüsler büyür, sonra cinsel bölgede kıllanma başlar daha sonra boy uzunluğunda ani bir artış olur ve en son olarak ilk adet kanaması görülür. Erkeklerde ise önce testisler büyür, sonra cinsel bölgede kıllanma başlar, boy uzamasında ani bir artış görülür ve son olarak penisin büyümesi, sesin kalınlaşması ve sakalların çıkması gibi değişiklikler gözlenir. Bu evrede her iki cinstede kalçalar, göğüs kemikleri ve omuzlarda genişleme görülür ve bedenin büyümesi ile birlikte kalp ve akciğerlerin büyüklüğü ve kapasitesi artar. Kızlar yılda ortalama 5-10 kilo erkekler ise yılda ortalama 7,5-12 kilo alırlar. Ergenlik evresi her iki cinsiyet için de 16-17 yaşlarında sona erer (Ünver, 2015: 36).

Ergenlik dönemindeki gençlerin bedenleri farklı oranda ve hızda büyüme gösterir. Örneğin el ve ayaklar, kol ve bacaklara göre daha hızlı büyür. Bu durum, gençlerin, devinimleri dengeli bir biçimde yapamamasına sebep olur. Bu yüzden sık sık takılıp

düşebilirler ve sakarlaşırlar. 18 yaşına doğru bedensel oranların dengelenmesiyle birlikte bu durum ortadan kalkar.

Ana baba ve öğretmenler ergenlik döneminin bu özelliğinin farkında olmalı, onu beceriksizlikle suçlamamalı ve ergenin kendini algılayışı üzerinde olumsuz bir etkiye neden olmamalıdır. Ergenin bu dönemi olumlu atlatabilmesi için enerjisini olumlu bir biçimde kanalize edeceği etkinliklere yönlendirilmesi gerekir. Örneğin spor, müzik, resim gibi zihin-kas koordinasyonu gerektiren etkinlikleri yapabilmeleri için onlara uygun öğrenme-öğretme ortamları sağlanmalıdır (Yavuzer ve ark. , 2008: 29).

1.3. Ergenlik Döneminde Duygusal Gelişim

Ergenler üzerinde yapılan araştırmalar bu dönemde onların çeşitli sorunlar yaşadıklarını ve yardıma ihtiyaç duyduklarını göstermiştir. Çocukluktan yetişkinliğe geçişin fiziksel ve cinsel değişimleri, değer ve tutumlardaki değişimler; bir meslek seçme, bir yaşam felsefesi oluşturma gibi amaçlar bu dönemde ergene belirsizliklerle ve kararsızlıklarla dolu bir süreç yaşatır (Yeşilyaprak, 2013: 54).

Yörükoğlu, “Çocuk Ruh Sağlığı” adlı kitabında ergenlik dönemindeki bireylerin davranışlarını: “Duyguları, hızlı iniş çıkışlar gösterir. Çabuk sevinir, çabuk üzülür ve çabuk sinirlenir. Ufak şeyleri sorun yapar ve tepkileri önceden kestirilemez. Derslere ilgisi azalmış ve çalışma düzeni bozulmuştur. Kuralların çokluğundan yakını. Dağınıktır ve buna ergen sakarlığı eşlik eder. Sık sık yemek yer. Gürültülü müzik dinler. Dış görünüşüne önem verir. Gizliliğe önem verir. Odasına girilmesinden ve gizli tuttuğu notların okunmasına çok sert tepki gösterir. Toplumsal olaylara ve politikaya ilgileri artar. Kulaktan dolma görüşleri savunur. Ailesiyle çatışma halindedir.” şeklinde sıralamıştır (Yörükoğlu, 2014: 375-376).

Duygusal yönden yine benlik duygusu ile yakın ilişkili olan genç, bu yaşlarda, soyut düşüncelere, hayallere ve içselleşen duygulara daha çok bağlanır. Genellikle toplum ve yaşlıları tarafından kabul gören, toplumsal bir katılımcı olarak uygun biçimde etkileşimde bulunabilmek için duygularını denetim altına almada artık daha yeteneklidir (Aytar, 2015: 122).

Duygularda istikrarsızlık, âşık olma, mahcubiyet ve çekingenlik, aşırı hayal kurma, tedirgin ve huzursuz olma, yalnız kalma isteği, çalışmaya karşı isteksizlik ve çabuk heyecanlanma gibi duygularla ergenlik döneminde sık karşılaşılır (Kulaksızoğlu, 2014: 66-69).

Çocukluktan ergenliğe geçiş döneminde hormonal değişimler ortaya çıkmaya ve buna bağlı olarak birey, içsel duygu ve kaygıların göstergesi olarak kendi cinselliğine karşı daha duyarlı olmaya başlar. Bu süreçte genç, gerçek duygularını paylaşmaktan çekinme eğilimi içindedir (Aytar, 2015: 122).

Ergenlik döneminin temel özelliklerinden biri olan güvensizlik ergenin atılgan, gösterişçi ya da çekingen bir kişi olmasına sebep olabilir. Bu evrede ergen, başkalarının kendisi hakkında vereceği hükümler konusunda aşırı duyarlıdır. Ergenler genellikle kendilerini yaşlılarıyla kıyaslarlar. Bu kıyaslama sonucu kendilerinde eksik buldukları özelliklerden dolayı karamsarlığa düşerek üzüntü duyarlar. Ancak zaman zaman başkalarının takdirini kazanma arzusu ağır basar ve genç yeniden hırslanabilir. İşte bu tür farklı etkenler gencin duygusal dünyasında dengesizliklere sebep olur. Bir gün çok neşeli olan bir genç diğer gün üzüntülü ve içine kapanık olabilir (Yavuzer, 1994: 246).

Ergenliğin sonlarına doğru gençler, kişisel bakımdan kendilerine zevk verecek biçimde toplumsal ve zihinsel becerilerini uygulamaya çalışırlar. Duygularını ve zihinsel yeteneklerini sınamaya çalışarak yaşamak, onların ilgisini çeker (Aytar, 2015: 123).

Genç, kendisinin sanatla ve kültürel geleneklerle ilişkisini fark ederek yeni duygusal bağlar geliştirir. Bir taraftan kendisini huzursuz ve bağımsız hisseder ama aynı zamanda kendi hayatının diğer yaşamlarla hatta dünya ile bir bağlantı içinde olduğunu keşfeder. Bu önemli bağlantının keşfedilmesi ile ergenlik döneminin çalkantılı dönemi adeta durur ve genç artık sorumluluk almaya hazır, kendi duygularını kontrol edebilir hale gelir (Draper, 1990: 420, akt. Aytar, 2015: 124).

Bütün bu durumlar, , eğitimde gencin kendini rahatça ifade edebileceği, güvendiği ve yakın hissettiği yetişkinlerle sağlıklı ilişkilere girebileceği demokratik bir ortam gerektirir. Ancak böyle bir ortam ergenin bu süreci sağlıklı bir şekilde yaşamasına yardımcı olabilir (Yeşilyaprak, 2013: 54).

1.4. Ergenlik Döneminde Sosyal Gelişim

Ergenlik dönemi ile birlikte kişinin çevresiyle olan ilişkileri de gelişir, artar ve nitelik değiştirir. Özellikle yaşlılarıyla sosyal ilişki kurma becerileri gelişir (Bacanlı, 2011: 57). bu dönemdeki genç toplumsal değerleri benimseme veya reddetme konusu da dahil olmak üzere birçok konu hakkında çelişkili düşüncelere sahiptir (Selçuk, 2007: 45).

Erikson ergenlik dönemindeki bireylerin hem cinsel hem de mesleki olarak benliğini oluşturma çabası içinde olduğunu düşünür. Erikson' un kuramını temel alarak araştırmalarını sürdüren Marcia, "Özdeşleşme Statüsü" adını verdiği dört basamaklı bir kuram ileri sürer. Bu basamakların her birinin sırasıyla gerçekleşmesi beklense de bireyler bazen bu basamakları tamamlayamayabilir ve birinde takılabilir. Sırasıyla "dağınıklık, körü körüne bağlılık, askıya almak ve özdeşleşmenin başarılması" basamaklarını içeren bu kuramın son aşamasında birey değer ve görüşleri gözden geçirmiş ve kendi için en uygun bulduğu bir özdeşleşmeye kendini adanmış ve bağlanmıştır (Cüceloğlu, 2014: 359). Bu özdeşleşme sürecinde ise ergenlik dönemindeki gençlerin büyük çoğunluğu için arkadaşları önemli bir yere sahiptir.

Bireyin en büyük bilişsel, duygusal gelişme gösterdiği ve her şeyi eleştirip, soruşturup, özgün ve yeni bir dünya kurmaya çalıştığı ergenlik çağında (adolescence), gencin dayanabileceği en önemli güven kaynağını arkadaşlık oluşturur. Her konuda dengesizlik içinde olan ve denge oluşturmaya çalışan çocuk, arkadaşlık konusunda dengesizlik içinde değildir. Bu yaşlarda yaşlılarının ergen üzerindeki etkisi çoğu kez ailenin etkisi kadardır, hatta bazı ülkelerde ondan daha büyüktür. Ne var ki bizim ülkemizde arkadaş grubunun aileden daha önemli olduğunu söyleyemeyiz (Cüceloğlu, 2014: 360).

Yine bu dönemde arkadaşlarınca kabul göremeyen çocuk güvensiz, kırgın ve küskün olur. Arkadaş grubunca itilme ve iletişim kurmaya çalıştığı akranları tarafından dışlanma, genci fazlasıyla üzer. Arkadaşları tarafından benimsenmeyenler, grubun etkisinde daha çabuk kalabilir. Buna karşın özellikle gencin belli bir alanda kendini geliştirmiş olması onun, arkadaşlarınca daha kolay benimsenmesini sağlar ve böyle gençler arkadaşları arasında sivrilebilir. Grup tarafından kabul edilmek, gencin kendine olan güvenini pekiştirir, arkadaşları arasında duygu ve düşüncelerini rahat bir şekilde dile getirebilir, başkalarının etkisinde daha az kalabilir (Kulaksızoğlu, 2014: 88).

Ergenlik döneminde çevresiyle yakın ilişki kurabilen, arkadaş grubu tarafından kabul gören ve sevilen gençlerin yetişkinlik dönemindeki sosyal ilişki kurma becerisi yüksek olacak ve çevresiyle olumlu ilişkiler kuracaktır. Elbette ergenlik dönemindeki yaşantıların olumlu ve daha sakin bir şekilde atlatılması geçmişle de yakından ilgilidir.

Ergendeki belirli eğilimlerin oluşumunda, ergenin daha çocukluk döneminde kazandığı duygusal, toplumsal ve zihinsel uyarılmaların önemi büyüktür. Bu sebeple, aile ortamı içinde yeterli destek ve deneyim fırsatı elde eden ergenler için bu dönem, daha dingin ve başarılı geçebilir (Yavuzer, 1994: 244). Bu dönem sağlıklı bir şekilde geçirilmediği takdirde ise genç aşırı bağımlı ya da aşırı bağımsız kişilik geliştirmeye eğilim gösterebilir (Selçuk, 2007: 45).

1.5. Ergenlik Döneminde Ahlak Gelişimi

Bir gencin ahlâk anlayışı, çocuğun ahlâk anlayışı ile aynı olmadığı gibi, olgun bir yetişkinin ahlâk anlayışıyla da aynı olmayacaktır. Doğru ve yanlışın ne olduğu ve iyi bir kişi olmanın ne anlama geldiğinin farkına varma hususunda ilk çocukluktan yetişkinliğe kadar bir gelişme söz konusudur (Clouse, 2000: 1).

Ergenlik öncesi dönemde ortalama her çocuğun ahlaki düşüncesi, “sen bana vurdun, ben de sana vururum” gibi daha çok yalın olan katı tepkilerden uzaklaşmaya başlar. Bu dönemde genç çocuk, biçimsel davranış düşüncesinin bilişsel evresine yaklaştıkça, yerleşmiş ahlak düşüncesi de egemen olma sürecine girecektir (Aytar, 2015: 88).

Ancak ergenlikle birlikte, biçimsel davranış düşüncesinin daha da gelişimi ile genç çocuk, ahlaki gelişmenin diğer evrelerine ulaşır. Genellikle uygulanabilir soyut ahlak kurallarına karşı büyük ölçüde güvenme duygusu yerleşmeye başlar, genç artık belli bir toplumsal gruba bağlı değildir. Genç bu noktada, anne-babasının toplumsal ya da politik inançlarını da artık sorgulamadan benimsemek istemeyecektir (Shaffer, 1999: 506, akt. Aytar, 2015: 88).

Kohlberg, ahlaki gelişim süreçlerini “gelenek öncesi düzey, geleneksel düzey ve gelenek sonrası düzey” şeklinde üç gruba ayırmış ve her bir başlığı iki alt başlığa ayırarak ahlak gelişimini daha yakından incelememizi sağlamıştır. Ahlaki gelişim basamakları, ceza ve itaat basamağından başlayarak evrensel ahlak ilkeleri düzeyine

kadar altı alt başlıkta incelenir. Ergenlik dönemindeki bir birey, bu basamakların herhangi birinde takılıp kalabileceği gibi, en üst ahlaki gelişim basamağı olan evrensel ahlak ilkeleri eğilimi düzeyinde de davranış sergileyebilir.

Bilişsel gelişimde ergenlik dönemi ile birlikte soyut işlemler dönemi de başlar. Soyut işlemler aşaması, bireyin geleneksel ahlak düzeyinin ötesine geçmesi için bir ön koşuldur. Bireyin yasalar karşısında eşitlik, adalet ve en iyiyi bütün insanlara sunmak, toplumsal sözleşmeler veya insan hayatının değeri gibi kavramları ele alması için onun soyut kavramlarla düşünebilmesi, somut durumları ele almanın ötesine geçebilmesi gerekir (Aytar, 2015: 89).

Yetişkinlikte yeni bir ahlaki düşünme yapısı oluşmamaktadır. Gelişimsel açıdan yetişkinlerin ahlakına egemen olan temel düzey, geleneksel düzeydir. Geleneksel düzey, soyut düşünme ve rol alma yeteneğinin ilerleme kaydettiği ergenlik döneminde ortaya çıkar ve yetişkinlik boyunca başlıca düzey olma özelliğini korur. Araştırmalar yüksek ahlaki evre özelliği gösteren bütün yetişkinlerin bunu daha ergenlik dönemindeyken göstermeye başladıklarını ortaya koymaktadır. Ergenlikte gerekli gelişim olanağını ve özgürlüğünü bulamayan kişilerin yetişkinlikte daha ileri bir ahlaka sahip olmaları olası değildir (Aytar, 2015: 89).

Kohlberg'in kuramına göre farklı ahlak düzeyindeki ergenlerin davranışları genel olarak şöyle özetlenebilir:

Gelenek öncesi düzeydeki ergen bireyler başkası görmedikçe kopya çekebilir, sürat yapabilir, kız veya erkek arkadaşını aldatabilir. Gelenek öncesi düzeyin ikinci aşamasındaki bir ergen ise yukarıda bahsi geçen davranışları yapmaz; ancak yapmamasının nedeni karşılaştığı ceza ve yaptırımlardır. Ceza ve yaptırımlar yoksa bu davranışların yapılmasının hiçbir mahzuru yoktur. Eğer ergen birey biraz daha ilerlemiş ve geleneksel düzeye yükselmişse ait olduğu grubun kendisi hakkında ne düşündüğünü önemser ve buna göre davranır. Geleneksel düzeyin ikinci aşamasında ise ergen, davranışlarının sadece ait olduğu grubun değerlerine değil toplumsal normlara ve kanunlara da uyması gerektiğine inanır ve ona göre davranır. Yaygın olmamakla birlikte bazı ergenlerin gelenek üstü düzeyde davranış gösterdikleri ve buna uygun ifadeler

kullanabilecekleri belirtilmiştir. Örneğin, kanunlar çerçevesinde iş yapsalar dahi bazı nükleer santralleri protesto edebilirler, kanunları eleştirebilirler (Clouse, 2000: 5).

1.6. Ergenlik Döneminde Kişilik Gelişimi

Cüceloğlu kişiliği, bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu ve diğer bireylerden ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimi şeklinde tanımlar. (Cüceloğlu, 2014: 404) Bu dönemde gencin benlik yapısı iyice şekillenmeye başlar. “Ben kimim?”, “Nereye gidiyorum?”, “Ne yapmak istiyorum?”, “Gelecekle ilgili beklentilerim nelerdir?” gibi sorular gencin zihnini fazlasıyla meşgul eder (Tuzcuoğlu, 2005: 142).

Ergenlik döneminde kişilik gelişimi üzerinde etkili olan faktörlerden en önemlileri aile ve arkadaş çevresidir. Arkadaş çevresi ile sosyal ilişkiler konusunda deneyimlerini artıran ve gelecekteki sosyal statüsü için hazırlık yapan ergen birey, ailesinin desteği ile de yaşadığı çatışmaları aşma, kişilik ve kimlik gelişiminde yaşadığı bunalımların üstesinden gelme, sorumluluk alma gibi konularda ilerleme kaydeder.

