



ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**ERGENLERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIKLARI İLE GELECEK
BEKLENTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Yüksek Lisans Tezi

Hazırlayan

Engin AKTAŞ – 04230097

Danışman

Prof. Dr. Kurtman ERSANLI

Samsun-2016



ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**ERGENLERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIKLARI İLE GELECEK
BEKLENTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Yüksek Lisans Tezi

Hazırlayan

Engin AKTAŞ – 04230097

Danışman

Prof. Dr. Kurtman ERSANLI

Samsun-2016

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Hazırladığım Yüksek Lisans Tezinin proje aşamasından sonuçlanmasına kadarki süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet ettiğimi, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu çalışmada doğrudan ve dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu taahhüt ederim.

.../.../2016

Engin AKTAŞ

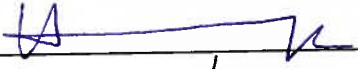
KABUL VE ONAY

Engin Aktaş tarafından hazırlanan "Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılıkları ile Gelecek Beklentileri Arasındaki İlişki" başlıklı bu çalışma, 25/ 04/ 2016 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği ile başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Prof. Dr. Kurtman ERSANLI



Üye : Prof. Dr. Hikmet YAZICI



Üye : Prof. Dr. Melek KALKAN



Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

_ / _ / _

Enstitü Müdürü

ÖZET

ERGENLERİN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIKLARI İLE GELECEK BEKLENTİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Engin AKTAŞ

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Yüksek Lisans, Nisan/2016

Danışman: Prof. Dr. Kurtman ERSANLI

Bireyler yaşamlarında karşılaştıkları zorluklarla başa çıkabilmelerinin bir sonucu olarak çevrelerine uyumlarını artırmakta ve geleceğe yönelik olumlu beklentilere sahip olarak yaşama umutla bakabilmektedirler. Bu araştırmada, ergenlerin anne babalarının birliktelik durumuna, cinsiyetlerine, kardeş sayılarına, sınıf düzeylerine ve okul türlerine göre gelecek beklentileri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu amaçla Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Gelecek Beklentileri Ölçeği kullanılarak 1278 ortaöğretim öğrencisinden oluşan örneklemden elde edilen verilerin analizi ile araştırmanın denenceleri test edilmiştir. Bulgular, ergenlerin psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklentileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu, ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi anne babanın birlikte olma, kardeş sayısı, sınıf düzeyine göre anlamlı olarak farklılaşmazken; okul ve cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Gelecek beklentileri düzeyi üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmamıştır. İlgili bulgular alan yazın desteği ve benzer araştırma bulguları ile birlikte tartışılmış, bu doğrultuda yapılabilecek çalışmalara ışık tutabilecek, alanda çalışan psikolojik danışmanlara ve diğer araştırmacılara yardımcı olabilecek önerilere yer verilmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Psikolojik Dayanıklılık, Gelecek Beklentileri, Ergenlik*

ABSTRACT

PSYCHOLOGICAL DURABILITY OF ADOLESCENTS AND RELATIONSHIP WITH FUTURE EXPECTATIONS

Engin AKTAŞ

Ondokuz Mayıs University, Institute of Education Sciences

Psychological Counselling and Guidance Department, Nisan/2016

Supervisor: Prof. Dr. Kurtman ERSANLI

Individuals increase the adaptation to people around them and they can look forward to life hopefully having positive expectations intended to future as the result of coping with the difficulties they come across in their lives. In this survey, the relation between psychological durability level and future expectations related to union status of adolescents parents, genders, number of siblings, grades and types of school is examined. For this reason, hypothesis of survey and the analysis of data obtained by using personal information form, Psychological Durability Scale and Future Expectations Scale from the sample including 1278 secondary education students are tested. Findings show us that there is a meaningful relation in positive direction between future expectation and adolescents psychological durability, making no meaningful difference according to union status of parents, number of siblings; while making meaningful difference on levels of psychological durability according to gender and type of school, making no meaningful difference on future expectations. Related findings are argued with field write support and similar survey findings, in this direction; offers which will help to sort out study that will be done, psychological supervisors working in this field and others researchers.

Key Words: Psychological Durability, Future Expectations, Adolescents

ÖNSÖZ

Bireylerin birçok stres faktörü altında hızlı bir gelişim süreci yaşadıkları, gelecekteki konumlarını içeren önemli kararlar almaya başladıkları ergenlik döneminde ki psikolojik sağlık düzeyleri, geleceğe yönelik beklentilerini etkileyen önemli bir faktördür. Günümüzde, özellikle nitelikli insan yetiştirmenin önemli olduğu ve nitelikli insan yetiştirmede ortaöğretim sonrasında üst öğrenim programlarına yönelik seçimlerin yapıldığı bir süreçtir. Anne-babaların yeterince zaman ayıramaması nedeniyle yalnızlaşan ergenler geleceklere yönelik belirsizlikler yaşamaktadırlar. Yani bir anlamda bireylerin geleceğe yönelik kararlar almasını ve geleceğe yönelik beklentilerini geçmiş yaşantıları doğrudan etkilemektedir. Zorluklar karşısında dayanıklı ve esneklik düzeyleri bireylerin geleceğe yönelimlerini nasıl etkileyeceği önem kazanmaktadır. Bu çalışma ile ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve geleceğe yönelimlerinin çeşitli değişkenler aracılığıyla incelenerek sağlıklı yönelimler için yardımcı olacaktır. Öte yandan gelecek yönelimli araştırmalar bireylerin bugünkü tercihlerinin uzun vadeli sonuçlarını fark etmeleri adına olanak sağlarken, bugünü, geleceği etkili ve değerli bir şekilde yaşamalarını desteklemektir.

Bir ürün ortaya koyabilmek arzusu ile yola çıkılan bu çalışmada bu sürecin her aşamasında yanımda bulunan ve olumlu yaklaşımları ile güven veren insanlara teşekkürlerimi iletmek istiyorum. İlk olarak ilk günden itibaren samimi, sıcak ve içten yaklaşımının yanında “bilgeligi” ile yanımda olan akademik danışmanım olarak bana yol gösteren Prof. Dr. Kurtman ERSANLI’ya sonsuz teşekkürler. Lisansüstü eğitimimin her aşamasında değerli katkılar sunan, bilimsel bakış açısı geliştirmemde katkıları olan Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK, Prof. Dr. Melek KALKAN, Doç. Dr. Canani KAYGUSUZ, Doç. Dr. Hatice KUMCAĞIZ, Yrd. Doç. Dr. Yaşar BARUT’a, önerileri ve yardımları için Yrd. Doç. Dr. Ayşegül ALTUN ve Yrd. Doç. Dr. Hacı Bayram YILMAZ’a teşekkür ederim.

Bu çalışma boyunca gösterdikleri anlayış ve destek nedeniyle okul müdürüm Mustafa ŞAHİN ve Abdullah ÖKÇÜN başta olmak üzere diğer çalışma arkadaşlarıma teşekkür ediyorum.

Uygulama sürecindeki katkıları, eğitim sürecim boyunca yardımları ile bana her daim destek veren, Murat YARAMIŞ, Hayri SARAL ve Hülya BAYDIN’a, içten yaklaşımı ve samimi duruşu ile desteğini esirgemeyen Hilal PEKER’e sonsuz teşekkürlerimi iletirim.

Akademik çalışmam boyunca gösterdikleri anlayış ile sevgili çocuklarım Efe AKTAŞ ve Deniz AKTAŞ her zaman olduğu gibi yine yanımdaydılar.

İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
KABUL VE ONAY.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
ÖNSÖZ.....	vi
BÖLÜM 1.....	1
1. GİRİŞ.....	1
1.1 Araştırmanın amacı.....	4
1.2 Problem.....	4
1.3 Alt Problemler.....	4
1.4 Denenceler.....	5
1.5 Sayıtlar.....	5
1.6 Sınırlılıklar.....	5
1.7 Tanımlar.....	5
1.8 Araştırmanın gerekçesi ve önemi.....	6
BÖLÜM 2.....	7
2. KURUMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	7
2.1 Kurumsal Çerçeve.....	7
2.1.1 Psikolojik Dayanıklılık ve İlgili Kurumsal Çerçeve.....	7
2.1.2. Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler.....	11
2.1.2.1 Risk Faktörleri.....	11
2.1.2.1.2 Stres.....	12
2.1.2.2 Koruyucu Faktörler.....	13
2.1.2.3 Olumlu Sonuçlar.....	15
2.1.2.3.1 İyi Olma.....	15
2.1.2.4 Psikolojik Dayanıklılık ile İlgili Araştırmalar.....	27
3.1.1 Gelecek Beklentileri.....	24
3.1.1.1 Umut ve Umutsuzluk.....	30
3.1.1.2 Özsaygı.....	33
3.1.1.3 Ana Baba Tutumları.....	34
3.1.1.3.1 Demokratik Anne – Baba Tutumu.....	34
3.1.1.3.2 İlgisiz Anne – Baba Tutumu.....	35
3.1.1.3.3 Otoriter Anne – Baba Tutumu.....	35

3.1.1.3.4 Koruyucu Anne – Baba Tutumu.....	36
3.1.1.4 Ergenlik Dönemi.....	36
3.1.1.5 Gelecek Beklentileri ile İlgili Araştırmalar.....	37
BÖLÜM 3.....	43
3. YÖNTEM.....	43
3.1 Araştırmanın Yöntemi.....	43
3.2 Araştırmanın Modeli.....	43
3.3 Evren ve Örneklem.....	45
3.4 Veri Toplama Araçları.....	45
3.4.1 Kişisel Bilgi Formu.....	45
3.4.2 Gelecek Beklentileri Ölçeği.....	45
3.4.3 Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği.....	46
3.5 Verilerin Toplanması.....	46
3.6 Verilerin Analizi.....	47
BÖLÜM 4.....	48
4. BULGULAR.....	48
BÖLÜM 5.....	61
5. TARTIŞMA VE YORUM.....	61
BÖLÜM 6.....	66
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	66
6.1 Psikolojik Danışmanlara Öneriler.....	66
6.2 Araştırmacılara Öneriler.....	67
KAYNAKÇA.....	68
EKLER.....	82
KİŞİSEL BİLGİ ANKETİ.....	82
ERGEN GELECEK BEKLENTİLERİ ÖLÇEĞİ.....	83
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK ÖLÇEĞİ.....	86
ÖZGEÇMİŞ.....	87

BÖLÜM 1

Tezin bu bölümünde problem durumu, problem cümlesi, alt problemler, denenceler, sayılılar, sınırlılıklar, araştırmanın önemi ve tanımlar yer almaktadır.

1.GİRİŞ

Bireyler gelişim dönemlerindeki görevlerini yerine getirme, çevreleriyle uyumlu ve üretken olma arzusundadırlar. Bu süreçte kendilerini etkileyen olumsuz faktörlere rağmen gelecekteki yaşamlarını planlayarak hedeflerine ulaşabilme çabasındadırlar.

Gelişim dönemleri boyunca ve özellikle de ergenlik döneminde hemen hemen her birey, yaşamını etkileyen birçok zorlukla karşılaşır. Gelişimi olumsuz olarak etkileyen bu zorluklar, aynı zamanda onların gelecekteki yaşamına da yön verebilmektedir. Örneğin sevilen birisinin kaybı, ölümcül hastalıklar, doğal afetler, şiddete maruz kalma gibi olaylar yaşam düzenini bozmakta ve bireyin dengesini alt üst etmektedir. Bireyler yaşadıkları olumsuzluklar karşısında korkuya kapılmakta ve kendilerini korkutan faktörler karşısında hazırlık tepkileri verebilmektedirler. Olumsuz faktörlere verilen tepki biçimleri bireylerde utanma, kaygı, üzüntü, depresyon ve karışık duygulara yol açmaktadır. Geçmiş yaşantı ve deneyimleri ile bireylerin kendilerini olumsuz olarak etkileyen bu duygulara karşı koyabilme, esnek davranabilme ve üstesinden gelebilmesi sonucunda hoşnutluk duygusu yaşamaktadırlar.

Bireylerin olumsuz duygularına karşı verdikleri olumlu tepkiler ve açık-seçik müdahaleler hoşnutluk duygusunu ortaya çıkarır. Kendinden hoşnutluk duyan bireylerin özsaygı düzeyleri yükselir. Geleceğe dönük olarak karşılaşabileceği olumsuz duyguların üstesinden gelebileceği veya olumsuz duygularla karşılaşmayacağı inancı oluşur. Geleceğe yönelik olumlu beklentiler sonunda bireylerde mutluluk duygusu ortaya çıkar.

Ersanlı (2012), her insanın dünyaya geldiği andan itibaren çabaları genellikle kendini ve çevresini tanıma ve anlamaya yöneliktir. Bu tamamen çevresine uyum sağlama arzusunun bir sonucudur. Bu süreçte çevrelerindeki insanları ve meslekleri tanır ve onların yaşam tarzlarını model alma yoluyla öğrenir. Kendilerine uygun olanı seçerek ileriki yaşamlarında hedeflerine ulaşmak ister. Hedeflerini belirlemek, hedeflerine ulaşmak için birçok görevi yerine getirebilmek adına kendisini değerlendirir. Bu görevleri yerine getirebileceğine olan inancı kendine duyduğu özgüven ile ilintilidir. Bireylerde özgüveni oluşturan süreçlerin en önemlisi kendilerini etkileyen içsel ve dışsal yaşamsal zorlukların üstesinden gelebilme güçleridir. Rutter (2006), psikolojik dayanıklılığı bireylerin yaşamlarındaki ciddi

zorlanmalarla elde ettikleri tecrübeler ve ortaya çıkan olumlu sonuçların birleşimi olarak tanımlamıştır. Murphy (1987) ise psikolojik sağlamlığı, travmatik yaşantılar sonucundaki iyileşme süreci, zorluklarla başa çıkabilme sonunda bireyin, çevreye uyumunu artırarak olumlu yönde gelişim gösterdiği, ayrıca geleceğe dönük ve olumlu beklentilere sahip olarak yaşama da umutla bakmasını sağlayan bir kavram olarak tanımlamıştır.

Psikolojik dayanıklılık kavramı ile ilgili olarak yapılan tanımlardaki ortak noktalar; ciddi zorlanmalar veya travmatik yaşantılar karşısında bireylerin esneklikleri, karşı koyma güçleri, elde ettikleri olumlu tecrübeler ve değişen çevresel koşullara uyum sağlama ve geleceğe yönelik de olumlu düşünebilme gücü olarak belirlenmiştir. Bu çalışmada yapılan tanımlardan hareketle psikolojik dayanıklılık; bireyin yaşamını etkileyen her türlü zorlanma karşısında uyum sürecini devam ettirebilme ve geleceğe dönük olarak yaşamına yön verebilmek adına göstermiş olduğu esneklik çabaları şeklinde tanımlanabilir.

Yaşamın her döneminde bireyleri etkileyen birçok çevresel etken ve bu etkenlerden kaynaklanan stres durumları kaçınılmazdır. Bireyin yaşamını olumsuz olarak etkileyen stres ya da travmatik yaşantılar karşısında her birey, farklı düzeyde tepkiler verebilmektedir. Olaylar karşısında müsamaha göstererek esnek davranan ya da olumsuz yaşantılar karşısında kendini koruyabilen bireyler, psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerdir. Psikolojik dayanıklılık düzeyi yüksek olan bireyler, olumsuzluklar karşısında duyuşsal, duygusal ve bilişsel yönden pozitif kazanımlar elde ederler. Olumsuzluklar karşısında elde ettikleri pozitif kazanımlar sonunda rahatlama, gurur duyma, coşkulu olma, takdir edildiğini hissetme, neşe ve mutluluk gibi duygular yaşarlar. Bu duygulara yüklenen pozitif anlamlar benlik saygılarını yükseltip ve benlik güçlerini artıracığından; o kimsenin geleceğe yönelik olarak da ilgilerinde artma ve çevrelerine karşı da olumlu tutumlar geliştirmesine olanak sağlar. Böylelikle geleceğe yönelik olumlu beklentiler ortaya çıkar.