Aile yuvasında gördüklerinin olgunlaşmakta olan ergenin kişilik yapısını biçimlendirmede çok büyük, çok derin etkisi vardır. Aile yuvasının havası, aile bireyleri arasındaki ilişkiden doğar. Ana-babayla çocuk arasındaki belli başlı ilişkiler, güçlünün tutumuyla gücün (otoritenin) türünü ve bunların ergen üzerindeki etkisiyle gencin bunu algılayışını belirler. Ana- babayla çocuk arasındaki ilişkilerin, ilk bakışta bir hayli uyumlu olduğu sanılırsa da gerçekte karmaşık ve çok yönlü niteliği gözden uzak tutulmamalıdır. Ergenlik döneminde ana-baba kontrolüne karşı gelişen tepkiye koşturarak, otorite desteğine olan ihtiyaç, duygusal gerginliğe sebep olur. Başka bir deyişle, ergen isyankar tavır alışının yanında, anne ve babasının desteğine ihtiyaç duyar. Bu çift kutupluluk, ergenin iç çatışmasını artıran bir sebeptir. Ergene karşı baskı ve yasaklara dayanan bir disiplin anlayışı, olumlu ve yapıcı olması gereken bu evreyi çatışmalarla, olumsuz bir döneme dönüştürebilir (Yavuzer, 1994: 247).

Bu dönemde ergenin anne babasıyla var olan ilişkisinin güvene dayalı olması oldukça önemlidir. Güven duygusuyla donatılmış bir ilişkide genç, yaşamakta olduğu sorunlarına anne babasını da ortak edecek ve çözüme giden yolda onlardan destek alacaktır. Ancak bu şartlarda yetişen bir birey bağımsız hareket edebilen, verdiği kararların sorumluluğunu alabilen ve özgür düşünebilen bir birey olabilir.

Bu dönemde arkadaşlarıyla kurduğu sosyal ilişkinin önemi de gözden kaçırılmamalıdır.

Gençlik dönemi, karşı cinse duyulan husumetin yerini ilginin aldığı bir dönemdir. Bu ilgi, erkeklerde genel olarak 16 yaşından sonra gelişir. Ergenlik dönemi sonunda toplumsal davranışlarda olgunlaşma ve grupta genişleme görülür. Bu dönemde birey ait olduğu gruba fazla önem verir, grup normlarına uymak için büyük bir çaba sarf eder. Bu uyum yalnızca dış görünüş ve davranışları değil, aynı zamanda düşünceleri de kapsar. Birey genel olarak grubun benimsemediğini beğenmez, yapmadığını yapmaz. Grup normlarından ayrılmaktan çekinir. O, grup standartları doğrultusunda gereksinme ve isteklerine doyum sağlamak amacıyla sürekli faaliyet girişimlerinde bulunur (Yavuzer, 1994: 255).

1.7. Ergenlik Dönemi Gelişim Görevleri

Gelişim dönemlerinin her birinde bireyin kazanması gereken bazı davranışlar ve gerçekleştirilmesi gereken bazı görevler vardır. Havighurst bu görevlere ‘gelişim ödevi’ adını vermiştir ve şöyle tanımlamıştır: Bireyin yaşamındaki belli bir dönemde ortaya çıkan, başarıyla elde edildiğinde daha sonraki görevlerde başarıya ve mutluluğa yol açan, başarısızlığı durumlarda ise kişide mutsuzluğa, toplumun hoş görmemesine, daha sonraki görevlerde zorluklara yol açan görevdir (Bacanlı, 2014: 44). Gelişim ödevlerini,” fiziksel, sosyal ve psikolojik” olmak üzere üç boyut olarak tanımlayabiliriz. Yaşamın ilk dönemlerinde, fiziksel gelişim ödevleri ağırlıktayken yaşamın ilerleyen dönemlerinde, sosyal ve psikolojik gelişim ödevleri ağırlık kazanır (Özyurt, 2012: 7).

Ergenlik dönemindeki gelişim ödevleri ise aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

- Üreme olgunluğu kazanma,
- Değişen bedeni kabul etme,
- Kendi yaş grubundan kız ve erkeklerle olgun ilişkiler geliştirme,
- Maskülen ve feminen sosyal rolleri başarıyla yerine getirme,
- Ailesinden ve diğer yetişkinlerden duygusal olarak bağımsızlaşma,
- Bir mesleğe yönelme ve meslek seçme,
- Evlilik ve aile kurmaya hazırlanma,
- Davranışlarına rehberlik edecek bir dizi etik sistemi ve değerleri kazanma
- Bir ideoloji geliştirme,

- Sosyal sorumlulukları üstlenmeyi isteme ve üstlenme (Özyurt, 2012: 9).

Ergenlik döneminde, çocukluk döneminden henüz çıkan bireyler, yaşadıkları büyük fiziksel değişimin yanında, karşılaştıkları yoğun gelişim görevleri sebebiyle güvenli, pozitif ve destekleyici bir aile ve arkadaş grubuna ihtiyaç duyarlar ve ancak bu şekilde gelişim görevlerinin tamamını ideal bir şekilde başarabilirler.

1.8. Gelişim Kuramcıları Açısından Ergenlik Dönemi

Ergenlik döneminde meydana gelen hızlı fizyolojik, sosyal ve bilişsel gelişim, gelişim kuramcıları tarafından dikkatle irdelenmiş ve tüm gelişim kuramlarında, ergenlik dönemi farklı bir gelişim basamağı olarak ele alınmıştır. Ergenlik dönemini çok önemli kılan bir diğer neden de kendisinden sonraki yaşamı gözle görülür biçimde etkilemesidir.

1.8.1. Eric Ericson'un Gelişim Kuramında Ergenlik Dönemi

Erikson, insan gelişimini sekiz döneme ayırmış ve her bir dönemde bireyin başarması gereken bir gelişimsel kriz-dönem olduğunu belirtmiştir. Her bir psikososyal görev başarı ile yerine getirilirse, kişiliğe olumlu bir nitelik eklenmekte ve gelişimde ilerleme sağlanmaktadır. Eğer gelişimsel görev yerine getirilemezse kişilik gelişimi bundan olumsuz etkilenecektir (Karahana ve Sardoğan, 2012: 127).

Eric Erikson' un kuramında yer alan gelişim evreleri şu şekildedir:

- Temel güvene karşı güvensizlik (0-1 yaş)
- Özerkliğe karşı kuşku ve utanç (2-3 yaş)
- Girişimciliğe karşı suçluluk (3-6 yaş)
- Başarıya karşı aşağılık duygusu (6-12 yaş)
- Kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası (12-20 yaş)
- Yakınlığa karşı yalıtılmışlık (20-40 yaş)
- Üretkenliğe karşı durgunluk (40-65 yaş)
- Benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk (65 yaş ve üstü)

(Karahana ve Sardoğan, 2012: 127).

Yukarıda bahsi geçen gelişim dönemlerinden kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası evresi ergenlik döneminin yaş aralığını kapsamaktadır. Bu dönemi başarılı bir şekilde tamamlamış olan gençten kendisi ile ilgili olumlu bir benlik algısı geliştirmesi beklenir. Kim olduğu, nereden gelip nereye gitmekte olduğu konusunda gerçeklikle örtüşen görüşlere sahiptir ve bu özellikleri ile birlikte kendisi ile ilgili olumlu bir kimlik algısı geliştirmiştir. Kendi ilgi ve yetenekleriyle uyumlu, olumlu bir kimlik oluşturan genç gelecekle ilgili kararlarını vermeye başlamış, kendine özgü bir değerler sistemi oluşturarak, kişisel ve mesleki planlar geliştirebilmiş demektir. Bu ve benzeri türden hedeflerle, kendine özgü değerler ve inançlar oluşturabilmede kararsız kalmak ise rol karmaşası olarak adlandırılmakta ve sonraki gelişim dönemlerini olumsuz olarak etkilemektedir (Can, 2015: 139).

1.8.2. Freud'un Gelişim Kuramında Ergenlik Dönemi

Sigmund Freud bu yüzyılın başında devrimsel nitelik taşıyan kişilik gelişim kuramını ortaya koymuştur. Freud, kişilik gelişimi bakımından ilk çocukluk yıllarındaki yaşantıların önemini vurgular. Bu kurama göre normal gelişimin sağlanması için, gelişimin her döneminde kişinin temel ihtiyaçlarının karşılanması gerekir. Freud, kişilik gelişimini belli dönemlere ayırarak her bir dönemde belli bir kritik gelişimin olması gerektiğini vurgular. Bu kritik gelişimi sağlayacak ihtiyaçlar karşılanmadığı takdirde bu gelişim dönemine aşırı bir bağımlılık oluşacak ve kişi bir sonraki aşamada gerçekleştirmesi beklenen gelişimi ortaya koyamayacaktır (Senemoğlu, 2008: 72).

Bu gelişim dönemlerini aşağıdaki şekilde sıralayabiliriz:

- Oral Dönem
- Anal Dönem
- Fallik Dönem
- Latent Dönem
- Genital Dönem

(Senemoğlu, 2008: 72).

Bu gelişim dönemlerinden genital dönem ergenlik dönemi ve sonrası olup 12 yaş civarı ve sonrasını kapsamaktadır. Bu dönem için tam bir yaş verilememesinin sebebi ergenlik dönemi başlangıcının kişiden kişiye, toplumdan topluma farklılık göstermesidir. Bu

dönemde ergenin ilgi odağı karşı cinsten bir akrandır. Bu dönemde ebeveynlerle yaşanan çatışmalar, çoğunlukla anne babanın çocuklarına yükledikleri anlamla bağlantılıdır. Çocuğun büyüdüğünü kabullenip onu bir yetişkin olarak algılamak, ergen-ebeveyn çatışmalarını da azaltacaktır (Yapıcı, 2005: 39).

Ergenlik dönemine girilmesiyle birlikte, üreme organları olgunlaşır ve endokrin sistemin de etkisiyle ikincil cinsiyet özellikleri ortaya çıkar. Bu değişiklikler, ergenin cinsel heyecanlarının ve faaliyetlerinin artmasına sebep olur. Önceki gelişim dönemlerinde bastırılmış olan cinsel dürtüler uyanmış ve karşı cinsten uygun bir sevgi nesnesine yöneltilmeye başlanmıştır. Diğer gelişim dönemlerinde takılma yaşanmamışsa bu dönemde karşı cinse ve doyum sağlayacak cinsel faaliyetlere aktarılacak için gerekli ve yeterli psişik enerji bulunacaktır. Ergenlik döneminde yaşanan bu tutkular kişinin ileride bir eş seçmesi ve aile kurmaya yönelmesiyle sonuçlanır (İnanç ve Yerlikaya, 2011: 35-36).

1.8.3. Piaget'nin Gelişim Kuramında Ergenlik Dönemi

Piaget' ye göre bilişsel gelişimin en üst basamağı soyut işlemler dönemidir. Soyut işlemler dönemi 12 yaş ve sonrası kapsar.

Formel operasyonların gelişimi 12-14 yaş arasında bir dönemde başlar. Operasyon öncesi çocuk, eliyle nesnelerin yerini değiştirip bir sıraya koyabilir. Somut operasyonlar devresindeki çocuk ise düzenlemeyi semboller aracılığıyla zihninde yapabilir. Formel operasyonlar devresinde ise çocuk semboller düzeyinden bir adım ötesine giderek düşünce düzeyine ulaşır. Bu düzeye ulaşan bir çocuk, bir sorunu çözebilmek için farklı hipotezler geliştirir ve her hipotezi birer birer dener. Çocuğun düşünce yapısında ve sorunlara yaklaşmasına bir düzenlilik, kurallı bir yapı, akıl yürütme süreci gelmiştir (Cüceloğlu, 2014: 352).

Bilişsel gelişimdeki bu hızlı değişim ergenin atom, eşitlik, hoşgörü, sevgi gibi soyut kavramlar üzerine düşünmesine olanak vermektedir. Ancak ergenler, perspektif almadaki sınırlılıklarından dolayı, gerçek dünyaya eleştirilerinde daha acımasız olup, kendi ütopyik dünyalarına sığınmayı tercih etmektedirler. Bu durum aynı zamanda ergenlik döneminde ortaya çıkan idealist düşüncenin de nedenidir. Ergenlik döneminde ortaya çıkan bilişsel değişimler şöyle sıralanabilir (Yöndem ve Taylı, 2012: 86-89).

- Hipotetik Düşünce: Somut işlemler dönemindeki bir çocuk karşılaştığı bir problem karşısında "gerçek" ten başlayıp "ilgisiz" e ulaşır. Oysa ergen karşılaştığı bir problem karşısında olası çözüm yollarını düşünebilir. "Olası" dan başlayarak "gerçek" e ulaşabilir.
- Sistematik Düşünme: Soyut işlemler dönemindeki bir ergen sorunların çözümüne sistematik yaklaşmakta, birkaç denemeden sonra tüm olası hipotezlerin bir listesini yapabilmektedir.
- İleriye-Geriye Doğru Düşünebilme: Ergenlik döneminde zaman perspektifi kazanılmış durumdadır. Zaman perspektifinin kazanılmasıyla birey “geçmiş, bugün ve gelecek” arasındaki bağlantıyı kurabilir ve geleceğe dair şimdiki durumdan hareketle mantıksal çıkarımlarda bulunabilir.
- Meta Biliş: Ergenin kendi düşüncesi ve başkalarının düşünceleri hakkında düşünebilme becerisi olarak tanımlanmaktadır. Ergen başkalarının düşüncelerine yönelik farkındalık geliştirdikçe kendini düzenleme olanağı kazanmaktadır.
- Ergen Benmerkezciliği: Ergen bu dönemde yaşadığı her şeyin tek ve biricik olduğunu, başkalarının başına gelen şeylerin kendi başına gelmeyeceğini ve kendisinin başkalarından daha değerli olduğunu düşünür (Yöndem ve Taylı, 2012: 86-89).

Buluğa ermesiyle birlikte ergenin felsefeye ve toplumsal içerikli konulara merakı artar. Adeta düşünmek için düşünür ve düşünceleri ile ideali arar. Çalkantılı bir dönem olarak değerlendirilen bu süreçte ergenlere rehberlik etmek, yol göstermek, bilhassa önemlidir (Bilgin, 2015: 42).

2. UMUTSUZLUK

2.1. Umut ve Umutsuzluk Kavramları

Rideout ve Montemuro (1986), umudu gelecek ile ilgili bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan fazla olan beklentiler olarak tanımlamışlardır. Bir çıkış yolu olduğu ve bireyin varlığında, yardım ile değişiklikler oluşabileceği inancı en önemli özelliğidir. Umutsuzluk ise bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan beklentiler şeklinde tanımlanabilir (Dilbaz ve Seber, 1993: 134).

Türk Dil Kurumu ise umut sözcüğünü "Ummaktan doğan güven duygusu" veya "Bu duyguyu veren kimse veya şey, bireyi umulan şeyin gerçekleşeceğine inanarak

beklemeye, geleceğe güven duymaya iten duygu” olarak tanımlamaktadır. Ummak ise aynı Türk Dil Kurumu sözlüğünde "Bir şeyin olmasını istemek, beklemek" veya "Sanmak, tahmin etmek" olarak tanımlanmıştır (Türk Dil Kurumu Türkçe sözlüğü,2012). Amerikan Psikoloji Birliği'nin (1997) tanımına göre umutsuzluk, bireyin seçme özgürlüğünün bulunmadığını ya da seçeneklerinin sınırlı olduğunu gördüğü ve kendi adına enerjisini harekete geçiremediği öznel duygu durumudur (Yıldırım, 2007, Anaokulu ...: 30).

Umut ve umutsuzluk karşıt beklentileri simgeler. Umutta hedefe ulaşmak için uygulamaya konulan planların başarılacağı öngörüsü varken; umutsuzlukta başarısızlık yargısı vardır. Bu iki uç beklenti kişiden kişiye, durumdan duruma beklenen sonucun ne zaman ve nasıl gerçekleştiğine bağlı olarak değişiklik gösterir. Bu plan ve beklentilerin her biri yalnızca bireyin planlarını hedefine nasıl oturttuğu değil, kendisi için oluşturduğu hedefin şeklini de etkiler (Melges, 1969, akt. Dilbaz ve Seber, 1993: 134).

Umutsuzluk kavramı, bazen olumsuz duygu durumunu, olumsuz sonuçları ve çaresizlik beklentilerini de ifade eder (Derebaşı, 1996: 3-5). Umutsuzluk, olumsuz olaylar karşısında gösterilen psikolojik bir tepkidir. Olumsuz beklentiler nedeniyle oluşur. Gelecekle ve geleceği değiştirmenin beklentisi sonucu ortaya çıkan çaresizlikle yakından ilişkilidir. Umutsuzluk bir özellik veya durum olabilir (Dunn, 2005: 153, akt. Vidinlioğlu, 2010: 47).

Amerikan Psikoloji Birliği (1997) umutsuzluğun nedenlerini ve belirtilerini aşağıdaki gibi sıralamıştır (Tanç, 1999: 21).

Umutsuzluğun Nedenleri:

- Çeşitli etkenlere bağlı olarak bireyin etkinliklerinin uzun süre kısıtlanmasını ve bunun sonucunda ortaya çıkan yalnızlık
- Beden sağlığının kötüleşmesi
- Uzun süreli stres
- Kendini bırakmak
- Soyut değerlere ve/ veya Allah'a olan inancı kaybetmek

Umutsuzluğun Belirtileri:

- Kötümser içerikli konuşmalar, dilde olumsuz ifadeler
- Edilgenlik, konuşmada azalma

- Duyguların ifadesinin azalması
- İnisiyatif kullanma eksikliği
- Dış uyaranlara karşı tepkilerin azalması
- Kendisiyle konuşan kişiye ilgisizlik
- Umursamaz ve aldırılmaz tavırlar
- İştahta azalma
- Uyku saatlerinde artma ya da azalma
- Kişisel bakıma özen göstermeme
- Sosyal ortamlardan kaçma

Bilişsel teori açısından, ruhsal kriz süreçlerinde ve stresli ortamlarda bireyin bilişsel semasında olumsuz gelecek beklentisi ortaya çıkar. Birey bu krizi atlatabilmeyi başaramaz ve bunun sonucunda geleceğin daha kötü olduğu kanısına varırsa bu durum umutsuzluğa yol açar (Duruarı, 1994: 11). Umutsuzluk düzeyi yüksek hastalar, sorunlarının çözümsüz olduğu şeklinde kendi içinde tutarlı ama yanlış bir düşünceye sahiptirler. Ayrıca kendileri hakkında da mantıksız ve depresif bir dizi düşünce geliştirmişlerdir. Diğer bir deyişle benlik kavramları olumsuz ve benlik değerleri düşüktür (Yıldırım, 2007, Anaokulu ...: 33).