Rotter'e (1954) göre olumsuzluklar karşısında yeterli direnç gösteremeyen bireyler duyuşsal, duygusal ve bilişsel yönden elde edecekleri negatif tecrübeler sonucunda korku, endişe, öfke, hayal kırıklığı, üzüntü, yalnızlık, utanç ve depresyon gibi olumsuz duygular yaşayacaklardır. Bu duygulara yükleyebilecekleri negatif anlamlar sonucunda benlik saygıları ve güçleri düşecek; geleceğe dönük olarak ilgilerinde azalma ve çevrelerine karşı olumsuz tutumlar geliştirebileceklerdir. Böylelikle bireyin geleceğe yönelik beklentileri olumsuz bir nitelik kazanmaya başlayacaktır. Anlaşıyor ki, geçmişteki olumlu ya da olumsuz yaşantılar, gelecekteki yaşama yönelik beklentileri etkilemektedirler.

Tatar'a (2005) göre beklenti, önceki deneyimlerden yola çıkarak gelecekte ne olabileceği ile ilgili çıkarımlarda bulunmaktır. Bireylerin geleceğe yönelik olarak öngöründe bulunabilmeleri, geçmişte o konuda bir deneyim yaşadığı anlamına gelebilir. Rotter'e (1954) göre bireyin geçmiş yaşantıları sırasında almış olduğu pekiştireçler, geleceğe yönelik beklentilerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu nedenle belli bir alandaki beklenti geleceğe yönelik dilek ve arzularından çok, bireyin kendisine yönelik algıları şekillendirmektedir. Sosyal öğrenme kuramcıları "beklenti" kavramını geçmiş yaşantılara ve benzer alanlardaki deneyimlere dayanarak, gelecekteki belli bir alandaki başarı ya da performansa ilişkin düşünceler olarak tanımlamaktadır. Nurmi'ye (2001) göre gelecek beklentisi, bireylerin gelecekle bağlantılı görüş, ilgi ve kaygılarını barındıran bilişsel haritalarıdır. Kuramsal perspektiften bakıldığında, gelecek hakkındaki beklentiler önemlidir, çünkü beklentiler kararların alınmasında en güçlü faktörlerdir.

Mac Leod ve Byrne'e (1996) göre olumlu gelecek yönelimine sahip olan insanlar hayattan beklenti konusunda oldukça iyimser olup hayata umutla bakarlar. Bu bakış açısından yola çıkarak olumlu beklentilere sahip olan insanlar, olumsuz beklentilere sahip olan insanlara oranla gelecekteki amaçlarına ulaşmak adına çaba sarf ederler. C. Petterson ve Seligman'a (1994) göre olaylara olumlu yaklaşmak olumsuz yaklaşımdan daha çok rağbet gördüğünden iyimser beklentilere daha sıklıkla rastlanmaktadır ve olumlu beklentiler olumsuz beklentilere göre daha uzun sürelidir (Akt. Oettingen & Mayer, 2002, s.1998).

Bolger (1990) Spirito ve arkadaşlarına (1994) göre gelecek hakkında olumsuz düşünme üzüntü ve öfkeye bağlıdır. Gelecek hakkında olumsuz düşünme ile yakın zamanda karşılaşılması muhtemel sorunların çözümü için çaba harcama isteği bireylerin sorunlar altında ezilmesini engeller ve bireyleri sorunlar karşısında dayanıklı kılar. Burada karşılaşılan problemler karşısında olumsuz çözümler düşünülmesi ve çözüm için çaba harcanması bireyi daha değerli kılabilir. Catalano ve v.d. (2004) göre gelecek beklentileri yüksek olan ergenlerin kendi kararlarını verebilme, sosyal uyum, olumlu değerler kazanma gibi alanlarda gelişim kaydetmesi mümkündür.

Birey gelişim süreci içerisinde ve özellikle de ergenlik döneminde yaşamını etkileyen birçok zorlukla karşılaşmaktadır. Aynı zamanda geleceğe yönelik meslek seçimi ile ilgili çalışmaların yapıldığı bu dönemde gerek ortaöğretim sürecindeki başarı durumu ve gerekse de üniversite seçme sınavı gençlerin hayatında önemli bir yer tutmaktadır. Ülkemizde üniversite seçme sınavı ergenlik döneminde önemli bir stres kaynağı oluşturmakla beraber bireylerin gelecekteki yaşamlarını da belirlemektedir.

Bu araştırma ile genel olarak ülkemizdeki ergenler için karşılaştıkları zorluklarla baş edebilme düzeylerinin ve gelecekteki yaşamlarına ilişkin beklentileri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı; Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile gelecek beklentileri düzeyleri arasındaki ilişkinin; cinsiyetlerine, anne-babanın birliktelik durumuna, okul türüne ve sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemektir.

1.2.Problem

Ergenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki var mıdır? Varsa bu ilişki, bazı değişkenlere (anne babanın beraber yaşaması, cinsiyet, kardeş sayısı, ergenin devam ettiği okul türü ve okuldaki sınıfı) göre değişmekte midir?

1.3.Alt Problemler

1.3.1.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3.2. Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki anne babanın birliktelik durumuna göre anlamlı olarak değişmekte midir?

1.3.3.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki cinsiyetlerine göre anlamlı olarak değişmekte midir?

1.3.4.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki kardeş sayısına göre anlamlı olarak değişmekte midir?

1.3.5.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki okul türüne göre anlamlı olarak değişmekte midir?

1.3.6.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki sınıf düzeyine göre anlamlı olarak değişmekte midir?

1.4. Denenceler

1.4.1.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

1.4.2. Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki anne babanın birliktelik durumuna göre anlamlı olarak değişmektedir.

1.4.3.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki cinsiyetlerine göre anlamlı olarak değişmektedir.

1.4.4.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki kardeş sayısına göre anlamlı olarak değişmektedir.

1.4.5.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki okul türüne göre anlamlı olarak değişmektedir.

1.4.6.Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki sınıf düzeyine göre anlamlı olarak değişmektedir.

1.5. Sayıtlar

Bu araştırmada belirtilen sayıtlı şöyledir:

Araştırmaya katılan öğrencilerin kendilerine verilen ölçekleri gerçek durumlarını yansıtacak şekilde yanıtladıkları kabul edilmiştir.

1.6. Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibidir.

1.6.1. Bu araştırma, 2012-2013 eğitim öğretim yılında Samsun ili İlkadım ilçesi'nde eğitim öğretim gören Meslek Liseleri, Anadolu Liseleri ve Genel Liselerin 9, 10, 11 ve 12. Sınıf öğrencileri ile sınırlıdır. Dolayısıyla bulgular, bu öğrencilere ve benzer nitelikteki öğrencilere genellenebilir.

1.6.2. Araştırma bulguları, kullanılan ölçeklerin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Aşağıda, araştırma ile ilgili kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

Psikolojik Dayanıklılık: Psikolojik sağlamlık, stres ya da zorluğu yenmeyi ya da risk yaratan çevresel yaşantılara dayanmayı ifade eden etkileşimli bir kavramdır (Rutter, 2006).

Gelecek Beklentileri: Bireylerin geçmişte yaşadıkları deneyimler ışığında kendilerine yönelik oluşturdukları algıdır (Rotter, 1975).

1.8. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Bireylerin sosyal bir varlık olarak ileriki yaşamından beklentileri, tercihleri ve kararları, karşılaştıkları olumlu ya da olumsuz durumlara karşı içsel ve dışsal olarak atıfta bulunmaları, geçmiş yaşantılarının onları etkileme dereceleri, içlerinde buldukları sosyal çevreleri ve geleceğe yönelik tutumları tarafından etkilenmektedir.