2.2. Beck' in Umutsuzluk Modeli

Umut ve umutsuzluk durumları sürekli ve karşılıklı olarak kişinin hissettikleri beklentileri ifade etmektedir. Umut kavramının içerisinde, amaca ulaşmak maksadıyla pratiğe dönüşmüş planların başarılacağı fikri ve öngörüsü mevcut iken umutsuzluk kavramında ise sonuca varamamanın tedirginliği ve başarıyı yakalayamama durumu mevcuttur. Umutsuzluk veya geleceğe dair olumsuz hisler içinde bulunma durumu, depresyona doğru giden yolda kişiyi sarmakta ve içinden çıkılmaz bir duruma doğru itmektedir (Taner, 2008, akt. Yıldırım, 2015: 14).

Depresyon ile ilgili geliştirilen kuramlardan bir kısmı depresyonda olumsuz düşünce, beklenti ve yanlış öğrenmenin etkin olduğunu gösterip umutsuzluk ile ilişki kurmuşlardır. Bunlardan biri de Beck (1979) tarafından geliştirilen bilişsel bozukluk kuramıdır. Beck, depresyonu şematize ederken üç kavram tanımlamıştır:

1. Bilişsel üçlü: Kişinin kendisi, çevresi ve geleceği ile ilintili inançları kapsar.
 - A) Hasta kendini yetersiz, değersiz bulur. Yaşamı ona göre hayal kırıcıdır.

B) Çevresi ona yardım etmemektedir, yaşantısı yetersizdir.

C) Geleceğinden umutsuzdur, uzun dönemli amaçları yoktur. Böylece olumlu bir davranış başlatamaz.

2. Sessiz kabullenişler (şemalar): Depresif kişi kendisinin de açıklayamadığı bazı inanç ve kurallara sahiptir. Hasta coşkularını, bilgilerini ve davranışlarını bu kurallara dayandırır. Örneğin eşi iltifat etmezse "artık beni beğenmiyor, beni kimse sevmiyor, değersizim" düşüncesi oluşur.

3. Bilişsel hatalar: Gerçek olayla, hastanın bu olayla ilgili olumsuz otomatik düşünceleri kıyaslanarak mantık hataları kurulur. Örneğin, keyfi anlam çıkarma, seçimli dikkat, genelleştirme, büyütme, küçültme ve özelleştirme gibi.

Beck bu kuramı geliştirirken depresyon belirtilerinden karamsarlık için önemli bir kavram olan umutsuzluk üzerinde durmuş ve umutsuzluğun ölçümü konusunda yoğun çalışmalar yapmıştır. 1963'te Beck deprese kişilerin psikoterapisi sırasındaki gözlemleri temelinde aşırı uğraşı intihar olan ve intihar eğilimi gösteren hastaların durumlarını umutsuzluk olarak kavramlaştırdığını bildirmiştir. Bu hastalar daha sonraları umutsuzluklarının o anki bilişsel çarpıtmadan ya da hatalı ve gerçekçi olmayan ön yargılardan köken alabileceğinin farkına varmışlardır. Genellikle depresyonla ilgili araştırma yapanların çoğu depresif hastalardaki umutsuzluk duygusunun, depresyonun şiddeti ve intihar riskinin belirleyicisi olduğu görüşünü benimsemektedirler (Kaplan ve Sadock, 1985, akt. Dilbaz ve Seber, 1993: 137).

Beck'in depresyonu açıklarken kullandığı modele göre çocukluk çağındaki deneyimler öğrenme yolu ile bazı temel düşünce, varsayım ve inanç sistemlerinin oluşmasına neden olur. Yapısal düzeyde şema olarak adlandırılan bu temel varsayım ve inançlar yaşamın daha ileri dönemlerinde bireylerin kendileri ve yaşadıkları dünyaya ilişkin algılarını ve davranışlarını biçimlendirmekte ve değerlendirmekte kullanılır. Beck kişinin kendisine, dış dünyaya ve geleceğine yönelik olumsuz tutumlarını (depresyonun bilişsel üçlüsü) tanımlamış ve depresyona yeni bir yaklaşım getirmiştir (Holat ve diğ. , 1994: 320).

2.3. Abramson, Alloy ve Metalsky' nin Umutsuzluk Teorisi

Seligman'ın öğrenilmiş çaresizlik, Abramson, Seligman ve Teasdale'nin çaresizlik kuramının ardından Abramson, Metalsky ve Alloy umutsuzluk kuramını geliştirmişlerdir. Bu kuramlara göre umutsuz olmadan önce birey, olumsuz bilişsel 25

tavır göstermektedir. Ayrıca bazı kötü ve stresli deneyimler yaşamıştır. Onlara göre umutsuzluk düzeyi yüksek olan kişi, yaşamında kötü şeylerin olacağını, hiçbir zaman iyi gelişmelerin olmayacağını ve kötü durumları değiştirmenin mümkün olamayacağını düşünür (Dinçer, 2013: 24-25).

Beck (1967) ,umutsuzluğun hastaları arasında intihar riskiyle alakalı olarak gözüktüğünü ilk başta gözlemlese de; Abramson, Alloy ve Metalsky (1990) onun bu kanaatini resmi hipotezler grubuyla daha kesin olarak yeniden beyan ettiler. İlk önce umutsuzluğu iki ögeli olarak tanımladılar:

1. Negatif bir sonucun ortaya çıkacağı veya pozitif bir olayın bozulacağı beklentisi,
2. Birinin sonucun olasılığını değiştirme yeteneğiyle ilgili olan acizliği.

Abramson, alt-tip depresyonun ortaya çıkışını umutsuzluk depresyonu olarak isimlendirmiştir. Üzüntü, uyku bozukluğu, motivasyon eksikliği ve konsantrasyon zorlukları, bulguların temel depresyon belirtisi olmalarına rağmen, intihar fikri veya teşebbüsü olarak diğer bulguların alt-tip umutsuzluk depresyonuna özel olduğunu belirtti. Bu tanımlama, umutsuzluk belirtilerini (intihar eğilimi) ortaya koyan bireyin durumunu belirlese de depresif karmaşanın tüm tiplerini tanımlayacak tam bir ölçüt değildir. Genel olarak, geçen 20 yıldır ortaya çıkan buluşlar, depresyon ve intihar eğilimi arasındaki ilişkinin anahtar aracısının umutsuzluk olduğunu desteklemiştir (Yıldırım, 2015: 16).

2.4. Umutsuzluk, Depresyon ve İntihar İlişkisi

Umutsuzluk ve depresyonun birlikte intihar düşüncesi ile önemli derecede ilişkili olmasına karşın umutsuzluğun intihar düşüncesi konusunda depresyondan daha fazla sorumlu olduğunu buldular. Yine aynı çalışmada umutsuzluk ve depresyonun intiharı belirlemede önemli olduğunu ama klinik popülasyonlarda umutsuzluğun otomatik olarak intihar riskinin en iyi belirleyicisi olmadığını da vurgulamışlardır. Cole (1988) da yaptığı çalışma sonucunda hasta grupta umutsuzluğun intihar riskini belirlemede depresyondan daha etkili olduğunu belirtirken hasta olmayan grup için daha ileri tarama araçlarına gereksinim olduğunu eklemiştir. Birçok araştırmacı umutsuzluğun bilişsel tedavi gibi özgül yöntemlerle azaltılabileceğini ve bunun sonucunda umutsuzluğun

intihar riskinin belirlenmesinde ve intiharın önlenmesinde önemli bir araç olabileceğini bildirmişlerdir (Dilbaz ve Seber, 1993: 137).

Beck, psikoterapi gören intihar girişiminde bulunmuş 80 depresif hasta ile yaptığı çalışmalar sonucunda bu hastaların sorunlarının çözümü olmadığına ve hiçbir zaman çözüm bulamayacaklarına olan inanışları ile intihar girişimleri arasında bir bağ olduğunu bildirmektedir. Ona göre hasta objektif ve gerçekçi bir nedeni olmadığı halde deneyimlerine yanlış anlamlar yüklemekte ve amacına ulaşmak için çaba sarfetmediği halde bunlardan negatif sonuçlar beklemektedir (Durak ve Palabıyıköglü, 1994: 311).

Umutsuzluk derin, anlatması zor, geriye dönüp bakıldığında ise bir şey ifade etmeyen kavram olarak görülmektedir. Depresyon ise sıklıkla umutsuzluk ve acizlik olarak tanımlanmaktadır; fakat bu tanım depresyondaki bir insanın davranışlarını takip eden biri için yetersiz bulunabilir. Umutsuzluğun çözümüne bir zaman limiti konulmuş olsa, bunun hakkında bir şeyler yapılabileceği belirtilse, birey bunun için sabretmeli, onu beklemeli, kendi dışındaki bir şey için umut besleyip, süreci hileli bir yönlendirme veya sunulacak bir hüküm olarak benimseyebilir. Depresyon durumu sıklıkla öfkenin yöneldiği, ruhsal durumu çökerten, bireyi işe yaramaz hale getiren bir soyutlama olarak değerlendirilebilir (Thomas, 1979, akt. Yıldırım, 2015: 9). Bibring (1953), özsaygı kaybının tek başına depresyonun ortaya çıkmasında yeterli bir etken olamayacağını ancak çaresizlik ve umutsuzluğun eşlik ettiği durumda depresyondan söz edilebileceğini öne sürmüştür (Dilbaz ve Seber, 1993: 136).

Umutsuzluk, psikoloji ve psikiyatride sıklıkla incelenen bir konudur. Umutsuzluk ve geleceğe olumsuz bakma, depresyonun genel özelliklerini belirlemesi nedeniyle dikkat çekicidir. Aynı zamanda, umutsuzluğun, depresyon ve intihar arasındaki ilişkide kritik rol oynadığı görülmektedir (Tekin ve Filiz, 2008: 28).

Depresyonun temel belirtilerinden biri olan karamsarlıkla ilişkili umutsuzluk yaşantısı yaşamı tehdit eden intihar olgusu üzerinde önemle durulan konulardan biridir. Beck bilişsel kuram çerçevesinde intihar davranışının bilişsel çarpıtmalardan kaynaklandığını vurgulamaktadır. İntihar ve intihar girişimi kişinin çaresizliği ve umutsuzluk durumuna bir çözüm, bir çıkış yolu olarak görülür. Umutsuzluk bilişsel çarpıtmalar ve gerçekçi olmayan düşüncelere bağlı olarak artabilmektedir. Bu anlamda umutsuzluk intihar davranışını yordayıcı önemli bir bilişsel faktördür (Durak ve Palabıyıköglü, 1994: 312).

Depresyonun tüm bulguları içerisinde umutsuzluk ile en yakın ilişkili olan intihar düşüncesidir (Melges (1969), depresyonda temel sorunun umutsuzluk olduğunu vurgulamıştır. Umutsuzluğa eşlik eden diğer bulgular ise değersizlik, kararsızlık, çaresizlik, mutsuzluk, eyleme geçememe, işlerini sürdürememe ve suçluluk duygularıdır. Depresif dönem öncesi bireylerin çoğunun planları, ister bireysel isterse başkaları ile paylaşılmış olsun amaca yönelik eylem planlarının etkinliği konusunda güvenli olup, büyük ölçüde geleceğe yöneliktirler. Kamçılayıcı olay, genellikle bireysel uğraşın başarısızlıkla sonuçlanması ya da geçmişte birçok olayı paylaştığı kişinin kaybedilmesi ya da doyumun önlenmesi nedeniyle özenle hazırlanan planın kesintiye uğramasıdır. Süreğen ve uzun dönemde amaçlar güçlü üst benlikleri nedeniyle depresyonu olan bireyde önem kazanır. Planlar kesintiye uğramış olsa bile gelecekle ilgili doyumlardan vazgeçmeleri zor olduğu için deprese kişi bu hedeflere ulaşma uğraşına devam eder. Sonuç olarak geçmişte sürekli başarılı olan amaca yönelik davranışı silip atmak zordur. Bu etkenler depresif kişinin amaçlarını başarma konusunda umutsuz olmasına karşın halen neden amaçlarına bağlı kaldıklarını kısmen de olsa açıklamaktadır. Depresif kişi bu duygusunu "istediğim şeyleri yapamayacağımı bilmeme karşın yine de yapmak istiyorum" şeklinde açıklar. Bu duygu onun kendine güvenme çabasını zedeler. Depresif kişiler güvensizlik duygusundan kısmen de olsa kendilerini sorumlu tuttıkları için kendilerini suçlarlar. Beck (1963) de depresif belirtileri orta ve şiddetli düzeyde olan hastaların %80'inde kendini suçlama olduğunu, çok şiddetli düzeyde olanlarda ise bu oranın daha da fazla olduğunu belirtmiştir. Kendine güvensizlik ve suçlama arttıkça depresif kişi çevresine bağımlı hale gelir. Daha sonraki dönemlerde umutsuzluk öylesine yoğunlaşır ki kişi başkalarından gelecek yardımı yararsız bulmasına karşın yine de onların önerilerine umutsuzca sarılır. Özet olarak depresif kişi planlarının süreğen ve uzun dönemli hedeflere karşı daha fazla etkin olamayacağına inanır, yani diğer bir deyişle üst benlik ve ego-ideali doyumsuz hale gelir ve kısmen başarısızlıktan kendini sorumlu tutar. Düşüncenin bu durumundan çıkan kararsızlık, eyleme geçememe, değersizlik ve işlerini yapamama suçlaması en yoğun depresif yakınmaları oluşturur (Dilbaz ve Seber, 1993: 135).

Araştırmaların pek çoğunda ortak bulgu, 15- 24 yaşları arasında intihar teşebbüsü oranının en yüksek düzeye ulaştığıdır. Çocuklarda ergenlik döneminde içe kapanma, kimlik krizi ve insanlardan kaçma, boşluk, bıkkınlık yorgunluk gibi daha pek çok

duygusal özellik göz ardı edilmemeli, ergenin psikolojik özelliklerine uygun tavır alınmalıdır (Suvarlı, 1995: 99).

2.5. Nedenleri Arasında “Umutsuzluk” Faktörünün Bulunduğu Bazı Ruhsal Bozukluklar

Uzun süren umutsuzluk sonucunda bireyde depresyon başta olmak üzere birçok psikiyatrik rahatsızlık gözlenebilir. Nedenleri arasında, “umutsuzluk” duygusunun da bulunduğu bazı ruhsal bozukluklar aşağıda verilmiştir.

2.5.1. Yeğın majör depresyon bozukluğu

Aynı iki haftalık dönem boyunca, aşağıdaki belirtilerden beşi ya da daha çoğu bulunan kişilere yeğın depresyon bozukluğu tanısı konulabilir. Ancak bu beş madde içerisinde 1 veya 2 numaralı belirtilerden en az biri olmalıdır.

1. Çökkün duygu durumu, neredeyse her gün, günün büyük bir bölümünde bulunur ve bu durumu ya kişinin kendisi bildirir ya da bu durum başkalarınca gözlenir.
2. Bütün ya da neredeyse bütün etkinliklere karşı ilgide belirgin azalma ya da bunlardan zevk almama durumu, neredeyse her gün, günün büyük bir bölümünde bulunur.
3. Kilo vermeye çalışırken çok kilo verme veya alma ya da neredeyse her gün yeme isteğinde azalma veya artma.
4. Neredeyse her gün uykusuzluk çekme ya da aşırı uyuma.
5. Neredeyse her gün psikodevinsel kışkırtma ya da yavaşlama.
6. Neredeyse her gün bitkinlik ya da içsel gücün kalmaması.
7. Neredeyse her gün değersizlik ya da aşırı uygunsuz suçluluk duyguları.
8. Neredeyse her gün düşünmekte ya da odaklanmakta güçlük çekme.
9. Yineleyici ölüm duyguları.

Bu belirtiler klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal veya işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur (DSM 5, 2014: 93).

2.5.2. Distimi

En az iki yıl süreyle, çoğu gün, günün büyük bir bölümünde, kişinin söylediği ya da başkalarının gözlendiği üzere, çökkün duygu durum vardır. Çocuklarda veya ergenlerde kolay kızan bir duygu durum olabilir. Bu nedenle süre en az bir yıl olmalıdır. Depresyondayken aşağıdakilerden ikisinin ya da daha çoğunun varlığı “Distiminin” varlığına işaret eder:

1. Yeme isteğinde azalma ya da aşırı yemek yeme.
2. Uykusuzluk çekme ya da aşırı uyuma.
3. İçsel güçte azalma ya da bitkinlik.
4. Benlik saygısında azalma.
5. Odaklanamama ya da karar vermekte güçlük çekme.
6. Umutsuzluk duyguları (DSM 5, 2014: 96).

2.5.3. Çekingen Kişilik Bozukluğu

Aşağıdakilerden dördü (ya da çoğu) ile belirli, erken erişkinlikte başlayan ve değişik bağlamlarda ortaya çıkan, toplum içinde çekingenlik, yetersizlik duyguları ve olumsuz değerlendirilmeye aşırı duyarlılık ile giden yaygın bir örüntü.

1. Eleştirme, onaylanmama ya da dışlanma korkuları yüzünden kişisel ilişki kurmayı gerektiren işle ilgili etkinliklerden kaçınır.
2. Seveceklerini kesin olarak bilmedikçe insanlarla ilişkiye girmek istemez.
3. Utandırılacağı ya da alay edileceği korkusu yüzünden yakın ilişkilerde tutuk davranır.
4. Toplumsal durumlarda, eleştirme ya da dışlanma düşünceleriyle uğraşıp durur.
5. Yetersizlik duyguları yüzünden yeni kişilerle bir arada bulunduğu ortamlarda çekingen davranır.
6. Kendisini toplumsal yönden beceriksiz, kişisel açıdan çekiciliği olmayan biri olarak ya da başkalarından aşağı görür.
7. Utandırıcı olabileceği düşüncesiyle, kişisel birtakım girişimlerde bulunmayı göze alma ya da herhangi yeni bir etkinlikte bulunma konusunda genellikle isteksiz davranır (DSM 5, 2014: 334).

3. BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞ

3.1. Boyun Eğici Davranış

Boyun eğme davranışı, sosyal savunma stratejilerinin en eski türlerinden biri olup kişilerarası ilişkilerde boyun eğme ve itaat kavramlarının saygı kavramı ile karıştırıldığı görülmektedir. Aslında günlük yaşantı içerisinde, anne babaların çocuklarından, yönetenlerin yönetilenlerden, öğretmenlerin öğrencilerinden, büyüklerin küçüklerden saygılı olmak adına boyun eğici davranışlar sergilemelerini istedikleri gözlenmektedir. (Yıldırım, 2004: 44) Bu durum toplumsal ilişkilerimiz içerisinde boyun eğici davranışlarla ne kadar sık karşılaştığımızın da bir göstergesidir.

Boyun eğici davranışlar kültürlerden de etkilenmektedir. Örneğin, doğu kültürlerinde kişiler arası ilişkilerde boyun eğici davranışlar batı kültürlerine göre daha fazla gözlenir. Doğu kültüründe, başkalarını dikkate alma, güçlü ilişkilerin kurulması, kişinin kendisini başka insanlara adapte etmesi sadece kişinin değerleri değildir. Bunlar aynı zamanda toplum tarafından istenen ve beklenen davranışlardır. Yakınlık, desteklenmek ve bağımlılık gibi davranışlar doğu kültüründe kabul görürken, bu davranışlar batı kültüründe sağlıklı bir durum olarak algılanmaktadır (Türküm, 2005, akt. Sayar, 2012: 92).

Nevrotik eğilimli insanlar genellikle sevgi açlığı sonucunda kendi kişiliğini ortadan siler, çevresine gerektiğinde “hayır” demez ya da kendi isteklerini açıkça ortaya koymaz. Çevresinde genellikle “iyi insan” diye söz edilir. Herkesin yardımına koştuğu halde kendisi kimseye yük olmak istemez. Bu tür insanlar çoğunlukla geçmişin uslu çocuklarıdır. Kimi insanda sevgi kazanma çabası, yerini zorlanımlı bir boyun eğme tutumuna bırakır. Bu insanların sevgiyi bulabilme umutları da yoktur ve uysal davranışlarını sevgi kazanmaktan çok güvenlik sağlayabilme amacıyla geliştirmişleridir. Horney, bu tür tutumları “boyun eğersem beni incitmezler” biçiminde özetler (Geçtan, 2013: 86-87).

Kağıtçıbaşı'na (2008) göre ise uyma davranışı toplumsal yaşam için bir zorunluluktur. Sosyal etki sonucu meydana gelen gruba uyma davranışı, kişilerin benzerliğini ve dolayısıyla sosyal davranış düzenliliğini artırır. Sosyal davranış düzenliliği ise sosyal etkileşimin genellikle çatışmasız ve ahenkli olmasını sağlar. Hatta uyma davranışı

kişilerin gerçeği tanımlaması için bir araç haline gelebilir ve bireyler özellikle yeni bir durumla karşılaştıklarında uyma davranışı sayesinde ortama uygun davranabileceklerdir (Kağıtçıbaşı, 2008: 72-73).

Köle ruhlu insanlar kişisel girişim yeteneği gerektiren mevkilere ayak uyduramazlar. Bu tip insanlar ancak başka birinin emirlerine itaat ettikleri zaman kendilerini rahat hissederler. Köle ruhlu bir insan, başkalarının kurallarına ve yasalarına göre yaşar ve sanki içten gelen bir zorlama ile kölece hizmet edebileceği bir iş arar. Bu kölece tavır, yaşamdaki çeşitli ilişkilerde kendini göstermektedir. Böyle bir davranışı, genellikle eğilip bükülen ve yaltaklanan bir tavır olarak dış görünüşten de fark edebiliriz. Başkalarının önünde eğildiklerini, herkesin söyledikleri şeyleri dikkatle dinlediklerini, başkalarına önem vermekten saygı duymaktan çok, onların emirlerini yerine getirmeye, dile getirdikleri duyguları onaylamaya ve doğrulamaya çalıştıklarını görürüz. Bazen inanılmaz derecede boyun eğmiş olmaktan bir onur payı çıkarırlar kendilerine. Başkalarına bağımlı olmaktan gerçekten zevk duyan insanlar vardır. Boyun eğmenin bazı kimseler için bir yaşam yasası olduğu söylenebilir (Adler, 2012: 257).

Boyun eğme teknik bir terim olarak Milgram (1974)'in çalışmaları ile psikolojide popüler hale gelmiştir. Milgram'a göre boyun eğme, bireysel davranışı güçsel kararlılığa bağlayan psikolojik mekanizmadır. İnsanları otoriteye bağlayan eğilimsel bağlılıktır (akt. Tuzcuoğlu & Korkmaz, 2001: 138).

Milgram deneyinde, insanın otoriteye karşı ne derece zayıf olduğu, otoriteye boyun eğme adına ne kadar ileri gidebileceği ve otoritenin insanları kontrol edebilme adına ne kadar belirleyici olabileceği gibi konuları araştırdı. Milgram'ı, insan psikolojisi üzerindeki otorite etkisini ölçmeye yönelik bir deney yapmaya yöneltten olay, Nazi Almanyası savaşı suçlusunu Adolf Eichmann'ın yargılanıp asılması oldu. Milgram bu gelişme üzerine, Eichmann'ın bir canı değil de sadece kendisine verilen emirleri yerine getiren bir asker olabileceği konusunu sorgulamak istedi. Daha soyut bir ifadeyle, Milgram, deneyinde insanların bağlı buldukları bir otoriteden emir almaları durumunda, hiçbir kişisel düşmanlık beslemedikleri kimselere eziyet edip edemeyeceklerini ölçmek istedi. "İnsanlar kendilerine bu tür emirler verildiğinde ne tür tepkiler verirler?" "İtaat mi ederler, yoksa karşı mı çıkarlar?" Ve daha da önemlisi,

“Hangi noktadan sonra itaat etmeyi bırakıp karşı çıkarlar?” Milgram, bu soruların yanıtlarını aradı.

Deney uygulayıcı **E**, denek **S**'yi bir diğer denek olduğuna inandığı **A**'ya acı veren elektrik şokları vermeye ikna eder. **A** aslında bir aktördür ve **S** acı veren şokları arttırdıkça (arttırdığını sandıkça) feryat etmeye başlar. Aktör **A**'nın yalvarmalarına karşın denek **S** deneye devam eder. Milgram Deneyi, farklı yaş ve meslek gruplarından insanların katılımıyla gerçekleştirildi. Deneklere, öğretmen ve öğrenci olmak üzere iki gruba ayrılacakları ve deneyin “cezanın öğrenme üzerindeki etkisi” ni ölçeceği söylendi. Buna göre, denek öğretmen ve denek öğrenci, birbirlerini göremeyecekleri ama teknik cihazlar vasıtasıyla sesli iletişim kurabilecekleri iki farklı odaya alınacaktı. Denek öğretmen, kendisiyle aynı odada bulunacak olan bir uzmanın yönetiminde denek öğrenciye sorular soracak, yanlış cevap alması durumunda da, diğer odada elektrik kablosuna bağlı olan denek öğrenciye 15 volt gücünde elektrik verecekti. Dahası, denek öğretmen aldığı her yanlış cevapta voltajı 30 volt kadar arttıracaktı. Ancak Milgram Deneyi'nde denek öğretmenlerden gizlenen bir şey vardı: Denek öğretmene denek öğrenci olarak tanıtılan kişi, aslında deney ekibindendi. Bir başka deyişle, deneyde denek öğretmenden başka denek yoktu ve elbette, denek öğretmene söylenenin aksine, deneyde “cezanın öğrenme üzerindeki etkisi” ölçülmüyordu. Milgram'ın bu deneyde ölçmek istediği şey, denek öğretmenin, yönetici durumunda uzmanın emirleri doğrultusunda voltajı ne kadar yükselteceğiydi. Milgram böylelikle, sıradan, ortalama insanların, bir otoritenin güdümüne girdiklerinde başka insanlara ne kadar eziyet edebilecekleri konusunda bir fikir elde etmeyi amaçlıyordu. Milgram Deneyi'nde elektrik şoku 15 voltla başlayacak ve her seferinde (yani her yanlış cevapta) 30 voltluk basamaklarla artırılacaktı. Deney cezasına, 450 volt gibi son derece yüksek bir üst limit belirlendi. Fazlasıyla acı verici seviyelerde seyredip öldürücü düzeylere ulaşacak olan elektroşok, elbette diğer odadaki sözde denek öğrenciye verilmeyecek, denek öğretmene önceden kaydedilmiş olan sesler dinletilecekti. Yüksek voltaj seviyelerine ulaşılması durumunda öğrencinin ne tepki vereceği de belirlenmişti. 120 voltta öğrenci durumundan şikayetçi olmaya başlayacak, 150 voltta deneyden ayrılmayı talep edecek, 285 voltta ise acı içinde çığlık attıktan sonra sesi kesilecekti (Dolayısıyla da, diğer odadaki denek öğretmenin o noktadan sonra öğrenciye ne olduğunu bilmesi mümkün olmayacaktı). Çoğu denekten ancak bu noktada (yani öğrenciden artık ses gelmemeye

başlamısından itibaren) deneyi durdurup, öğrencinin durumuna bakma talebi gelir. Çoğu denek ancak bu noktadan sonra deneyin amacını sorgulamaya başlar.

75 voltta adamdan 'ahh' sesi çıkar.

90 voltta aynı ses tekrarlanır.

105 voltta ses yükselir.

120 voltta adam çok acıyor, der. Denek bu noktadan itibaren elektrik şoku vermek konusunda tereddüt etmeye başlayabilir.

135 voltta kuvvetli bir inilti sesi gelir.

150 voltta denek bağırmaya başlar, deneyin kesilmesini ister. Kalp hastası olduğunu söyler. Devam etmek istemediğini söyler.

165 volta geçilir, denek çığlık atar.

180 voltta denek acıya dayanamadığını, devam edemeyeceğini bağıarak tekrar eder.

195 volta denek beni çıkarın, kalbim sıkışıyor, diye durmaksızın bağıır.

210 voltta cevap vermiyorum, bırakın beni diye şiddetle bağıır.

225, 240 ve 255 voltlarda sesi gittikçe yükselir

270 voltta acı içinde ağlamaya başlar.

285 voltta çığlıklar atar.

300 voltta çığlık atıp durmaları için yalvarır.

315 voltta sesinin son raddesinde yalvarır.

330 voltta durmaksızın yalvarıp durmalarını, kalbinin sıkıştığını söyler.

Olayın tüm ciddiyetine karşın deneklerin yüzde altmışından fazlası, karşılarında kalp hastası bir insan olduğunu düşünmelerine rağmen 450 volta kadar elektrik şoku uygulamayı kabul ederler. Emir ve komuta zincirine girildikten sonra deneye katılacak olanların kesin emirler alınca bu verilen emri çok az kişi uygulamayı reddeder.

Milgram kendisi deneyini şöyle anlatmaktadır: İtaat konusunun felsefi ve hukuki yönleri son derece önemlidir. Ancak somut bazı durumlarda insanların tam olarak nasıl davranacakları hakkında bize pek fikir vermez. Yale üniversitesinde hazırladığım basit bir deneyle, sıradan bir bireyin bir başka bireye sadece kendisine öyle emredildiği için ne dereceye kadar acı verebileceğini ölçmeye çalıştım.

Deneye katılanların çoğu açısından otoritenin baskısı, başkalarını incitme konusundaki temel vicdani güdülerin üstüne çıkmakta idi. Mağdurların acı çekerken attıkları çığlıklar kulaklarını tırmalasa da denekler otoritenin kendilerinden istediğini yerine getirdiler. Otoritenin emirlerini yerine getirir iken en son aşamaya kadar gitmekte bile isteksizlik göstermediler. Deney Sonuçları, psikiyatrların öngörülerinin tamamen temelsiz olduğunu ortaya çıkardı. Denek öğretmenlerin % 62'si, 450 voltluk üst sınıra kadar öğrencilere elektrik verdiler. Deneklerin çoğunun bunu yapmaktan rahatsızlık duydukları ve hatta deneyden sonra bunu yapabildiklerine inanmadıklarını ifade ettikleri gözlene de bu durum, sadist olmayan, rastgele seçilmiş sıradan insanların, kendilerine hiçbir fiziksel zorlama yapılmadığı halde, tamamen masum olan başkalarına çok yüksek dozda elektrik verdikleri gerçeğini değiştirmiyordu.

Bu sonuçlar karşısında, Milgram Deneyi'nin uygulanması esnasında, deney yöneticisi durumundaki uzman ile denek öğretmen arasındaki ilişkinin mahiyetinin ve söz konusu uzmanın deneye devam etmesi adına deneğe neler söylediğinin incelenmesi fazlasıyla önem kazanıyor. Milgram deneyinde, deney yöneticisi, deneyin gidişatını kendi masasından öğrencinin çektiği acıya kayıtsız tavırlarla takip ediyor ve denek öğretmenin çekince de kaldığı durumlarda onunla konuşuyor; ancak denek öğretmeni hiçbir şekilde elektrik vermeye zorlamıyor. Bir başka deyişle, düğmeye basmaması durumunda denek öğretmenin karşılaşabileceği hiçbir ciddi yaptırım söz konusu değil. Ortada sadece aynı odada diğer masada oturan bilirkişinin, yani 'otoritenin' sözleri var.

Söz konusu otoritenin, (deney tasarımı aşamasında belirlenen) sözleri dört aşamadan oluşuyor: Denek öğretmen ilk kez çekince gösterdiğinde, otorite kendisine, sadece "Lütfen devam et" diyor. Benzeri bir durumla tekrar karşılaşıldığında (ya da aynı aşamada olunmasına rağmen denek öğretmen halen devam etmek istemediğinde), ikinci cümle 'Deney, devam etmeni gerektiriyor' oluyor. Üçüncüde ise biraz daha güçlü kelimeler seçilerek 'Devam etmen kesinlikle şart' deniliyor. Son cümle ise 'Başka

seçeneğin yok, devam etmelisin.’ oluyor. Dördüncü cümlelerin ardından denek voltaj uygulamaya devam etmezse deney bitiriliyor.

Deneyde, bir otoriteden gelen emirlerin insan davranışlarını kontrol edebilmekte ne denli tesirli olabildiğinin ölçüldüğü düşünülecek olursa, denek öğretmenlerin denek öğrencilere yüksek seviyede elektrik vermeye devam etmelerine sadece bu dört cümlelerin yeterli olduğu da söylenebilir. 285 volt seviyesinde öğrencinin acı içinde çığlık atmasının ardından sesinin kesildiği, ancak denek öğretmenlerin % 62’sinin buna rağmen tam 6 kez öğrencilere eskisinden daha yüksek seviyelerde elektrik vermiş olmaları da deneye son derece korkunç bir boyut daha getiriyor. Zira karşı taraftan ses gelmemesi üzerine denek öğretmen deney yöneticisine ne yapması gerektiğini sorarsa, kendisine sadece 5 saniye kadar beklemesi ve herhangi bir yanıt almaması durumunda elektrik vermeye devam etmesi söyleniyordu.

Deney Hakkındaki Diğer Detaylar

Pek çok denek, deney sırasında ‘Adam rahatsızlanmış olabilir, bu yaptığımız gerçekten doğru mu?’ gibi sorular sorsa da, elektrik vermeye devam etti. Deney yöneticisinin sert mizaçlı olup olmaması, deney sonuçlarını değiştirmede.

Deney yöneticisinin odanın dışında bulunduğu zamanlarda, denek öğretmenler hile yaparak denek öğrenciye normalde vermeleri gerekenden düşük dozda elektrik verdiler. Deneklerin çoğu, bu tür durumlarda sadece minimum seviyede elektrik vermeyi tercih etti.

Kimi deneylerde (sözde) denek öğrenci deney yöneticisine, ‘Durmanızı istersem duracaksınız değil mi?’ diye sorduğunda deney yöneticisi, onaylayıcı bir tonda mırıldandı. Ancak ilerleyen dakikalarda voltaj yükselip de denek öğrenci deneyin durdurulması için yalvarmaya başladığında, denek öğretmenlerin çok azı bu sözlü anlaşmayı deney yöneticisine hatırlattılar.

Kimi deneylerde denek öğrenci, kendisinden önce deney yöneticisinin öğrenci olarak prova yapmasında ısrarlı davrandı ve deney yöneticisi gerekli rolü yerine getirmek üzere öğrenci odasına geçti. Yüksek voltaj seviyelerinde gelindiğinde, öğrenci koltuğundaki deney yöneticisi, salıverilmesi konusunda yalvarmaya başladı. Ancak

yönetici koltuğunda oturan öğrenci, denek öğretmenlerden devam etmesini talep etti. Fakat denek öğretmenler onu değil, gerçek otorite sahibi olan deney yöneticisini dinlediler.