Ergenlik dönemi büyümenin tekrar hızlandığı ve fizyolojik değişimlerin bireyin çevreye uyumunu zorlaştırdığı bir dönemdir. Bu dönemde birey ailesine ve çevresine karşı bağımsızlık çabalarının yanında karşı cinse karşı ilgisinin artar ve duygusal bunalımları yoğunlaşır. Bu dönemde yaşamlarının etkileyen birçok faktöre rağmen temelde ulaşmak istedikleri duygu, mutluluktur. Ergenlerin kendilerini olumsuz olarak etkileyen faktörler karşısında verebilecekleri tepkiler stres yaşamalarına neden olmaktadır. Geçmiş deneyimleri ve çevresel desteklerle bu dönemde kendini etkileyen olaylar karşısında esnek davranabilen ve olumsuz faktörlerle başa çıkabilen bireylerde hoşnutluk duygusu yaşanacak ve öz saygıları yükselecektir. Öz saygısı yükselen ergenler geleceğe yönelik olumlu beklentilere sahip olmaları onları mutlu kılacaktır.

Birey yaşamını zorlaştıran birçok unsurun yanında ortaöğretiminin başladığı ve gelecekteki yaşamına yönelik önemli kararlar almak zorunda kalır. Bireyler bu süreçte olumsuzluklara karşı verdiği mücadele sonucunda elde ettikleri tecrübelerin olumlu sonucu süreci daha başarılı atlatarak geleceğe yönelik daha sağlıklı kararlar alabilmekte ya da olumsuzluklara karşı verdiği mücadelede yeterli güce sahip olamadığından sağlıklı kararlar almakta zorlanarak kendi potansiyellerinin altında kalmaktadırlar.

Çalışma sonucunda ergenlerin yaşamını etkileyen unsurlarla mücadele sonucunda geliştirdikleri psikolojik dayanıklılık düzeylerinin, gelecekteki yaşamlarına ait beklentileriyle ilişkilerinin belirlenmesiyle, ergenlerin psikolojik dayanıklılıklarının artırılması ve geleceğe yönelik beklentilerine ilişkin sağlıklı kararlar almalarında yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

BÖLÜM 2

2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu araştırmada psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklentileri kavramları ve bu kavramları etkileyen faktörler üzerinde durulmuştur.

2.1.KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1.1. Psikolojik Dayanıklılık ile İlgili Kuramsal Çerçeve

Bu bölümde psikolojik dayanıklılık kavramı ile ilgili kuramsal bilgilere yer verilmiştir.

Psikolojik dayanıklılık kavramı birçok şekilde tanımlanmakla beraber, bu kavram ile ilgili farklı adlandırmalar da görülmüştür. Türkiye’de “resilience” kelimesinin karşılığı olarak farklı araştırmalarda “yılmazlık” (Öğülmüş,2001;Gürkan, 2006), “sağlamlık” (Eminağaoğlu, 2006) ve “psikolojik sağlamlık” (Gizir,2004; Özcan,2005;Oktan,2008;Sipahioğlu,2008; Önder ve Gülay, 2008; Bahadır,2009; Aydın, 2010; Ülker Tümlü,2012) olarak kullanılmıştır. Terzi (2008), ise “resilience” kelimesinin karşılığı olarak “kendini toparlama gücü” kavramını tercih etmiştir. Bu çalışmada ise “resilience” kelimesinin karşılığı olarak “psikolojik dayanıklılık” kavramı kullanılmıştır. Silliman (2004) psikolojik dayanıklılığı, bireylerin karşılaştıkları zorluklarla baş edebilmek için kendi güçlerini geliştirme potansiyeli olarak tanımlamıştır. Rew (2001) ve Tugade ve Frederickson (2004) yaptıkları araştırmalarda psikolojik sağlamlık kavramını bireylerin stres durumlarına karşı verdikleri tepkiler olarak kullanmışlardır. Rutter (2006) psikolojik dayanıklılığı bireylerin yaşamlarındaki ciddi zorlanmalarla elde ettikleri tecrübeler ve ortaya çıkan olumlu sonuçların birleşimi olarak tanımlamıştır. Yapılan tanımlamalarda bireylerin zorluklar karşısında verdikleri tepkiler ve elde ettikleri olumlu sonuçlar olarak psikolojik dayanıklılık tanımlanmıştır.

Murphy (1987) psikolojik sağlamlığı, travmatik yaşantılar sonucundaki iyileşme süreci, zorluklarla başa çıkabilme sonunda bireyin, çevreye uyumunu artırarak olumlu yönde gelişim gösterdiği ayrıca geleceğe dönük ve olumlu beklentilere sahip olarak yaşama umutla bakmasını sağlayan bir kavram olarak tanımlamıştır. Beauvais ve Oetting (1999), psikolojik sağlamlığı zorluklara karşı müsamaha göstermek, uyum sağlamak veya yaşam boyunca aniden ortaya çıkan olumsuz şartların üstesinden gelmek olarak tanımlamışlardır. Bu tanımlamayla bireylerin zorluklar karşısında esnek olabilmesine dikkat çekmişlerdir. Fraser,

Richman ve Galinsky (1999) psikolojik dayanıklılık kavramı ile ilgili olarak o güne kadar yapılan tanımlardaki ortak noktaları ele almışlardır. Tanımlardaki ortak noktalardan hareketle psikolojik dayanıklılık, bireyin kişilik özellikleri ile onu etkileyen çevresel faktörlerin etkileşimi ile ortaya çıkan bir sonuç olarak tanımlanmıştır. Bazı araştırmacılar sağlamlığı, yaşamdaki olumsuz değişikliklere uyum sağlama yeteneği olarak tanımlamışlardır. Bu bağlamda sağlamlık umut ve iyimserlik olarak adlandırılrsa da incinmezlik değildir. Çocukların sağlamlığı, yetişkinlerin olumlu davranışları ve çevresel faktörlerin olumlu etkileriyle ve daha fazla sorumluluk almalarıyla geliştirilebilir (Pedro-Caroll,2005). Bireylerin çevresel zorluklara karşı verdikleri mücadele yanında, zorluklar karşısında tepkide bulunmadan esnek kalabilmeleri ve çevresel uyumlarını sağlayarak denge halini koruyabilmeleri psikolojik sağlamlıklarını ifade etmektedir. Bir taraftan yaşamı etkileyen zorluklarla mücadele etmek, diğer yandan değişikliklere uyum sağlayarak denge halini koruyabilmek için bireyin yaşama umutla bakabilmesi ve iyi olması ile mümkündür.

Psikolojik sağlamlık 1970'lerde başa çıkma becerileriyle beraber ele alınmıştır. "Sağlam", olumsuz yaşantılar karşısında başarılı olabilen ve hayatta kalabilen kişi olarak tanımlanır. Psikolojik sağlamlık, zorluklarla başa çıkabilmek için kişisel özelliklerin etkili olduğu durumları içerir. Kitano ve Lewis'e (2005) göre yaşadıkları güçlüklerle rağmen başarılı olabilen çocuk ve gençler için kullanılan psikolojik sağlamlık kavramı, sosyal değişimi elinde tutan bir anahtar gibidir.