Kimi deneylerde Milgram üç denek öğretmen kullandı. Ancak bu üç denek öğretmenden ikisi, deney ekibindendi. Deney esnasında bu öğretmenlerden önce biri, sonra da diğeri deney yöneticisine itaat etmeyerek deneyi terk etti. Bu deneylerde, deneklerin % 90'ı deneye devam etmeyi reddederek aynı şekilde deneyi terk ettiler.

Kimi deneylerde, denek öğretmenin konumu değiştirildi. Şöyle ki, denek yöneticisi deneyi idare etmeye devam etti, ancak gereken durumlarda elektrik veren düğmelere deney yöneticisi basmaya başladı. Bu deneylerde, 450 volta kadar çıkan deneklerin oranı % 62'den % 92'ye yükseldi. Denek öğrenciye doğrudan acı vermeyen denek öğretmenler, yaşananlara çok daha az itiraz ettiler.

Denek öğrencinin denek öğretmen ile aynı odayı paylaştığı durumlarda deneylerde, otoriteye itaatte azalma görüldü.

[\(https://tr-tr.facebook.com/notes/%C3%A7eki%C3%A7li-filozoflar-kul%C3%BCb%C3%BC/d%C3%BC%C5%9F%C3%BCnd%C3%BCr%C3%BCc%C3%BC-bir-%C3%A7ali%C5%9Fma-milgram-deneyi/418097518223323/\)](https://tr-tr.facebook.com/notes/%C3%A7eki%C3%A7li-filozoflar-kul%C3%BCb%C3%BC/d%C3%BC%C5%9F%C3%BCnd%C3%BCr%C3%BCc%C3%BC-bir-%C3%A7ali%C5%9Fma-milgram-deneyi/418097518223323/), 04.03.2016)

3.2. Boyun Eğici Davranışlar İle İlgili Kuramlar

Sosyal Sıralama ve Sosyal Baskınlık Kuramları çerçevesinde değerlendirilen boyun eğici davranışlar, literatürde daha çok Gilbert (2000, 2001) tarafından ele alınmıştır. Gilbert ve arkadaşlarının (2003) yaptıkları bir çalışmada boyu eğici davranışların korku kaynaklı olduğunu ve kişinin atılganlığını engellediğini vurgulayarak, boyun eğici davranışların depresyonun anlamlı bir yordayıcısı olduğunu belirtmektedirler (Yıldırım, 2004: 221).

Sosyal Baskınlık Kuramı (Social Dominance Theory) öncülerinden Price (1988)'a göre, kendilerini bir şekilde diğerlerinden altta (alt statüde) gören ve utandırılmaktan korkan kişiler muhtemelen boyun eğici davranışlar sergilerler ve bazı sosyal durumlarda bastırılmışlık hissederken, kendini diğerleriyle eşit ya da üstün gören kişiler sosyal

olarak bastırılmışlık hissetmezler (Gilbert ve Allan, 1994: 297, akt. Tuzcuoğlu ve Korkmaz, 2001: 138).

Sosyal Sıralama Kuramı çerçevesinde, çocuk-anne baba ilişkisinin çok önemli olduğu belirtilmiş, anne babanın çocuğa sevgiyle davranmaması, onu baskı altında tutması, tehdit etmesi ve ondan boyun eğici davranışlar beklemesinin sakıncaları vurgulanmıştır. Gerçekten de Patterson'a (1988) göre, gündelik ilişkileri içerisinde bazı anne babalar, çocuklarının davranışlarını kontrol altında tutabilmek için tehdit yöntemini kullanmaktadırlar. Tehdit ve boyun eğici davranışlar, aşırı kontrol edici tarzı depresyona, sosyal kaygıya ve utangaçlığa yol açabilmektedir (Gilbert, 1997, 2000, 2003, akt. Yıldırım, 2004: 222).

3.3. Boyun Eğici Davranış Sergileyen Bireylerin Özellikleri

Boyun eğici davranış ile saygı arasında ciddi farklar vardır. Sağlıklı ilişkilerde boyun eğici davranışların değil, saygının egemen olması beklenir. Çünkü saygının egemen olduğu kişilerarası ilişkilerde birey özgürdür. Bağımsız, yaratıcı ve üreticidir. Düşünür, karşı çıkar, değişir, değiştirir, alternatifler sunabilir. Oysa kişilerarası ilişkilerde çoğunlukla boyun eğici davranışlar gösteren birey, kendisini daha az değerli ve önemsiz görmektedir. Özgür davranamaz ve söz hakkı sınırlıdır. Yapması gereken buyruklara uymaktadır. Herhangi bir konuda hatalı olmasa bile, hatalı olduğu söyleniyorsa, tatsızlık çıkmasın diye sesini çıkarmaz, kendisi hakkında söylenen olumsuz düşünceleri sessizce dinler. Farklı düşünse bile düşüncesini özgürce ifade edemez. Hayır demekte zorlanır. Başkalarının kendisini aşağılaması, suçlaması veya hakkının yenilmesi karşısında kendisini savunamaz, sözünün kesilmesine itiraz edemez. İçinden gelmediği halde başkalarına yakınlık göstermeye çalışır. Küçük hataları yüzünden sıklıkla özür diler. Olumsuz davranışlarını karşısındakine ifade edemez. Liderlik davranışı gösteremez, kolayca girişimde bulunamaz, kendine güveni düşüktür. Ciddi sorumluluklar almaktan, değişikliklerden ve insanlarla göz göze gelmekten sakınır (Gilbert, Pehl, ve Allan 1994, akt. Yıldırım, 2004: 221).

3.4. Bireyleri Boyun Eğici Davranış Sergilemeye İten Nedenler

Boyun eğici davranışların ortaya çıkmasında kalıttan çok çevresel faktörler belirleyicidir. Boyun eğici davranışların ortaya çıkması üzerinde etkili olan çevresel

faktörlerin neler olduğu ile ilgili farklı görüşler bulunmaktadır. Bu görüşlerden bir kısmı, bireyin çocukluğunda içinde bulunduğu aile ortamının boyun eğici davranışların ortaya çıkması üzerinde etkili olduğunu savunur. Bir kısım görüş ise daha çok bireyin o an içinde bulunduğu sosyal çevresi ve bununla ilgili algılarının belirleyici olduğunu savunmaktadır. Bireylerin boyun eğici davranış göstermelerinin ve boyun eğici bir yapıya sahip olmalarının kaynağını araştıran birçok araştırmacı, bu bireylerin otoriter, baskıcı, aşırı kısıtlayıcı anne-baba tutumları ile yetiştirilmiş olduklarını tespit etmişlerdir (Tekin ve Filiz, 2008: 29).

Boyun eğme davranışını ortaya çıkmasındaki süreçte üç faktör etkilidir: İlki iletişimsel etki, ikincisi normatif etki, üçüncüsü ise bilinçsiz uyumdur (Aronson, Wilson ve Akert, 1997: 299-308, akt. Tuzcuoğlu ve Korkmaz, 2001: 138).

1. İletişimsel Etki: Bireyin boyun eğmesini, diğer bireylerin yapılacak en doğru şey gibi göstermesidir. Bazı kültürlerde otoriteye koşulsuz boyun eğme istenilen, beğenilen bir özellik olarak küçüklükten itibaren çocuklara öğretilir. Seligman'ın öğrenilmiş çaresizlik kuramında tanımlandığı gibi, çocukluktan itibaren yaşanan stres ve şiddete maruz kalan organizmalar tepkisizlik içeren bir davranış geliştirirler ve sonuç olarak bu kişiler daha çok boyun eğici davranış sergilerler.

2. Normatif Etki: Bireyin diğerleri tarafından reddedilmemek ve onaylanmak amacıyla boyun eğmesidir.

3. Bilinçsiz Uyum: Sosyal normların sorgulanmadan kabul edilmesidir (Aronson ve diğerleri, 1997, akt. Sayar, 2012: 91).

4. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Holat ve arkadaşları tarafından 1992 yılında Ankara Numune Hastanesi Acil Servisi ve Psikiyatri Kliniği'ne intihar girişimi ile başvuran 80 kadın ve 32 erkekten oluşan 112 hasta üzerinde yapılan çalışmada depresyon, umutsuzluk ve intihar niyeti arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışmada umutsuzluk ve intihar niyeti arasında $r= 0.37$ düzeyinde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Vidinlioğlu tarafından 2010 yılında yapılan araştırmada, ortaöğretim öğrencilerinin benlik algıları ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki, algılanan anne baba tutumları, akademik başarı, cinsiyet, sosyoekonomik düzey, sınıf düzeyi gibi değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiş olup, 208 kız 306 erkek toplam 514 öğrenci araştırmaya katılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, öğrencilerin sınıf düzeylerine göre umutsuzluk puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görölmektedir ($p > .05$). Cinsiyete göre kız öğrencilerin umutsuzluk puan ortalamaları 4.39 ve standart sapmaları 3.68; erkek öğrencilerin umutsuzluk puan ortalamaları 5.22 ve standart sapmaları 4.29 olarak bulunmuştur. Umutsuzluk puanları cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde, kız ve erkek öğrencilerin umutsuzluk puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna göre, erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin ($X = 5.22$), kız öğrencilere ($X = 4.39$) göre daha fazla olduğu söylenebilir. Öğrencilerin algıladıkları anne-baba tutumlarına göre umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. ($p < .05$) Öğrencilerin akademik başarı düzeylerine göre umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir. Buna göre, akademik başarısını kötü olarak algılayan öğrenciler, akademik başarısını orta ve iyi algılayan öğrencilere göre daha umutsuz olduğu tespit edilmiştir. Akademik başarısı orta olan öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri, akademik başarısı iyi olan öğrencilerden daha yüksektir. ($p < .05$) Öğrencilerin algıladıkları sosyoekonomik düzeye göre umutsuzluk puanları arasındaki farklar istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($p < .05$). Buna göre, orta ve yüksek sosyoekonomik düzeydeki öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile düşük sosyo-ekonomik düzeydeki öğrenciler arasında fark bulunduğu, düşük sosyoekonomik düzeydeki öğrencilerin orta ve yüksek sosyoekonomik düzeydeki öğrencilere göre umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Saraç tarafından 2015 yılında “Ahi Evran Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Umutsuzluklarının İncelenmesi” üzerine yapılan araştırmanın alt problemlerinde umutsuzluk düzeyi ile aile tutumu, aile gelir düzeyi, cinsiyet ve akademik başarı gibi değişkenlerin ilişkisi incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre erkek öğrenciler kız öğrencilere göre daha umutsuzdurlar. Akademik başarıları düşük olan öğrencilerin umutsuzluk düzeyi diğer öğrencilere göre daha yüksektir. Anne-babasını ilgisiz olarak ifade eden öğrencilerin umutsuzluk düzeyi,

anne-babasını demokrat olarak ifade eden öğrencilerin umutsuzluk düzeyinden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Ailesinin ortalama aylık geliri 0-799TL aralığında olan öğrencilerin kaygı düzeyleri, ailesinin ortalama aylık geliri 800-3.499TL aralığında olan ve ailesinin ortalama aylık geliri 3.500TL'nin üzerinde olan öğrencilerin kaygı düzeylerinden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Ailesinin ortalama aylık geliri 0-799TL aralığında olan öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ailesinin ortalama aylık geliri 800-3.499TL aralığında olan öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinden anlamlı derecede yüksek çıkmıştır.

Tuzcuoğlu ve Korkmaz tarafından 2001 yılında Marmara Üniversitesi, İstanbul Üniversitesi, Ankara Üniversitesi ve Gazi Üniversitesinin Psikolojik Danışma ve Rehberlik bölümlerinin I., II., III. ve IV. sınıflarında öğrenim gören 303 kız ve 227 erkek olmak üzere toplam 530 öğrenci üzerinde yapılan araştırmada bu öğrencilerin boyun eğici davranışları ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve araştırmada elde edilen bulgulara göre; boyun eğici davranış ile depresyon arasında sağlam, anlamlı ($r=.58$; $p<.01$) ve pozitif yönde bir ilişki vardır. Depresyon kategorik düzeylerine göre, boyun eğici davranış puanları anlamlı derecede farklılaşmaktadır. Boyun eğici davranış kategorik düzeylerine göre de depresyon puanları anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Araştırmada ayrıca boyun eğici davranışlar ile cinsiyet ilişkisi incelenmiş, erkeklerde boyun eğici davranış düzeyinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Araştırmada, öğrencilerin, ailelerinin ekonomik düzeyi düştükçe, depresyon düzeyleri yükseldiği ve aynı şekilde ailenin ekonomik düzeyi düştükçe boyun eğici davranış düzeylerinin de yükseldiği görülmüştür.

Yıldırım tarafından “Lise Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışların Yaygınlığı” üzerine 2004 yılında yapılan araştırmada, lise son sınıfta okuyan 385 kız, 278 erkek öğrenci incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre erkekler arasında, gelir düzeyi düşük olan ve ailesiyle sıklıkla sert tartışmalar yaşayan, ailesi oldukça dindar ve akademik başarısı düşük olan öğrenciler arasında boyun eğici davranışların daha yaygın olduğu tespit edilmiştir.

Kutlu tarafından 2014 yılında “Lise 9.Sınıf Öğrencilerinin Zorbalık Düzeylerinin Problem Çözme Becerisi ve Boyun Eğici Davranışları İle İlişkinin İncelenmesi” üzerine yapılan araştırmada boyun eğici davranışlar ile anne ve babanın eğitim durumu,

algılanan gelir düzeyi, kardeş sayısı, belge alma, sınıf geçme, cinsiyet, yaş gibi değişkenlerin ilişkisini incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğrencilerin Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği puanlarının algılanan gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere uygulanan non-parametrik Kruskal Wallis testi sonucunda grupların sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>.05$). Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği puanlarının, örnekleme oluşturan öğrencilerin belge alma değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan bağımsız t testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>.05$). Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği puanlarının, örnekleme oluşturan öğrencilerin sınıf geçme değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan bağımsız t testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>.05$). Örnekleme oluşturan öğrencilerin cinsiyetine göre Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği puanlarının, farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan bağımsız t testi sonuçları gösterilmektedir. Buna göre erkek öğrencilerin boyun eğici davranışlar ölçeği puanları kız öğrencilerin puanlarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($t=-5,268$; $p<.01$)

Tümkaya'nın 2010 yılında yoksul ailelerden gelen ergenler (liselere devam eden ve yoksul ailelerden gelen 164 kız 116 erkek olmak üzere toplamda 280 öğrenci) üzerinde yaptığı araştırma sonucunda umutsuzluk ile boyun eğici davranışlar arasında .01 düzeyinde anlamlı fakat düşük bir korelasyon bulunmuş bunun sonucunda umutsuzluğun boyun eğici davranışlardan çok sosyodemografik değişkenlerle ilgili olarak ortaya çıktığı yorumu yapılmıştır. Tümkaya (2011) tarafından yapılan bir diğer araştırmada lise öğrencilerinde (adana ili merkez ilçelerdeki farklı tür liselere devam eden 153 ü kız 121 i erkek toplam 274 gönüllü öğrenci) boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunun ilişkisi incelenmiştir. Ancak bu araştırma sonucunda boyun eğici davranışlar ile umutsuzluk arasında literatürle de uyumlu olarak .17 düzeyinde anlamlı ve öncesine göre daha yüksek bir korelasyon elde edilmiştir.

Boyun eğici davranışlar ile umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir diğer araştırma da Tekin ve Filiz (2007) tarafından, beden eğitimi ve spor yüksekokullarının antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler (Selçuk

Üniversitesi ve Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümünün 1. 2. 3. 4. sınıflarında öğrenim gören, 182'si erkek, 99'u bayan toplam 281 öğrenci) üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu araştırma sonucunda da boyun eğici davranışlar ve umutsuzluk düzeyi arasında .58 düzeyinde pozitif bir korelasyon gözlemlenmiştir.



BÖLÜM 2: YÖNTEM

1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma korelasyon türü ilişkisel tarama modelindedir. Tarama modelleri geçmiş veya hala var olan bir durumu, var olduğu şekliyle betimlemeye çalışan araştırma yaklaşımlarıdır. Yani araştırmaya konu olan durum, birey veya nesne kendi koşulları içinde olduğu gibi değerlendirilir. Olay, birey ya da nesne herhangi bir şekilde etkilenmeye veya değiştirilmeye çalışılmaz. Önemli olan araştırma konusunu doğru bir biçimde gözleyip, belirleyebilmektir (Karasar, 2005, akt. Sayar, 2012: 114).

İlişkisel tarama modelleri, iki ya da çok sayıda değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. İki değişken arasında bir ilişkinin olup olmadığı anlamlılık sınamaları ile belirlenir. Çözümleme sonucunda bulunan değer, şans dışında sistemli bir etkileme ya da etkilenme ile oluşmuş görünüyorsa ilişki var demektir (Karasar, 1998, akt. Güleç ve Alkış, 2003: 21).