Flach (1980, 1988), psikolojik sağlamlığı yaşamın herhangi bir aşamasında öğrenebileceğimiz dinamik bir süreç olarak tanımlamıştır (Akt.Jacelon,1997). Sağlamlık üzerine yapılan çalışmalardaki temel soru; "Sağlamlık bireylerde çeşitli düzeylerde bulunabilecek bir özellik mi, yoksa gelişim için kazanılabilecek bir süreç midir?". Son yıllarda yapılan çalışmalar dinamik bir süreç olduğuna dair fikir birliğine varılmaya başlandığını göstermektedir. Heller'e (1999) göre sağlamlık, değişik risk durumlarına karşı koyabilmek ve bunun içinde farklı koruyucu faktörlere adaptasyonu gerektirmektedir ve bu "dayanıklılık yörüngesi" olarak tanımlanmaktadır. Bu sürecin doğasında güçlüklerle başarılı bir şekilde başa çıkabilme vardır. Bireyler gelecekteki yaşantılarında birçok kez, farklı tür ve etkiye sahip olumsuzluklarla karşı karşıya kalabilecektir. Zorlukların çeşitliliği ve etkilerinin farklılığı nedeniyle değişik türde başa çıkma becerilerine ve koruyucu faktörlere ihtiyaç duyulması kaçınılmazdır. Oysaki yapılan çalışmalarda olumlu sonuçlar içeren koruyucu faktörler yerine daha çok olumsuz faktörler içeren risk faktörleri üzerinde durulmuştur. Riskli yaşantılara verilen tepkilerden daha önemli olan bireyin riskli durumlarla karşılaşmasını engellemek olmalıdır. Psikolojik

sağlamlık, karşı karşıya kalınan sıkıntılı durumlara geleneksel olarak yaklaşmak yerine başa çıkma mekanizmaları, koruyucu faktörler ve kişisel güçlere dönük olarak hareket etmeyi öngörür (Akt.,Clauss ve diğ.,2006). Sağlamlık -basitçe- önemli risk durumlarında pozitif adaptasyona dönüşümdür. Koruyucu faktörler olarak adlandırılan, yüksek risk altında bulunan kişilerin problemleri davranışlarda bulunmasını engelleyici çalışmalara yönelik bir hareket başlamıştır (Dearden,2004). Son yıllardaki araştırmalarda risk durumunun olmayışının, koruyucu faktörlere sahip olma ile aynı olmadığını göstermiştir. Örneğin: Anne baba birbirleriyle kopuk bir ilişki yürütüyorken, anne baba arasında çatışma olmayışı koruyucu bir faktör değildir. Sağlamlığa dönük programların hazırlanmasında aile, okul, toplum ve yasal sistemlerden destek sağlanmalıdır (Pedro-Caroll,2005).

Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek çocuklar, strese maruz kaldıklarında; Olumlu düşünme, kendine inanma, aile ve çevrelerinden aldıkları destekle strese karşı koyabilirler. Bu gibi yöntemlerle stresle karşılaştıklarında mücadele etme becerilerini kullanırlar. Psikolojik sağlamlığı yüksek gençler -özellikle- yetişkinlerle olan ilişkilerinde yetenekli olduklarından stres durumlarına karşı buldukları destek yüksektir (Day,2006).

Psikolojik sağlamlığı etkileyen psikolojik özellikler zekâ, başa çıkma, özsaygı ve iyimserliktir (Mandleco ve Peery,2000). Bireyin stres yaratan olumsuzluklar karşısında kendini toparlayabilmesi için en azından normal zekâyâ sahip olması gerekir. Garnezy (1993), kendini toparlayan çocukların belli bir konuda toparlayabilme ve problemlere alternatif çözüm yolları üretmede başarılı olduklarını; Bernard (1993) ise zorluklar karşısında kendini toparlayan çocukların daha yüksek akademik başarıya ve daha iyi okuma, iletişim, muhakeme becerilerine sahip olduklarını belirtmiştir.

Etkili başa çıkabilme becerisi psikolojik sağlamlığın en önemli göstergesi olarak kabul edilmektedir (Mandleco ve Peery, 2000). Snyder (1999) başa çıkabilme becerisini, stresli olaylarla ilgili olarak fiziksel, duygusal ve psikolojik yükü azaltmayı hedefleyen bir tepki olarak tanımlamaktadır. Psikolojik sağlamlığı yüksek bireyler, sorunlar karşısında etkili başa çıkma becerilerini kullanırlar ve problem çözme becerisini sahiptirler (Akt.,Rak ve Patterson, 1996).

Psikolojik sağlamlığın önemli göstergelerinden bir tanesi de özsaygıdır. Blocovich ve Tomako (1991), özsaygı, bireyin kendisi hakkında değerli ve önemli olmakla ilgili duyumu ya da bireyin kendini sevmesi, ödüllendirmesi, takdir etmesi ve onaylaması ile ilgili bir kavramdır. Psikolojik yönden sağlam bireylerin en önemli özelliği güçlü ve zayıf yönlerinin farkında olması ve kendisinin değerli olduğu inancına sahip olmasıdır (Rak-Patterson,1996).

Grotberg (1995), cinsiyet ve yaş faktörü ele alınarak yaptığı çalışmada, yaşı büyük olan çocukların yaşı küçük olan çocuklara göre daha fazla içsel güce sahip olarak, daha fazla psikolojik sağlık faktörünü kullanabildiklerini ifade etmiştir.

Bernard (1993) ve Garnezy'e (1993) göre psikolojik sağlık cinsiyet ile ilişkilidir. Genel olarak erkekler çevresel stres faktörlerinden, aile anlaşmazlıklarından, doğum sırası olumsuz yaşantılardan ve tüm riskli faktörlerden kadınlardan daha fazla etkilenmektedirler. Erkekler olumsuz yaşantılarla karşılaştıklarında olumsuz davranışlar için risk grubu oluşturmaktadırlar.

Olumsuz yaşantılar karşısında kendini çabuk toparlayabilen bireyler, kişilerarası sağlıklı ilişkiler kurabilme ve sürdürebilme konusunda sosyal becerilere sahip bireylerdir. Çevrelerinden bağımsız hareket edebilen bu bireyler, kendini bir topluma ait hissedebilmenin yanında iyi bir geleceğe sahip olabilme inançları yüksektir (Benard, 1993). Görüldüğü gibi psikolojik dayanıklılık ile ilgili birçok tanıma rastlanmıştır. Her bir tanım psikolojik dayanıklılığın farklı bir özelliğini içinde barındırmaktadır. Masten ve arkadaşlarının (1990), oluşturdukları alan yazın taraması ile tanımların ortak noktalarını ele alarak psikolojik dayanıklılık kavramını üç temel özellik ile ele almışlardır.

- 1) Birinci temel psikolojik dayanıklılık özelliği, olumsuzluklara rağmen mevcut zorlukları aşabilen ve beklenenden daha iyi bir gelişim gösteren bireylerin ayakta kalmalarını sağlayan özellik veya kişisel bir yeteneğe sahip oldukları inancını tanımlamak için kullanılmıştır. Olumsuz ve zorlu yaşam koşullarında yetişmiş olmasına rağmen ünlü ya da başarılı olmuş kişilerin yaşam öyküleri bu temel olgu ile ilişkilidir. Bu ilişki yüksek risk altındaki grupların başarılı sonuçlar elde edebileceği değişkenleri belirlemeyi amaçlayan sistematik psikolojik dayanıklılık çalışmalarında da karşılaşılan sonuçlar ile paralellik ve uyum göstermiştir.
- 2) İkinci temel psikolojik dayanıklılık özelliği, stresli yaşam deneyimleri karşısında bireyin çabuk uyum sağlayabilme yeteneğine işaret eder. Bu tür psikolojik dayanıklılık olgusu çalışmalarında boşanma, aile çatışma gibi temel stres faktörü odak noktası olarak alınmıştır.
- 3) Üçüncü psikolojik dayanıklılık özelliği ise, doğal felaket yaşama, çok sevilen yakını kaybetme, kazalara maruz kalma gibi travmaları anlatan durumudur. Üçüncü grup ile ilgili araştırmalar yaşanan travmaların olası etkilerinden kurtulma konusunda önemli rol oynayan bireysel özellikler ve farklılıkları irdeleyen çalışmalardır

Psikolojik dayanıklılık kavramı farklı özellikleri içermektedir. Bu özellikler aynı zamanda bireye “psikolojik olarak dayanıklı” ifadesi kullanılmasının gerekçelerini de ifade eder. Psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörler aşağıda açıklanmıştır.