Yalnız bu tür bir düzenlemede, aralarında ilişki aranacak değişkenler, tekil taramada olduğu gibi, ayrı ayrı sembolleştirilir. Ancak bu sembolleştirme (değerler verme, ölçme), ilişkisel bir çözümlemeye olanak verecek şekilde yapılmak zorundadır. Korelasyon türü ilişki aramalarda değişkenlerin birlikte değişip değişmedikleri, birlikte bir değişme varsa, bunun nasıl olduğu öğrenilmeye çalışılır. Bir araştırmada ilişki arandığında, üç durum çıkar ortaya. Bunlar:

1. İki değişken arasında sistemli bir ilişki yoktur.
2. Değişkenler doğru (aynı yönde) orantılıdır.
3. Değişkenler ters orantılıdır (Karasar, 2005, akt. Sayar, 2012: 114).

Araştırmada da bu korelasyon tekniği kullanılmış ve verilerin çözümlenmesinde SPSS programından yararlanılmıştır.

2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini, İstanbul iline bağlı Mecidiyeköy ve Sultangazi ilçelerinde, lise düzeyinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklemi ise bu ilçelerdeki

farklı liselerde okuyan ve tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 174 kız ve 134 erkek olmak üzere toplam 308 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya, 52, 9. Sınıf öğrencisi, 111, 10. Sınıf öğrencisi, 78, 11. Sınıf öğrencisi ve 67, 12. Sınıf öğrencisi katılmıştır.

3. VERİLERİN TOPLANMASI

Araştırma sürecinde verilerin toplanması için Beck Umutsuzluk Ölçeği, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ve alt problemler doğrultusunda araştırmacı tarafından hazırlanmış olan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Öğrenciler ölçekleri ne şekilde dolduracakları ve araştırmanın içeriği konusunda bilgilendirilmiştir. Anket sonuçları araştırmacı tarafından tek tek değerlendirilmiş, eksik ya da hatalı kodlamalar neticesinde geçersiz olduğu görülen anketler değerlendirilmeye alınmamıştır.

4. VERİLERİN ANALİZİ

Bu araştırmada verilerin analizi için SPSS 22.0 kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistiklerden frekans (f), yüzde (%), ortalama (\bar{X}) ve standart sapma (S) kullanılmıştır. Verilerin analizinde, boyun eğici davranış ve umutsuzluk puan ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşma durumunu ortaya koyabilmek için bağımsız gruplar “t” testi uygulanmıştır. Boyun eğici davranış ve umutsuzluk puan ortalamalarının sınıf değişkeni, sosyoekonomik düzey değişkeni ve algılanan aile tutumu değişkeni açısından farklılaşma durumunu ortaya koymak için “Tek Yönlü Varyans Analizi” (ANOVA), Post-Hoc testlerinden Bonferoni analizi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyleri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi bulabilmek için ise “Pearson Korelasyon Katsayısı Çarpımı” yöntemi kullanılmıştır.

5. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu bölümde araştırmada veri toplamak amacıyla kullanılan Kişisel Bilgi Formu, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği hakkında bilgi verilecektir.

5.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği'nin yanında araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu da uygulanmıştır. Kişisel Bilgi

Formu araştırmanın alt problemleri ile uyumludur ve öğrencilerin cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan sosyoekonomik düzey ve algılanan anne baba tutumu gibi sosyodemografik özelliklerinin belirlenmesi amacıyla geliştirilmiştir. Kişisel Bilgi Formu geliştirilirken, uzman görüşü alınmış, gerekli literatür taranmış ve sorular bu doğrultuda oluşturulmuştur.

5.2. Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği

Bu ölçek, lise son sınıf öğrencilerinin boyun eğici sosyal davranışların düzeyini ölçmek amacıyla Gilbert ve Allan tarafından geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlanması ise 1992 yılında Şahin & Şahin tarafından yapılmıştır. Ölçeğin maddelerinin sadece sosyal davranışları içermesine dikkat edilmiş, duygu ifadelerine yer verilmemiştir. Ölçek 16 maddeden oluşup bireyin kendi kendine yanıtlayabildiği, uygulanması kolay bir ölçektir. Her maddede sözü edilen davranışların kişiyi ne kadar iyi tanımladığı sorulmaktadır. Yanıtların “Hiç tanımlamıyor”, “Biraz tanımlıyor”, “Oldukça tanımlıyor”, “İyi tanımlıyor” ve “Çok iyi tanımlıyor” seçeneklerine göre verilmesi istenmektedir. Maddeler 1-5 arasında, 5’li likert tipi puanlama esasına göre değerlendirilir. Ölçekten en düşük 16, en yüksek 80 puan alınabilir. Yüksek puanlar, daha fazla boyun eğici davranışa işaret eder. Ölçeğin güvenilirliği, iç tutarlık ve test-tekrar-test yöntemiyle hesaplanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .89 olarak belirtilmektedir. Test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .84 olarak bulunmuştur (Savaşır ve Şahin, 1997: 100-103).

Ölçeğin geçerliliği iki şekilde bulunmuştur. Ölçeğin ölçüt bağımlı geçerliğini belirlemek için Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri, Sosyotropi Ölçeği, Otonomi Ölçeği ve Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile korelasyonları incelenmiştir. Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği’ nin Beck Depresyon Envanteri ile korelasyonu .66; Sosyotropi Ölçeği ile korelasyonu .65; Otonomi Ölçeği ile korelasyonu .06; Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile Korelasyonu .50 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliliğine bakıldığında ise Beck Depresyon Envanteri’ ne göre oluşturulan uç grupları anlamlı olarak ayırt edebildiği görülmüştür (Savaşır ve Şahin, 1997: 100-103).

Ölçeğin Türkçeye uyarlanmış formu toplam 560 lise ve üniversite öğrencisiyle yapılan bir araştırmada Cronbach Alfa değeri .74 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Beck Depresyon

Envanteri ile korelasyonu .32; Sosyotropi Ölçeği ile .36; Otonomi Ölçeği ile korelasyonu .05'tir. Şahin ve Durak tarafından 627 üniversite öğrencisi ile yapılan bir başka çalışmada, Kısa Semptom Envanteri'nin alt ölçekleri ile BEDÖ' nün korelasyonlarının, .16 ile .42 arasında değiştiği, ölçeğin strese yatkın olan ve olmayan grupları ayırt edebildiği görülmüştür (Savaşır ve Şahin, 1997: 100-103).

5.3. Beck Umutsuzluk Ölçeği

Beck Umutsuzluk Ölçeği (Beck ve ark. 1974): 11 doğru, 9 yanlış anahtar yanıtı olan 20 doğru-yanlış önermeden oluşmuştur. Ölçek kendi kendine yanıtlanmaktadır. Anahtara uyumlu her yanıt için 1 puan, uyumsuz her yanıt için ise 0 puan verilmektedir. Elde edilen aritmetik toplam "Umutsuzluk puanı" olarak kabul edilmiştir. Puanların olası değişkenliği 0 ile 20 arasındadır. Umutsuzluk gibi önemli bir ruhsal belirtinin ölçümünü ortaya koyan umutsuzluk ölçeğinin kısa, güvenilir, kolay uygulanabilme özellikleri vardır (Seber ve ark. 1993: 140) .

1993 yılında Seber ve arkadaşları, Beck Umutsuzluk Ölçeği' nin geçerliliği ve güvenilirliği üzerine yaptıkları araştırmada, ölçeği, önce İngilizce orijinalinden Türkçeye çevirmiş, sonrasında ise Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğine başvuran ve DSM-III-R (APA 1986) tanı kriterlerine göre bir psikiyatrist tarafından majör depresyon ve distimik bozukluk tanısı alan ya da intihar girişiminde bulunmuş 37 olgu hasta grubuna ve herhangi bir ruhsal ve fiziksel bozukluğu olmayan 70 kişiye (kontrol grubu) uygulamışlardır. Bu çalışmada Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin güvenilirlik çalışması, iç tutarlık ve puan değişmezliği olmak üzere iki kısımda yürütülmüştür. Ölçeğin iç tutarlığına ilişkin analizler hasta grubunun umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar üzerinden yapılmış ve Cronbach alfa katsayısı 0.86 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin ileri düzeyde anlamlı olduğunun bir ölçütü olarak yorumlanabilir. Ölçeğin puan değişkenliğine ilişkin analizler, test-tekrar test yöntemi ile yapıldı. Ölçek Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi son sınıf öğrencilerinden oluşan 30 kişilik bir gruba 4 hafta ara ile iki kez uygulanmış, her iki uygulamadan alınan puanlar üzerinden hesaplanan Pearson Momentler çarpımı korelasyonu ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0.737 bulunmuş ve bu sonuç ölçeğin puan değişmezliği açısından da güvenilir olduğunu göstermiştir (Seber ve ark. 1993: 141).

Yine aynı çalışma ile Beck Umutsuzluk Ölçeğinin geçerlik çalışması, yapı (construction) ve uyum (concurrent) geçerliliği açısından incelenmiştir. Umutsuzluk Ölçeğinin hasta ve kontrol gruplarındaki olgulara uygulanması sonucunda elde edilen puan ortalamaları arasındaki farkın önemliliği student-t testi ile sınanmış, her iki grubun puan ortalamaları önemli düzeyde farklı bulunmuştur ($t=12.49$, $p<0.001$). Bu anlamlı fark umutsuzluk ölçeğinin bu iki grubu birbirinden anlamlı düzeyde ayırdığını ve yapısal açıdan geçerli olduğunu ortaya koymaktadır. Ölçeğin uyum geçerliği hasta grubunu oluşturan olguların geçerlik ölçütleri olarak alınan Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden (RBSÖ) aldıkları puanlar arasındaki ilişkinin incelenmesi ile kontrol edilmiştir. Deneklerin umutsuzluk ölçeği ve BDÖ' den aldıkları puanlar üzerinden Pearson Moment tekniği ile hesaplanan güvenirlik katsayısı 0.651 ($p<0.001$) iken umutsuzluk ölçeği ve RBSÖ' den aldıkları puanların katsayısı 0.558 ($p<0.001$) olarak bulunmuştur. Bu sonuç hasta grubundaki olguların BDÖ, RBSÖ ve BUÖ' den aldıkları puanların birbiri ile anlamlı düzeyde ilişkili ve umutsuzluk ölçeğinin uyum geçerliğinin yüksek olduğunun kanıtı olarak yorumlanabilir. Sonuç olarak Seber ve arkadaşlarının çalışmasından elde edilen bulgulara dayanarak, Beck Umutsuzluk Ölçeği'nin toplumumuz için geçerliğinin ve güvenirliğinin yeterli düzeyde olduğu, bu nedenle gerek araştırmalar için ve gerekse koruyucu ruh sağlığı açısından kullanılabilir bir ölçek olduğu sonucuna varabiliriz (Seber ve ark. 1993: 140-142).

1994 yılında ise Beck Umutsuzluk Ölçeği ile ilgili Durak ve Palabıykoğlu tarafından, daha geniş bir örneklem üzerinde yapılan geçerlilik çalışmasında, hem normal kişiler, hem de psikiyatrik ve kronik fiziksel hastalığı olan toplam 373 kişilik bir örneklem grubu incelenmiştir. Bu çalışma Beck Depresyon Ölçeği kriter alınarak yapılmış, tanı gruplarına göre iki ölçek arasında bulunan korelasyon katsayıları. 68.-71 ($p< .001$) olarak bulunmuştur. Bu analizler sonucunda Beck Umutsuzluk Ölçeği' nin hem normal örneklem için, hem de psikiyatrik ve kronik-fiziksel hastalar için geçerli bir ölçek olduğu söylenebilir (Durak & Palabıykoğlu, 1994: 317-318).

BÖLÜM 3: BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde yapılan araştırmanın amacına uygun olarak araştırma sürecinde elde edilen bulgulara yer verilmiştir. İstanbul ilinde bulunan farklı lise türlerinde ve farklı sınıf düzeylerinde okuyan 308 öğrenciden elde edilen veriler incelenirken frekans (f), yüzde (%), bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Post-Hoc testlerinden Bonferoni analizi ve Pearson Korelasyon katsayısı yöntemi kullanılmıştır. Öğrencilerin boyun eğici davranışları ve umutsuzluk düzeyi puanları; cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan sosyoekonomik düzey, algılanan anne baba tutumu boyutlarına göre değerlendirilmiştir. Araştırmanın alt problemlerine ilişkin bulgular sırasıyla aşağıda incelenmiştir.

1. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 1-a Cinsiyet Değişkenine Göre Umutsuzluk Düzeyleri Puan Ortalamalarına Ait t Değerleri

Cinsiyet	N	X	S	sd	t	p
Kız	174	6,39	4,12	306	.646	.658
Erkek	134	6,08	4,08			

Tablo 1-a incelendiğinde, kız öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri puan ortalamaları 6,39, erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri puan ortalaması 6,08 olarak tespit edilmiştir. Kız ve erkek öğrencilerin “umutsuzluk düzeyleri” puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı t testi ile kontrol edildiğinde, cinsiyetler arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilmemiştir. ($t=.646$, $p>.05$)

Tablo 1-b Cinsiyet Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Puan Ortalamalarına Ait t Değerleri

Cinsiyet	N	X	S	sd	t	p
Kız	174	2,18	,57	306	-3,302	,001
Erkek	134	2,40	,61			

Yukarıdaki tabloya göre, kız öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyleri puan ortalamaları 2,18, erkek öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyleri puan ortalaması 2,40 olarak tespit edilmiştir. Kız ve erkek öğrencilerin “boyun eğici davranış” puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı t testi ile kontrol edildiğinde cinsiyetler arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılaşma tespit edilmiştir. ($t = -3,302$, $p < .05$) Bu sonuçlara göre erkek öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyleri, kız öğrencilerin boyun eğici davranış düzeylerine göre daha yüksek bulunmuştur.

2. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Sınıf Düzeyi Değişkeni ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Örneklem grubundaki öğrencilerin sınıf düzeyleri ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi karşılaştırmak amacıyla ANOVA kullanılmıştır. Karşılaştırma sürecinde kullanılan ANOVA sonuçları aşağıdaki tabloda açıklanmıştır.

Tablo 2-a Sınıf Düzeyi ile Umutsuzluk Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

Sınıf Düzeyi	N	X	S	sd	F	p
9. sınıf	52	6,71	3,84	3	1,520	,209
10. sınıf	111	5,63	4,07			
11. sınıf	78	6,32	4,06			
12. sınıf	67	6,83	4,30			
Toplam	308	6,09	4,02			

Tabloda da görüldüğü üzere farklı sınıf seviyelerinde okuyan örneklem grubundaki öğrencilerin, umutsuzluk düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ($F=1,520$; $p>0,05$).

Tablo 2-b Sınıf Düzeyi ile Boyun Eğici Davranışlar Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

Sınıf Düzeyi	N	X	S	sd	F	p
9. sınıf	52	2,35	,67	3	,295	,829
10. sınıf	111	2,28	,56			
11. sınıf	78	2,25	,54			
12. sınıf	67	2,26	,64			
Toplam	308	2,28	,58			

Örneklem grubundaki öğrencilerin sınıf düzeyleri ile boyun eğici davranış düzeylerinin ilişkisini incelemek için ANOVA kullanılmıştır. Tablo 2-b’de verilen değerler incelendiğinde $p = .829$ olduğu görülmüş ve boyun eğici davranış düzeyinin sınıf değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. ($F = ,295$; $p > ,05$).

3. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Algılanan Sosyoekonomik Düzeyleri ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Tablo 3-a Algılanan Sosyoekonomik Düzey Değişkeni ile Umutsuzluk Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

Algılanan Sosyoekonomik Düzey	N	X	S	sd	F	p
Düşük	12	7,67	3,55	2	,848	,429
Orta	269	6,17	4,05			
Yüksek	27	6,52	4,69			
Toplam	308	6,25	4,09			

Karşılaştırma sürecinde ANOVA kullanılmıştır. Kendilerini farklı sosyoekonomik düzeyde algılayan örneklem grubundaki öğrencilerin algılanan sosyoekonomik düzeyleri ile umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı derecede bir farklılık görülmemiştir ($F = ,848$; $p > ,05$).

Tablo 3-b Algılanan Sosyoekonomik Düzey Değişkeni ile Boyun Eğici Davranışlar Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

Algılanan Sosyoekonomik Düzey	N	X	S	sd	F	p
Düşük	12	2,5417	,75535	2	1,249	,288
Orta	269	2,2658	,57000			
Yüksek	27	2,2801	,71794			
Toplam	308	2,2778	,59209			

Sosyoekonomik düzey değişkeni ile boyun eğici davranışlar ölçeği puanları arasındaki ilişki ANOVA ile karşılaştırılmıştır. Yapılan analiz sonucunda tablodaki değerlere ulaşılmıştır. Tablo 11 de bulunan $p=.288$ değerine bakıldığında algılanan sosyoekonomik düzey değişkeni ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı tespit edilmiştir ($F=1,249$; $p>,05$).

4. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Algılanan Anne Baba Tutumları ile Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Ergenlik dönemindeki öğrencilerin algılanan anne baba tutumu değişkeni ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki karşılaştırılırken ANOVA kullanılmıştır.

Tablo 4-a Algılanan Anne Baba Tutumları ile Umutsuzluk Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

Algılanan						
Anne Baba Tutumları	N	X	S	sd	F	p
Demokratik	71	6,31	4,10	3	14,644	,000
Otoriter	61	7,52	4,43			
Baskıcı	30	9,53	4,54			
İlgili	146	5,01	3,26			
Toplam	308	6,25	4,09			

Tabloda da görüldü gibi, ilgili anne-baba tutumuna sahip gençlerin umutsuzluk düzeyleri baskıcı, otoriter ve demokratik anne baba tutumuna sahip gençlerin umutsuzluk düzeyine göre daha düşük iken, umutsuzluk düzeyi puanları, en yüksek ortalamaya sahip grup, baskıcı anne-baba tutumuna sahip gençlerdir. Algılanan anne baba tutumları farklı olan bireylerin umutsuzluk düzeyleri puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilmiştir ($F=14,644$; $p<.05$).

Farklılığın yönünü belirlemek için Post- Hoc testlerinden Bonferoni analizi kullanılmıştır. Bu analize ait sonuçlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 4-b Algılanan Anne Baba Tutumlarına Göre Umutsuzluk Puanları ile İlgili Post- Hoc testi sonuçları

Algılanan Anne Baba Tutumu	Algılanan Anne Baba Tutumu	Ortalamalar Arası Fark	p
Demokratik	Otoriter	-1,2147	,427
	Baskıcı	-3,2235*	,001
	İlgili	1,3030	,118
Otoriter	Demokratik	1,2147	,427
	Baskıcı	-2,0087	,118
	İlgili	2,5177*	,000
Baskıcı	Demokratik	3,2235*	,001
	Otoriter	2,0087	,118
	İlgili	4,5265*	,000
İlgili	Demokratik	-1,3030	,118
	Otoriter	-2,5177*	,000
	Baskıcı	-4,5265*	,000

*p<0.05

Tablo 4-b incelendiğinde istatistiksel olarak farklılık gösteren tutum çiftleri şu şekildedir:

Demokratik- Baskıcı

İlgili- Baskıcı

İlgili- Otoriter.

Örneklem grubundaki öğrencilerin algılanan anne baba tutumları ile boyun eğici davranış düzeyleri puanlarını karşılaştırma sürecinde ANOVA kullanılmıştır.

Tablo 4-c Algılanan Anne Baba Tutumları ile Boyun Eğici Davranışlar Ölçeğinden Alınan Puanların Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan ANOVA Sonuçları

Algılanan Anne Baba Tutumları	N	X	S	sd	F	p
Demokratik	71	2,3037	,54540	3	1,138	,334
Otoriter	61	2,2674	,59971			
Baskıcı	30	2,4479	,59815			
İlgili	146	2,2346	,60829			
Toplam	308	2,2778	,59209			

Bu tabloya göre öğrencilerin büyük çoğunluğu anne ve baba tutumlarını ilgili olarak algılamaktadır. Tablodaki değerler incelendiğinde farklı anne baba tutumuna sahip gençlerin boyun eğici davranışlar ölçeğinden aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerlerinin birbirine oldukça yakın olduğu görülmektedir. $p = .334$ değeri göz önüne alınırsa bu analiz sonucunda farklı anne baba tutumlarına sahip olan gençlerin boyun eğici davranışlar ölçeğinden almış oldukları puanların istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklılaşmadığı söylenebilir ($F = 1,138$; $p > .05$).

5. Örneklem Grubundaki Öğrencilerin Boyun Eğici Davranış Düzeyleri ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki Farka İlişkin Bulgular

Ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığının tespiti için Pearson Korelasyon Katsayısı yöntemi kullanılmıştır.

Tablo 5-a Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin Boyun Eğici davranış Düzeyleri ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Pearson Korelasyon Katsayısı Yöntemi ile Karşılaştırılması

Boyun Eğici Davranış Düzeyleri	Umutsuzluk Düzeyleri
R	,201**
P	,000

** Korelasyon katsayısı 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tabloda da görüldüğü üzere umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır ($r = .201$; $p < .05$). Bu sonuca göre öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri arttıkça, boyun eğici davranış düzeylerinin de attığı söylenebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmaya katılan 308 öğrenci ile ilgili sosyodemografik özellikler ile uygulanan ölçek ve formların analizleri hakkında sonuç, tartışma ve önerilere yer verilecektir.

Algılanan sosyoekonomik düzeyleri sorulduğunda, öğrencilerin % 87'sinin kendisini orta düzeydeki sosyoekonomik gruba ait hissettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Burada verilerin devlet okullarında okumakta olan öğrencilerden elde edildiği göz önünde bulundurulursa sosyoekonomik düzeyi yüksek olarak nitelendirilen öğrencilerin sayısının az olması anlamlandırılabilir. Öğrencilerin algılanan sosyoekonomik düzey durumunu düşük olarak işaretlemeyi tercih etmemelerinin nedeni ise ergenlik döneminde sıklıkla görülen ailesinden ve çevresinden utanma duygusu olabilir.

Algılanan anne baba tutumu sorusunda ise araştırmaya katılan 308 öğrencinin 147'si “ilgili” seçeneğini işaretlemiştir. “Demokratik” seçeneğini işaretleyen öğrenci sayısı 71, “otoriter” seçeneğini işaretleyen öğrenci sayısı 61, “baskıcı” seçeneğini işaretleyen öğrenci sayısı ise 30'dur. Araştırmanın İstanbul ilinde yapılmasının “ilgili” seçeneğini işaretleyen öğrenci sayısı üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Tümkaya ve arkadaşları tarafından 2011 yılında yapılan Adana ilinde lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada öğrencilerin anne baba tutumu ile ilgili soruya çoğunlukla otoriter-koruyucu cevabını verdikleri gözlenmiştir (Tümkaya, 2011: 83). Bu ve benzeri araştırmalardan yola çıkılarak Türkiye'nin doğusunda baskıcı ve otoriter tutumun daha yaygın olduğu söylenebilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre umutsuzluk düzeyi puanları, t testi ile incelenmiş, kız ve erkek öğrencilerin puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yapılan birçok araştırmada cinsiyetin umutsuzluk düzeyi üzerindeki etkisi anlamlı bulunmazken (Tümkaya, Çelik ve Aybek: 2011; Tümkaya: 2005; Coşkun, 2007), bazı araştırmalarda da kız öğrencilerin umutsuzluk düzeyi erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur (Yaşar: 2001) . Ayrıca erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeyinin, kız öğrencilere göre daha fazla bulunduğu araştırmalar da mevcuttur. Şahin (2009) tarafından eğitim fakültesinde okuyan öğrenciler üzerinde yapılan araştırmada erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeyinin kız

öğrencilerden daha fazla olduğu görülmüştür. (Şahin, 2009: 277). Araştırma sonucunun, literatürün tamamı ile olmasa da bir kısmı ile uyumlu olduğu söylenebilir. Erkek ve kız öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamasından yola çıkarak cinsiyetin umutsuzluk duygusu üzerinde doğrudan etkisinin olmadığı söylenebilir. Umutsuzluk daha çok aile yapısı, sosyal çevre ile yaşanan uyumsuzluklar, düşük akademik başarı gibi çevresel faktörlerden etkilenen bir duygudur denilebilir.

Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre boyun eğici davranış ölçeğindeki puanları incelendiğinde erkek öğrencilerde boyun eğici davranış düzeyi puanlarının kız öğrencilere göre daha fazla olduğu görülmüş ve aradaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Literatürde erkek öğrencilerdeki boyun eğici davranış düzeyinin kız öğrencilere göre daha fazla olduğunu belirten araştırmalar bulunduğu gibi (Tuzcuoğlu, 2001; Yıldırım, 2004; Aksoy, 2012; Kutlu, 2014; Atlı, Kaya ve Macit, 2010), bazı araştırmalarda da kız öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyleri erkek öğrencilere göre daha fazla bulunmuştur (Tuzcuoğulları, 2014; Sayar, 2012; Tümkaya, 2010). Erkek öğrencilerde boyun eğici davranışların daha yüksek olmasının sebebinin, toplum tarafından benimsenen erkek egemen yapı olduğu söylenebilir. Erkek öğrenciler, toplumda yer ve statü edinmeyi bir amaç haline getirdikleri için bir gruba ait olma istekleri daha fazladır. Bu durum erkeklerde boyun eğici davranış düzeylerinin yüksek olmasına neden olabilir.

Sınıf düzeyi değişkeni ile umutsuzluk puanları arasındaki ilişki ANOVA ile analiz edilmiş ve umutsuzluk puanlarının sınıf düzeyine göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Yapılan incelemede, literatürde, araştırma bulguları ile benzerlik gösteren örneklere rastlanmıştır (Tümkaya, Çelik ve Aybek, 2011; Vidinlioğlu, 2010). Ancak araştırma bulgularına ters düşen örnekler de mevcuttur (Üngüren, 2007; Yenilmez, 2010). Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin, yaş aralığının dar olması ve çalışma, para kazanma ve benzeri yükümlülükleri yerine getirme açısından farklılaşmadıkları bu nedenle de sınıf düzeyinin, umutsuzluk puanları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığı düşünülmektedir.

Boyun eğici davranışlar ile sınıf düzeyi arasındaki ilişki ANOVA ile analiz edilmiş ve iki değişken arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır. Araştırma sonucu ile benzerlik gösteren çalışmalar literatürde mevcuttur (Gençdoğan, 2006; Tümkaya, 2011). Araştırmanın yakın yaş grupları üzerinde yapılması nedeniyle boyun eğici davranışlar ile sınıf düzeyi arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmadığı düşünülmektedir. Ancak yapılan incelemede aksi bulgular içeren araştırmalara da rastlanmıştır. Atlı ve arkadaşları tarafından 2010 yılında ilköğretim 2. Kademe öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada sınıf düzeyinin uç grupları arasında boyun eğici davranış düzeyinin istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin, sosyoekonomik durumları ile Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasındaki ilişki incelendiğinde, sosyoekonomik düzeyi düşük olan öğrencilerin umutsuzluk puan ortalamalarının, sosyoekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerin umutsuzluk puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Ancak aradaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olup olmadığını incelemek için yapılan ANOVA testi sonucunda, aradaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Literatürde, araştırma bulguları ile uyumlu örnekler olduğu gibi araştırma bulguları ile uyuşmayan örnekler de mevcuttur. Tümkaya ve arkadaşları tarafından 2010 yılında yapılan araştırmaya göre, gelir düzeyi azaldıkça öğrencilerin umutsuzluk düzeyi puanları artmaktadır. Ancak 2011 yılında yine Tümkaya ve arkadaşları tarafından yapılan başka bir araştırmada umutsuzluk düzeyi ile gelir düzeyi puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Tümkaya, bu bulgu ile ilgili olarak, umutsuzluk üzerindeki etkinin, ergenlik dönemindeki bireyler için gelir düzeyinden çok, arkadaş çevresi sosyal alanlardaki yaşam tarzlarının niteliği tarafından etkilendiği yorumunu yapmıştır (Tümkaya, 2011: 88). Umutsuzluk düzeyi üzerindeki etkinin, gelir düzeyinden çok, öğrencinin içinde yaşadığı aile yapısı, toplumsal yapı, arkadaş çevresi tarafından etkilendiği söylenebilir.

Boyun eğici davranışlar ölçeğinden alınan puanlar ile sosyoekonomik düzey değişkeni arasındaki ilişki incelendiğinde, düşük gelir düzeyindeki öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyi puan ortalamalarının, diğer gruplara göre yüksek olduğu görülmüştür. Gruplar arası puan ortalamaları arasındaki fark ise ANOVA ile analiz edildiğinde

istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatürde benzer sonuçlar ile karşılaşılmaktadır. Kaya ve arkadaşları tarafından 2004 yılında yapılan araştırmada algılanan gelir durumu ile boyun eğici davranışlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Atlı ve arkadaşları tarafından 2010 yılında yapılan araştırmaya göre ise orta gelir düzeyine sahip öğrenciler ile yüksek ve düşük gelir düzeyine sahip öğrencilerin umutsuzluk puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmazken, düşük gelir düzeyine sahip öğrenciler ile yüksek gelir düzeyine sahip öğrenciler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur. Araştırma sonucundan yola çıkılarak, sosyoekonomik durumun, boyun eğici davranış düzeyi üzerinde doğrudan bir etkisi olmadığı ancak düşük gelir düzeyine sahip olan öğrencilerin arkadaş çevresi edinebilmek veya maddi imkanının kendisini sınırladığı durumların içinden çıkabilmek amacıyla boyun eğici davranışlara başvurabileceği düşünülmüştür.

Ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeği'nden aldıkları puanlar ile anne baba tutumları arasındaki ilişki incelendiğinde en yüksek umutsuzluk düzeyi puanına sahip öğrenci grubunun anne baba tutumunu “baskıcı” olarak nitelendiren öğrenci grubuna ait olduğu görülmektedir. En düşük puan ortalaması ise anne ve baba tutumunu “ilgili” olarak nitelendiren öğrenci grubuna aittir. Öğrenci puanları arasındaki farklar ANOVA ile analiz edildiğinde istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Farklılığın yönünü belirlemek amacıyla yapılan Post-Hoc testlerinden Bonferoni analizi sonucuna göre, Beck Umutsuzluk Ölçeği puanları istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşan anne baba tutumu çiftleri aşağıdaki şekildedir:

Demokratik- Baskıcı

İlgili- Baskıcı

İlgili- Otoriter.

Literatür incelendiğinde araştırma bulguları ile uyumlu çalışmalara rastlanmıştır. Saraç tarafından 2015 yılında yapılan araştırmada anne baba tutumunun umutsuzluk puanları üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Vidinlioğlu tarafından 2010 yılında yapılan araştırmada ise yine anne baba tutumunun umutsuzluk düzeyi puanları üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit

edilmiştir. Bu çalışmaya göre anne baba tutumları ile umutsuzluk puanları arasında istatistiksel açıdan fark olan çiftler şu şekildedir:

Baskıcı-Demokratik

Baskıcı- ilgili

Baskıcı- Otoriter

İlgili- Otoriter.

Görüldüğü gibi sonuçlar, araştırma sonuçları ile uyumlu olmakla beraber, Vidinlioğlu (2010)'nun çalışmasında farklı olarak Baskıcı- Otoriter anne baba tutumlarının da istatistiksel açıdan farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Sürekli baskı gören veya bir otoriteye boyun eğen gençlerin, bir süre sonra kısıtlanmış olmanın verdiği huzursuzluk neticesinde umutsuzluk düzeylerinin arttığı söylenebilir.

Araştırmanın örneklem grubundaki öğrencilerin boyun eğici davranış düzeyleri puanları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkiye bakıldığında, anne baba tutumunu “baskıcı” olarak işaretleyen grubun boyun eğici davranışlar ölçeğinden aldıkları puan ortalamasının diğer gruplara göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Ancak aradaki fark ANOVA testi ile analiz edildiğinde istatistiksel açıdan anlamlı bir fark görülmemiştir. Kayan tarafından 2012 yılında yapılan çalışmada, ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin boyun eğici davranış puanları ile anne baba tutumları arasındaki ilişki incelenmiş, otoriter ve koruyucu olarak nitelendirilen anne baba algısı ile boyun eğici davranış puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Baskıcı aile tutumuna sahip olan öğrencilerden aile içindeki ilişkilerinde sürekli saygı beklenmektedir. Kayan'ın çalışması doğrultusunda baskıcı anne baba tutumuna sahip olan öğrencilerin toplumsal rollerinde de sanki bir saygı göstergesiymiş gibi boyun eğici davranışları benimsedikleri ve uyguladıkları söylenilebilir. Bu araştırma dışında Türkçe literatürde boyun eğici davranışlar ile anne baba tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır.

Son olarak da araştırmanın problem cümlesini oluşturan, “Ergenlik döneminde bulunan lise öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri ile boyun eğici davranış düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?” sorusuna cevap aranmıştır. Ergenlik dönemindeki öğrencilerin

umutsuzluk düzeyi ile boyun eğici davranışları arasındaki ilişki Pearson Korelasyon Katsayısı yöntemi ile incelenmiş ve aradaki ilişkinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, umutsuzluk düzeyi puanları arttıkça, boyun eğici davranış puanları da artmaktadır. Bu bulgu Türkçe literatürde boyun eğici davranışlar ile umutsuzluk arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma ile uyumludur. Tümkaya'nın 2010 yılında yoksul ailelerden gelen ergenler üzerinde yaptığı araştırmada, umutsuzluk ile boyun eğici davranışlar arasında .01 düzeyinde anlamlı fakat düşük bir korelasyon bulunmuştur. Yine Tümkaya tarafından 2011 yılında Adana ili merkez ilçelerdeki farklı tür liselere devam eden öğrenciler üzerinde yapılan araştırmada ise umutsuzluk ile boyun eğici davranışlar arasında .17 düzeyinde önceki araştırmaya oranla daha yüksek bir ilişki bulunmuştur. Tekin ve Filiz tarafından 2007 yılında yapılan araştırmada ise beden eğitimi ve spor yüksekokullarının antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ve boyun eğici davranışları arasındaki ilişki incelenmiş ve .58 düzeyinde pozitif bir korelasyon bulunmuştur. Boyun eğici davranışlara günlük hayatta sıklıkla yer veren gençler, bir süre sonra kendi kişiliklerinden ödün vermeye başlar. Oysa ergenlik dönemi daha önce de belirttiğimiz gibi kişilik gelişimi açısından önemli ve kritik bir süreçtir. Farklı gelişim dönemlerinde de boyun eğici davranışlar, umutsuzluk düzeyini etkiler ancak ergenlik döneminde bu etki daha da fazla hissedilmekte, Erikson'un gelişim kuramında "Kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası" olarak adlandırılan aşamada bulunan gençler kimlik oluşturmamakta ve kişiliğindeki taşları yerine oturtamamaktadır. Ergenlik döneminde yoğun hormon salgısının ve hızlı fiziksel gelişimlerin etkisinde olan gençler, boyun eğici davranışların da etkisiyle depresyon, intihar gibi risklere daha açık bir zemin haline gelmektedir.

ÖNERİLER:

Çalışmada edinilen bulgular ışığında aşağıdaki öneriler sunulabilir.