2.1.2. Psikolojik Dayanıklılığı Etkileyen Faktörler

Psikolojik dayanıklılık kavramı sonuçlara ve sonuçları oluşturan nedenlere bakılarak açıklanabilir. Masten’e (1994) göre, psikolojik dayanıklılığın açıklanabilmesi için olumsuz ortamlara rağmen iyi bir uyumun ortaya çıkmasını sağlayan bütün bileşenlerin ortaya konulması gerekir. Psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörler (1) risk faktörleri, (2) koruyucu faktörler ve (3) olumlu sonuçlardır. Tanımların ortak noktalarına bakıldığında psikolojik dayanıklılığın açıklanabilmesi için bu faktörlerin açıklanmasına ihtiyaç vardır.

2.1.2.1 Risk Faktörleri

Risk, olası olumsuz sonuçları içeren yaşam şartlarını ifade etmek amacıyla kullanılır. Risk faktörlerinin sayısı ve ağırlığı psikolojik dayanıklılık tanımları için bilgilendiricidir. Bireyin içinde bulunduğu olumsuz durumların ağırlık derecesi göz önünde bulundurulduğunda psikolojik dayanıklılığı anlamlıdır. Bireyin yaşadığı sıkıntılar artarken, bireysel özelliklerinin de gelişmesi gerekir. Bir diğer ifade ile risk olumsuz olayları anlatmak için kullanılır. Risk faktörleri; kişiyle ilgili risk faktörleri, aile ile ilgili risk faktörleri ve toplumsal risk faktörleri olarak üç grupta ele alınmıştır (Rutter, 2006).

Risk faktörlerinin kaynakları ve bu kaynakların içerdikleri risk faktörleri şunlardır:

- (1) Aile ortamları; alt sosyal sınıf, aile çatışmaları, ailedeki zihinsel hastalıklar, kalabalık aile, anne-baba ile kurulan zayıf bağlar, aile yapısındaki bozukluklar ve iletişim sorunları.
- (2) Duygusal bozukluklar; çocuk istismarı, duyarsızlık, duygusal körelme, duygusal olgunlaşamama, stresli yaşantılar, düşük benlik saygısı, duygusal kontrolsüzlük.
- (3) Okul problemleri; akademik başarısızlık okulla ilgili moralsizliktir.
- (4) Ekolojik ortam; yakın çevredeki sosyal yapı sorunları, ırksal ayrımcılık, işsizlik, aşırı fakirlik.
- (5) Bedensel sorunlar; duygusal yetersizlikler, arkadaş reddi, yabancılaşma ve izolasyon.

(6) Beceri gelişimindeki gerilikler; normal altı zeka, sosyal yetersizlik, dikkat eksikliği, okuma güçlüğü, zayıf iş beceri ve alışkanlıkları.

Tüm bu risk faktörleri bireyin gelişiminde bir ya da daha çok problemin ortaya çıkma ihtimalini artıran ve bireyin gelişimine yönelik tehditleri ifade eder (Masten ve Reed, 2002). Herhangi bir travmatik ya da olumsuz yaşantının, tek başına tehditleri ortaya çıkarması beklendik bir durum değildir. Bunun yerine stres kaynaklarının birikimli, süreğen ve yaygın olarak ortaya çıkmaları, riski artırır ve olumsuz sonuçların ortaya çıkmasına neden olur (Masten ve Reed, 2002).

2.1.2.1.2. Stres

Stres sözcüğü ilk olarak 19. Yüzyılın ikinci yarısında “organizmanın dengesini bozan uyaranlar” olarak tanımlanmıştır (Köknel, 1988). Stres organizmanın bedensel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi ve zorlanması sonucunda ortaya çıkan bir durumdur. Literatür incelendiğinde genel olarak stresi meydana getiren olayları “stres vericiler” (stresör), bu olaylara insanın fizyolojik ve psikolojik olarak verdiği tepkiler stres olarak adlandırılmaktadır (Baltaş, 1993). K. Mc Laren’e (2011) göre stres organizma ile dünyaya dair kuvvetler arasındaki ilişkidir; bu kuvvetlere verilen tepkiler elde edilecek sonucu belirler. Her stres yaratan koşula karşı bireyin canını acıtacak ve gerginleştirecek tepkiler vermesi gereklilik değildir. Stres bir adrenalini artışı, baskı hissi, fiziksel tedirginlik ile bireyi bilinmeyene karşı eyleme geçirip hazırlamaya çalışan korkuya dayalı bir hazırlık tepkisidir. Stres normal bir tepki veya reaksiyon olmakla beraber, sorun olan bireylerin duygusal canlılıklarını kaybederek cansız bir nesneye dönüşmeleridir.

Organizma stres yaratan durumlar karşısında bedensel ve psikolojik bir takım değişikliklere maruz kalır. Bedensel değişiklikler her organizmada aynı basamaklardan geçmesine rağmen psikolojik değişiklikler kişilik ve çevre gibi şartlara bağlı olarak değişiklik gösterir. Her bireyin söz konusu bu etkileşimi kendi eşik noktası doğrultusunda gerçekleştirir. Birey stres yaratan duruma tepki verip vermeyeceği ve verecekse ne ölçüde tepki vereceği eşik noktası ile belirlenir. Bireye özgü farklılıklar gösteren psikolojik mekanizmalardır. Bir olayı algılayışımız ve onunla ilgili başa çıkabilme becerilerimizi değerlendirmemiz, olayı stres verici veya stres vermeyici olarak tanımlamamızı sağlar. Bu tanımlama doğrultusunda stres yaratan bir durum olarak algılamamız ona verdiğimiz tepkinin şiddetini belirlemektedir.

Stres genellikle olumsuz ve zararlı anlamda ele alınmaktadır. Stres olumsuz yanları kadar bireyleri yeni bir çözüm yolu üretmeye, çalışmaya ve yaratıcılığa ulaşma adına zorlayan bir yapısı da vardır. Stres sadece bedensel ve ruhsal zorlamaların yanında zihinsel zorlamalarla da bireyi ileriye yönelten bir yapıdadır. J. Bernard'a göre stresin zevk veren ve zevk vermeyen iki yönü vardır. Bu ayrımı da "Eustress" ve "Dystress" kavramları ile açıklamıştır. Eustress yaşandıkça neşe, canlılık ve kazanç sağlayan yani istenen bir durumdur. Dystress ise yaşandıkça insana tedirginlik, gerginlik ve mutsuzluk veren yani istenmeyen bir durumdur (Baltaş, 1993).

Psikolojik sağlıkla diğer bir deyişle zorlukların üstesinden gelme gücü; bireyin karşı karşıya kaldığı kişisel, ailesel ve çevresel zorluklar karşısında iyi bir adaptasyon sağlamasını ifade eder. Bu bireyler stresle mücadelede yapıcı, faydalı ve etkili yöntemler kullanırlar. Bunlar, olumlu düşünme, kendine inanma ve aile ile çevresinden almış olduğu desteğe kadar uzanmaktadır (Day, 2006).

Sogar'a göre okul yaşantısı süresince çeşitli olumlu deneyimler yaşayan öğrenciler okuldan ayrıldıklarında gelecekleri ile ilgili iyimserlik duygusuna sahiptirler. Öğrencilerin yaşadıkları başarılar ve kendilerini toplumun bir üyesi olarak hissetmeleri topluma ait olma duygularını geliştirir. Kendilerini topluma ait olarak hissederler. Okul yaşamında akademik başarısızlık, performans düşüklüğü güçsüzlük duygularını güçlendirir. Böylelikle stresle mücadele edecek donanımlarının yetersiz olması sonucunu doğurur. Öğrencilere okul yaşamlarında yeterli eğitsel olanaklar sunularak stresli durumlarla mücadelede yeterli donanım kazanmaları sağlanabilir (Krovetz, 1999).

2.1.2.2. Koruyucu Faktörler

Koruyucu faktörler, bireyin hayatında olumsuz sonuçların ortaya çıkma ihtimalini azaltan bireyin hayatında sahip olduğu olumlu faktörleri ifade eder. Koruyucu faktörler, aynı zamanda bireyin ya da içinde bulunduğu ortamın, olumlu sonuçları yordayan özelliklerini temsil eder (Masten ve Reed, 2002; Beauvais ve Oetting, 1999).

Etkili başa çıkabilme becerisi psikolojik sağlamlığın en önemli göstergesi olarak kabul edilmektedir (Mandleco ve Peery, 2000). Birçok çocuk ve yetişkinin, hayatın zorluklarını aştıklarına dair kanıtlar oldukça güçlüdür. Birçok bireyin, yaşamlarında elde ettikleri sonuçların fazlalığı, yaşamın zorluklarının üstesinden gelmelerini mümkün kılan koruyucu faktörlerin belirlenmesini önemli kılmıştır. Koruyucu faktör olarak işlev gören değişkenleri üç

grupta toplamak mümkündür. Bunlar; bireysel özellikler, bireyin sahip olduğu ailedeki uyum ve dışsal destek sağlayan toplumsal unsurlardır Garnezy (1991).

Benard (1993), bireylerin psikolojik sağlamlık ile ilişkili olan dört temel özelliğinden bahsetmiştir. Bunlar:

1. Sosyal yeterlilik: sorumluluk, esneklik, empati ve ilgi, iletişim becerileri, mizah duygusu ve diğer sosyal davranışlar.
2. Problem çözme becerileri: Soyut, yansıtıcı, esnek düşünebilme yanında bilişsel ve sosyal problemlere çözüm getirebilme becerilerini içine almaktadır.
3. Özerklik: Kişinin kendi kimliğine yönelik algısı, bağımsız davranabilme ve çevresi üzerinde denetim sahibi olabilme yeteneğidir.
4. Amaç ve gelecek duygusu: amaçlar ve eğitimsel beklentiler oluşturma, dirençli ve umutlu olma, parlak bir geleceğe sahip olunacağı inancını içermektedir.

Bireye özgü bu içsel koruyucu faktörler, bireyin karşısına çıkabilecek olası riskleri önlemeye ya da riskle karşılaşmış bireyin bu risk durumlarını en az kayıpla atlatmasına yardımcı olur. İçsel koruyucu faktörler ne kadar güçlü olursa olsun, bireyin güçlüklerin üzerinden gelmesi ailede, okulda ve toplumda var olan diğer koruyucu faktörlere bağlıdır (Krovetz, 1999).

Koruyucu faktörlerle ilgili dışsal özellikler ise Krovetz (1999), şu şekilde maddeleştirmiştir.

1. Anne-baba ve diğer yetişkinlerle yakın ilişkilerin olması
2. Güvenilir ebeveynlere sahip olunması
3. Olumlu aile ikliminin var olması
4. Düzenli bir ev ortamının olması
5. Anne ve babanın eğitim düzeyinin yüksek olması
6. Eğitimin desteklenmesi
7. Sosyo-ekonomik avantajların olması
8. Sorumluk sahibi ve kurallara uyan arkadaşlarının olması
9. Etkili bir okulun olması
10. Sosyal organizasyonlarla ilişkili olması
11. Toplumun güven düzeyinin yüksek olması
12. Olumlu hizmetlerin olması

Yukarıdaki özellikler, bireylerin etkilendiği fakat doğrudan müdahale edemediği ancak kendileri dışında gelişen durumları ifade eder.

Bireyde ve bireyin yaşadığı çevrede, koruyucu faktörlerin varlığı, bir taraftan problemleri ortaya çıkmadan önlemeyi diğer taraftan var olan sorunun etkisini azaltarak bireyin duygusal ve fiziksel iyi oluşunu artıracak davranış ve tutumları güçlendirmesine yardımcı olur. Bu durum bireyin zorluklar karşısında ayakta kalmasını sağlar (Romano ve Hage, 2000).

2.1.2.3. Olumlu Sonuçlar

Olumlu sonuç, gelişim literatüründe bireyin yaşına uygun gelişimsel görevleri başarılı bir şekilde yerine getirmesi açısından tanımlanmakta ve uyumu ifade etmektedir (Masten ve Reed, 2002). Olumlu sonuçlar yeterlilik kavramı ile aynı anlamı yansıtır. Bu iki kavram var olan çevresel koşullar altında bireyin gelişim sürecini sağlıklı devam ettirebilmesi için etkili ve sağlıklı bir uyum göstermesi anlamına gelir (Masten ve Coatsworth, 1998).

Yeterliliği tanımlamada ölçüt olarak çeşitli değişkenler kullanılmaktadır. En çok rastlanan olumlu sonuç ile ilgili değişkenlerdir; akademik başarı (okul akademik başarı puanları, okula devam etme, mezun olma), olumlu davranış örüntüleri (kurallara uygun davranışlar ya da anti-sosyal davranışlar) arkadaşları tarafından kabul görmek ve yakın arkadaş ilişkileri kurmak, psikolojik sağlık (içsel ya da dışsal davranış problemlerinden pek az belirti göstermek) yaşa uygun toplumsal davranış ve ders dışı etkinliklerin içinde yer almak olarak sıralanabilir (Masten ve Reed, 2002).

Yeterlilik, başarılı baş etmenin gözlenebilen kısmını ifade etmektedir. Yeterli çocuk, başarılı baş etmesiyle diğer çocuklardan ayrılmaktadır. Yeterlilik genel olarak çevreye etkin bir uyumu ifade etmek için kullanılır. Daha geniş bir tanımla yeterlik, içinde yaşanılan toplumda, kültürde ve zamanda yaşa ve cinsiyete göre temel gelişimsel görevlerdeki başarıyı ifade etmek için kullanılır. Çocuğun yetenekleri ve içinde bulunulan ortam, yerliliğini yani çevreye uyumunu etkilemektedir (Cowen, 1991; Masten ve Coatsworth, 1998).

2.1.2.3.1. İyi Olma

İnsanı anlamaya yönelik çabaların bütünü olan psikoloji, son iki yüz yıldır gelişerek, dönüşüm göstermiştir. Başlangıçta insanı bir organizma olarak ele alan psikoloji bilimi zamanla insanı bağımsız, hür ve mantıklı davranışlar sergileyen varlık olarak ele almaya başlamıştır. Bu dönüşümde psikopatoloji odaklı görüşün yerini pozitif odaklı görüş almıştır. Pozitif psikoloji; bireylerin pozitif özelliklerinin geliştirilmesine, pozitif deneyimler yaşamalarına ve öznel iyi

oluşlarını artırıcı programlarla onların ruh sağlıklarının korunmasına odaklanan bir disiplindir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Pozitif psikoloji akımının öncüsü olan Martin Seligman, psikopatolojik belirtilerin nedenlerini ve psikopatolojik davranışların tedavi yöntemlerinin neler olması gerektiğinin göz ardı edilemeyeceğini fakat bireyin yaşamda nasıl başarılı olabileceği ve başarılı bireylerin özelliklerinin neler olduğunun ön plana alınması gerektiğini belirtmiştir. Seligman ve arkadaşlarının fikirleri psikolojik iyi olma kavramının gelişimine zemin hazırlamıştır. Pozitif psikoloji felsefi açıdan “iyi yaşam nedir?” sorusuna cevap aramaktadır. Günümüzde bu soru öznel iyi oluş ve psikolojik iyi olma kavramları ile açıklanmaya çalışılmaktadır. Diener, Lucas ve Oishi (2002) öznel iyi olmayı, “hoş duygular yaşamayı, düşük düzeyde olumsuz duygulara sahip olmayı ve yüksek düzeyde yaşam doyumu elde etmeyi içeren geniş bir kavram olarak tanımlamışlardır.