1. Çalışmalar genellikle lise öğrencileri veya üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Oysa ergenliğin başlangıcı olan ortaokul kademesi ile ilgili çalışmalar çok azdır. Ortaokul 5., 6., 7. ve 8. sınıf öğrencileri üzerinde de benzer çalışmalar yapılabilir.
2. Öğrencilerin algılanan sosyoekonomik düzey sorusuna yanlı cevaplar verebildikleri gözlenmiştir. Bu soru yerine yapılan araştırmalarda gelir aralığı verilen sorular daha doğru veriler edinilmesini sağlayabilir.
3. Anne baba tutumunun umutsuzluk üzerindeki etkisi dikkate alınarak annelerin veya babaların bilinçli olmasını sağlayacak çalışmalar, projeler, seminerler geliştirilebilir.
4. Çocuklar ve gençler boyun eğici davranışlar hakkında bilinçlendirilerek, “saygı” adı altında etrafındakilerin her istediğini yapan veya kabul eden gençler yerine, düşüncelerini rahatlıkla ifade eden, kendine güvenen gençlerin yetişmesi hedeflenmelidir.

KAYNAKÇA

Kitaplar

- Aytar, G.A. (2015). Ahlak (Törel) Gelişim A. Ulusoy (Ed.) Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi içinde Ankara: Anı Yayıncılık, 70-92.
- Aytar, G.A. (2015). Toplumsal ve Duygusal Gelişim A. Ulusoy (Ed.) Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi içinde Ankara: Anı Yayıncılık, 93-126.
- Bacanlı, H. (2004). Gelişim ve Öğrenme. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Bacanlı, H. (2011). Eğitim psikolojisi. Pegem Akademi.
- Bilgin, M. (2015). Bedensel ve Devinsel Gelişim. B. Yeşilyaprak (Ed.). Eğitim Psikolojisi Gelişim-Öğrenme-Öğretim içinde Ankara: Pegem Yayıncılık, 29-55.
- Can, G. (2015). Kişilik Gelişimi. B. Yeşilyaprak (Ed.). Eğitim Psikolojisi Gelişim-Öğrenme-Öğretim içinde Ankara: Pegem Yayıncılık, 125-163.
- Cüceloğlu, D. (2014). İnsan ve Davranışı. İstanbul: Remzi Kitabevi Onur, B. (2011). Gelişim Psikolojisi. Ankara: İmge Kitabevi.
- Erden, M., ve Akman, Y. (2008). Eğitim psikolojisi: Gelişim-öğrenme-öğretme. Arkadaş Yayınevi.
- Geçtan, E. (2013). Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar. İstanbul: Metis Yayınları
- İnanç, B.Y. ve Yerlikaya E.E. (2011). Kişilik Kuramları. Ankara: Pegem Akademi.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). Günümüzde İnsan ve İnsanlar Sosyal Psikolojiye Giriş İstanbul: Evrim Yayıncılık.
- Karabekiroğlu K. (2014). Ergenin Ruhsal Gelişimi. İstanbul: Say Yayınları.
- Karahan, F. ve Sardoğan, M.E. (2012). Kişilik Gelişimi. A. Kaya (Ed.). Eğitim Psikolojisi içinde Ankara: Pegem Yayıncılık, 119-140.
- Kulaksızoğlu, A. (2014). Ergenlik Psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Savaşır, I., ve Şahin, N. H. (1997). Boyun eğici davranışlar ölçeği. Bilişsel- Davranışçı Terapilerde Değerlendirme Sık Kullanılan Ölçekler. Ankara. Özyurt Matbaacılık.
- Selçuk, Z. (2007). Eğitim psikolojisi. Nobel Yayınları.

Senemoğlu, N. (2008). Gelişim, Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya. Ankara: Gönül Yayıncılık.

Siyez, D.M. (2012). Fiziksel Gelişim A. Kaya (Ed.). Eğitim Psikolojisi içinde Ankara: Pegem Yayıncılık, 42-72.

Steiner, H. ve Feldman, S.S. (2012). Genel Prensipler ve Özel Problemler. I.D. Yalom (Ed.) Ergen Terapisi içinde. İstanbul: Prestij Yayınları, 19-55.

Tuzcuoğlu, S., (2005). Kişilik Gelişimi, B. Aydın (Ed.) Eğitim Psikolojisi Gelişim ve Öğrenme içinde Ankara: Nobel Yayıncılık, 123-157.

Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlüğü (2012)

Ünver, B.G. (2015). Bedensel Ve Devinsel Gelişim A. Ulusoy (Ed.) Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi içinde Ankara: Anı Yayıncılık, 19-41.

Yavuzer, H. (1994). Ana-Baba ve Çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, Y. , Z. Demir ve M. Çalışkan (2008). Eğitim psikolojisi gelişim ve öğrenme. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Yapıcı Ş. ve Yapıcı M. (2005). Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi. Ankara: Anı Yayıncılık.

Yesilyaprak, B. (2013). Eğitimde Rehberlik Hizmetleri. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Yöndem, Z.D. ve Taylı A. (2012). Bilişsel Gelişim ve Dil Gelişimi. A. Kaya (Ed.). Eğitim Psikolojisi içinde Ankara: Pegem Yayıncılık, 73-109.

Yörükoğlu, A. (2014). Çocuk ruh sağlığı. İstanbul: Özgür Yayın dağıtım.

Sürelili Yayınlar

Atlı A., Kaya, A., & MACİT, Z. B. (2010). “İlköğretim II Kademe Öğrencilerinin Boyun Eğici Davranış Düzeylerinin İncelenmesi.” İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(1).

Coşkun, Y. (2007). “Ortaöğretim öğrencilerinin umutsuzluk durumları ve aile işlevselliği ilişkisinin bazı değişkenlere göre incelenmesi.” Dergipark, Ulakbim 11-26

Clouse , B. Çev. T. Gündüz (2000). “Ergenlerde Ahlak Gelişimi ve Cinsellik.” Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, 9(9), 1-39.

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

Durak, A., Palabıyıkoğlu, R., (1994). “Beck Umutsuzluk Ölçeği Geçerlilik Çalışması”, Kriz Dergisi, 1994, Cilt 2, Sayı 2, 311-319.

- Gençdoğan, B. (2006). "Lise Öğrencilerinin Sınav Kaygısı ile Boyuneğicilik Düzeyleri ve Sosyal Destek Algısı Arasındaki İlişkiler." Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(1), 153-164.
- Güleç, S., & Alkış, S. (2003). "İlköğretim Birinci Kademe Öğrencilerinin Derslerdeki Başarı Düzeylerinin Birbiri ile İlişkisi." İlköğretim Online, 2(2).
- Holat, H., V. Bitlis, N. Dilbaz, T. Tüzer ve G. Bayam, (1994), "İntihar Girişimlerinde Umutsuzluk ve Depresyon", Kriz Dergisi, 1994, Cilt 2, Sayı 2, 320- 322.
- Kaya, M., Güneş, G., Kaya, B., & Pehlivan, E. (2004). "Tıp fakültesi öğrencilerinde boyun eğici davranışlar ve şiddetle ilişkisi." Anadolu Psikiyatri Dergisi, 5, 5-10.
- Özkan, İ. A., Özen, A. (2008). "Öğrenci hemşirelerde boyun eğici davranışlar ve benlik saygısı arasındaki ilişki." TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 7(1), 53-58.
- Seber, G., Dilbaz, N., Kaptanoğlu, C., & Tekin, D. (1993). "Umutsuzluk ölçeği: Geçerlilik ve güvenilirliği." Kriz Dergisi, 1(3), 139-142.
- Suvarlı, Melahat, K. (1995). "Çocuklarda ve Adolesans Çağında İntihar: Araştırmalar, Önlemler ve Çözüm Önerileri", Kriz Dergisi, 1995, Cilt 3, Sayı 1-2, 89- 101.
- Şahin, C. (2009). "Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri." Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 27, 271-286.
- Tekin, M., Filiz, K. (2008). "Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarının Antrenörlük Eğitimi Ve Spor Yöneticiliği Bölümlerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranış Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi." Spormetre, Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 2008, 6(1) 27-37
- Tuzcuoğlu, S., & Korkmaz, B. (2001). "Psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerinin boyun eğici davranış ve depresyon düzeylerinin incelenmesi" , Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 2001, Sayı 14, 135-152.
- Tümkaya, S., Çelik, M., & Aybek, B. (2011). "Lise Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışlar Otomatik Düşünceler Umutsuzluk ve Yaşam Doyumunun incelenmesi." Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20(2), 77-94
- Tümkaya, S. (2005). "Ailesi Yanında Ve Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Umutsuzluk Düzeylerinin Karşılaştırılması." Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 3(4), 445-459.
- Tümkaya, S., Aybek, B., & Çelik, M. (2010). "Yoksul Ailelerden Gelen Ergenlerde Psiko-Sosyal Bir Olgu Olarak Umutsuzluk ve Boyun Eğici Davranışların İncelenmesi." Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 7(1), 970-984.

- Yenilmez, K. (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin matematik dersine yönelik umutsuzluk düzeyleri. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education) 38: 307-317
- Yıldırım, İ., Ergene, T. (2003). Lise son sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının yordayıcısı olarak sınav kaygısı, boyun eğici davranışlar ve sosyal destek. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 25(25).
- Yıldırım, İ., (2004). “Lise Öğrencilerinde Boyun Eğici Davranışların Yaygınlığı” , Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2004, 26, 220-228.

Tezler

- Aksoy, Y.D. (2012). “Ortaöğretim öğrencilerinde sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin suçluluk, utanç, boyun eğicilik davranışı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi.” Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi EBE,2012.
- Derebası, I. (1996). “Beck Umutsuzluk Ölçeği’ nin Ege Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Geliştirilmesi.” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi SBE, 1996.
- Dinçer, B. (2013). “İlköğretim Matematik Öğretmen Adaylarının Mesleğe Karşı Tutum, Algı Ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi.” Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi EBE, 2013
- Duruarı, S. (1994). “İşkencenin Bazı Psikolojik Boyutları Üzerine Bir Araştırma.” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi SBE, 1994
- Eftekin, P. (2015). “Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.” Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi EBE, 2015
- Köktuna, S. (2007). “Çözüm Odaklı Kısa Terapi Tekniğinin Alt Sosyo Ekonomik Seviyedeki Kadınların Geleceğe Umut ile Bakabilme ve Boyun Eğici Davranışlarına Etkisinin İncelenmesi.” Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi SBE, 2007.
- Kutlu, S., (2014). “Lise 9. Sınıf öğrencilerinin zorbalık düzeylerinin problem çözme becerisi ve boyun eğici davranışlar ile ilişkisinin incelenmesi” , Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi EBE, 2014.
- Saraç, T., (2015). “Ahi Evran Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Umutsuzluklarının İncelenmesi” , Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ahi Evran Üniversitesi FBE, 2015.
- Sayar, B., (2012). “Üniversite Öğrencilerinin Mizah Tarzları İle Umutsuzluk Ve Boyun Eğici Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” , Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi EBE, 2012.

- Tanç, S., “Benlik Değeri, Umutsuzluk ve Kariyer Beklentileri”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi SBE, 1999
- Tuzcuoğulları, Ö.T. (2014). Takım Sporlarıyla Uğraşan Elit Genç Sporcularda Boyun Eğici Davranışların Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2014.
- Vidinlioğlu, S.Ö. (2010). “Ortaöğretim Öğrencilerinin Benlik Algısı ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki” , Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi SBE, 2010.
- Yaşar, H. (2001). “Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Benlik İmajları ve Umutsuzluk Düzeylerinin Araştırılması.” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Yıldırım, B. (2015). “İlkokul Öğretmenlerinin Umutsuzluk Düzeyleri.” Yüksek Lisans Tezi. Okan Üniversitesi SBE, 2015
- Yıldırım, S. (2007). “Anaokulu Öğretmenlerinde Tükenmişlik Düzeyi ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki” Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi SBE, 2007.

İnternet Adresi

<https://tr-tr.facebook.com/notes/%C3%A7eki%C3%A7li-filozoflar-kul%C3%BCb%C3%BC/d%C3%BC%C5%9F%C3%BCnd%C3%BCr%C3%BCc%C3%BC-bir-%C3%A7ali%C5%9Fma-milgram-deneyi/418097518223323/>, 04.03.2016

EK-1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli öğrenciler, bu araştırma liselerde eğitim gören ve ergenlik döneminde bulunan öğrencilerin, umutsuzluk düzeylerinin, bazı sosyodemografik özelliklerle ilişkisinin araştırılması amacıyla yapılmaktadır. Verdiğiniz yanıtlar gizli tutulacak, sadece araştırma için kullanılacaktır. Araştırmanın doğruluğu ve yararı için eksiksiz ve gerçekçi cevaplar vermeniz çok önemlidir.

Araştırmaya yapacağınız katkıdan ve sorulara verdiğiniz doğru cevaplardan dolayı teşekkür ederim.

Yasemin ALTINSOY
Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz Kız Erkek
2. Okuduğunuz Sınıf 9. Sınıf 10. Sınıf 11. Sınıf 12. Sınıf
3. Algılanan Sosyoekonomik Düzeyiniz Düşük Orta Yüksek
4. Algılanan Anne Baba tutumu Demokratik Otoriter Baskıcı İlgili

EK-2

BECK UMUTSUZLUK ÖLÇEĞİ

Aşağıda geleceğe ait düşünceleri ifade eden bazı cümleler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuyarak, bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz ve size uygun olan “Evet” ya da “Hayır” seçeneklerinden birini (X) işaretleyiniz.

Sizin için uygunmu?

EVET HAYIR

1. Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum.		
2. Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamaı bıraksamıyı olur.		
3. İşler kötüye giderken bile herşeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.		
4. Gelecek on yıl içinde hayatımın nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.		
5. Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.		
6. Benim için çok önemli konularda ileride başarılı olacağımı umuyorum.		
7. Geleceğimi karanlık görüyorum.		
8. Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı düşünüyorum.		
9. İyi fırsatlara yakalamıyorum. Gelecekte yakalayacağım a inanmam için de hiç bir neden yok.		
10. Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.		
11. Gelecek benim için hoş şeylerden çok, tatsızlıklarla dolu gözüküyor.		
12. Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum.		
13. Geleceğe baktığımda şimdikiye oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.		
14. İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor.		
15. Geleceğe büyük inancım var.		
16. Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.		
17. Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi.		
18. Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünmüyor.		
19. Kötü günlerden çok, iyi günler bekliyorum.		
20. İsteddiğim her şeyi elde etmek için çaba göstermenin gerçekten yararı yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.		

EK-3

BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLAR ÖLÇEĞİ

Aşağıda, insanların sosyal ortamlardayken yaptıkları bazı davranışlar ve yaşadıkları bazı duygular verilmiştir. Her cümleyi dikkatle okuyun ve böyle bir davranışın sizi ne kadar tanımladığını, cümlenin karşısındaki parantezden uygun olanına çarpı (X) işareti koyarak belirtin.

Sizi ne kadar iyi tanımlıyor?		Hiç	Biraz	Oldukça iyi	İyi	Çok iyi
1.	Belli bir konuda benim olmasa da, hatalı olduğum söyleniyorsa tatsızlık çıkmasın diye sesimi çıkarmam	()	()	()	()	()
2.	Kendim yapmaktan hoşlanmasam da diğer insanlar yapıyor diye, bazı davranışları yaparım.	()	()	()	()	()
3.	Paramın üstü eksik verilmiş olsa da, sesimi çıkarmadan oradan uzaklaşıyorum.	()	()	()	()	()
4.	Başkalarının beni eleştirmesine ve aşağılamasına izin verir, kendimi savunmam.	()	()	()	()	()
5.	Sevdiğim kişi benden yakınlık istediğinde, o anda içimden gelmese de yakınlık göstermeye	()	()	()	()	()
6.	Konuşmaya çalışırken birisi lafımı ağızımdan alıp konuşmayı sürdürürse, ben susarım.	()	()	()	()	()
7.	Küçük hatalarım yüzünden sürekli özür dilerim.	()	()	()	()	()
8.	Annem/babam benim hakkımda hoş olmayan şeyler söylerken, ben sessizce dinlerim.	()	()	()	()	()
9.	Arkadaşlarıma kızdığım zaman, bu kırgınlığımı onlara söylemem.	()	()	()	()	()
10.	Arkadaş toplantılarında konuşmayı yönlendirmeyi başkalarına bırakırım.	()	()	()	()	()
11.	İnsanların, benimle konuşurken gözlerimin içine bakmalarından hoşlanırım.	()	()	()	()	()
12.	Herhangi biri benim için küçük bir iyilikte bile bulursa, içtenlikle ve tekrar tekrar teşekkür ederim.	()	()	()	()	()
13.	İnsanlarla göz göze gelmekten kaçınıyorum.	()	()	()	()	()
14.	Arkadaş toplantılarında, konuyu açan kişi hiçbir zaman ben olmam.	()	()	()	()	()
15.	İnsanlar ısrarla bana baktıklarında yüzüm kızarır.	()	()	()	()	()
16.	Birinin davetini geri çevirirken mutlaka hastalık gibi önemli bir bahane bulmaya çalışırım.	()	()	()	()	()

ÖZGEÇMİŞ

Yasemin ALTINSOY, 1985 yılında Bolu'da doğdu. İlk ve orta öğrenimini Yalova'da tamamladı. 2003 yılında Balıkesir Üniversitesi, Necatibey Eğitim Fakültesi, İlköğretim Matematik Öğretmenliği bölümüne yerleşti. 2010 yılında İstanbul Gaziosmanpaşa Mustafa Yeşil İlköğretim Okulu'na Matematik Öğretmeni olarak atandı. Halen Gaziosmanpaşa Toki Avrupa Konutları Ortaokulu'nda görev yapmaktadır. Evli ve iki çocuk annesidir.