Öznel iyi olma bireylerin yaşamalarını değerlendirmelerini ifade eden bir kavramdır. Öznel iyi olma bireyin yaşamın değerli olduğuna karar vermesidir ve yaşam doyumuna dayanır. Birey bütün yaşamı veya yaşamının bir bölümüne ilişkin duygusal ve bilişsel değerlendirmelerde bulunabilir. Bireylerin değerlendirmeleri bilişsel yani yaşam doyumunu ile duygusal yani yaşanan hoş ve nahos duyguların sıklığını belirleme gibi iki alanda toplanmaktadır (Diener ve Sulh,1997;Yetim,2001). Öznel iyi olma düzeyi yüksek olan kişinin, yaşam doyumunu algısının yüksek olması, çoğunlukla hoş duygular içinde olması ve nadiren üzüntü, keder, öfke gibi olumsuz duygular yaşamaması beklenir. Öznel iyi olma düzeyi düşük olan kişinin ise yaşamından doyumсуuz olması, hoş duygulardan çok öfke, tedirginlik, gerginlik gibi olumsuz duyguları yaşamaması beklenir. İyi olma düzeyi yüksek olan bireyin yaşam doyumunu algısı yüksek olup, buna karşılık iyi olma düzeyi düşük olan bireyin ise yaşamdan doyum sağlayamadığını ortaya koymuşlardır (Lucas, Diener ve Sulh,1996).

Literatürü incelediğimizde, birbirinin yerine kullanılabilen çok sayıda kavramın var olduğu görülmektedir. Örneğin Bradburn'e (1969) göre mutluluk yaşam doyumunu, yaşam kalitesi, psikolojik veya duygusal sağlık ve öznel iyi olma gibi yapılar birçok araştırmada psikolojik iyi olmayla eş anlamlı olarak kullanılmıştır. Stull'a (1987) göre, bu kavramlar ilişkili olmalarına rağmen özdeş değildir. Ryff ve Keyes (1995), yaptıkları literatür incelemesi sonucunda, bireyin yaşama yönelik amaçlarının farkında olması, verimli kişilerarası ilişkiler geliştirmesi ve sürdürmesi, benliğini olumlu algılaması, sınırlılıklarının farkına vararak kendisiyle bütünleşmesi, çevresini kişisel ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde düzenlemesi,

bağımsız ve girişimci olması, yeteneklerinin farkında olarak kendini geliştirmesi gibi özellikler psikolojik iyi olmayı yansıtmaktadır.

Korkut'a (2004) göre iyi olma ideal olarak sağlıklı olmaya yönelme, beden, akıl ve ruhun bütünleştiği, bireysel amaçları doğrultusunda yaşamını daha dolu olarak geçirme hedefi olan, sosyal, çevresel ve kişisel olarak tüm alanlarda işlevsel olan yaşam anlamındadır.

İnsanların yaşamlarını olumlu yönde değerlendirmelerinin (mutluluk, doyum ve olumlu duygu) nedeni ve niçin'i üzerinde duran yaşam doyumu, bireyin beklentileri ile elinde olanların karşılaştırılması sonucunda ortaya çıkan durum ya da sonuçtan oluşmaktadır. Elde edilen sonuç ile belirli bir duruma değil, genel olarak, tüm yaşamdaki ve yaşamın çeşitli boyutlarındaki (evlilik, aile, iş, kişilerarası ilişkiler, okul v.b.) doyum anlatılır (Yetim, 2001).

Yaşamlarından genel anlamda doyum alan ve kendini iyi hisseden bireylerin psikolojik iyi olmaları gelecek beklentileri ile karşılaştırmalarının sonucu ortaya çıkan bir durumdur. Bireyin iyi olma hali çevresini daha iyi düzenlemesine ve dolayısıyla koruyucu faktörlerin sayısını ve etkisini artırıcı bir rol üstlenecektir.

2.1.2.4. Psikolojik Dayanıklılık ile İlgili Araştırmalar

Psikolojik sağlamlık ile ilgili yurt dışında yapılmış çok sayıda araştırma vardır. Bu araştırmalardan bir kısmına aşağıda yer verilmiştir.

Werner ve Smith tarafından, Kauai Ada'sında 1955 doğumlu 614 çocuğun, 8 yaşından itibaren izlenmesiyle başlamıştır. Çocukların gelişmesinde etkili olan stresli yaşamın yanında çeşitli biyolojik ve psikolojik risk faktörlerinin etkilerini incelemişlerdir. Çocukların önemli bir bölümünün ailelerinin sosyo-ekonomik ve eğitim düzeyleri oldukça düşüktür. Bu araştırmadaki temel amaç doğum öncesi komplikasyonlarla zorlu yaşam şartlarının bireyin gelişimine ve uyumuna olan etkisini incelenmektir. Çalışmadaki çocukların üçte birinin farklı boyutlarda yüksek risk grubunda; yoksulluk içinde doğmuş ve sorunlu aile ortamlarında yaşamalarına rağmen, 18 yaşına geldiklerinde yeterli, güvenli ve yardımsever bireyler olmuşlardır. Geriye kalan üçte ikilik kısım içerisinde yer alan çocuklar da 32 yaşına geldiklerinde memnun edici düzeyde işlevsel davranışlar sergilemeye başlamışlardır. Araştırmacılar yeterli bir birey olan bu çocukların aileleriyle iyi ilişkiler içinde olmaları, sağlık sorunları yaşamamaları, aktif, sosyal ve özerk olmaları, olumlu rol modelleri belirlemeleri, iyi düzeyde okuma ve mantık yürütme becerilerine sahip ve amaç yönelimli olmaları, çevrelerinden destek arayışı gibi koruyucu faktörlere sahip olduklarını

belirtmişlerdir (Garmezy, 1991; Krovetz, 1999). Uysal mizaç, yüksek zeka, iç denetim odağı, yüksek-benlik saygısı ve güçlü öz yeterlilik gibi kişisel nitelikler ve davranışlar, temel gereklilik olmasa da dayanıklılığın gelişimine katkıda bulunan koruyucu faktörler olarak tanımlanmışlardır. Ayrıca benlik-saygısı ve öz yeterliliğin destekleyici ilişkilerle arttığı vurgulanmıştır. Bu nedenle aile ortamı sıcaklık, sevgi, duygusal desteği içerirse dayanıklılık oluşumuna öncülük etmektedir. Aile desteğinin çok az olduğu çocukların sıklıkla diğer yetişkinlere bağlanma geliştirdikleri görülmüştür (Werner ve Smith, 1982).

Psikolojik sağlamlık, ev ortamı, bilişsel gelişim ve genetik faktörler arasındaki ilişkiler, boylamsal olarak araştırılmıştır. Risk altındaki ikizlerden oluşan iki grup, doğumlarından itibaren çocuklukları süresince izlenmiştir. İkizlerin bir kısmı düşük kiloda doğmuş ve çocuklukları boyunca düşük bir zekâ düzeyi sergilemiştir. Tüm risk grubunda sosyoekonomik düzey olumlu gelişimle, olumlu yönde ilişkili olarak bulunmuştur. Annenin eğitim düzeyinin, 24 aylık bir süreden sonra çocukların olumlu yönde gelişimi ile olumlu yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Düşük kiloda doğan ve düşük zekâ düzeyine sahip çocuklar, 6 yaşına geldiklerinde normal kiloda doğan ikizlerinin zekâ düzeyine erişmişlerdir (Wilson, 1975).

Çocukların strese rağmen sosyal yeterliliklerini sürdürmelerini sağlayan faktörleri belirlemek amacıyla ekonomik düzeyi düşük olan 144 öğrenci üzerinde gerçekleştirilen çalışmada, ego gelişiminin stresi dengeleyici, iç kontrol odağı ve sosyal becerilerin ise strese karşı koruyucu faktörler olarak ortaya çıktığı görülmüştür. Zekâ ise incinebilirlik sürecinde rol oynamaktadır. Sağlam olarak sınıflandırılan öğrencilerin, kendilerinden düşük stres düzeyine sahip sağlam öğrencilerden daha depresif ve endişeli oldukları belirlenmiştir (Luthar, 1991).

Liem tarafından ergenler üzerinde yapılan çalışmada psikolojik sağlamlık ile kişisel özellik olarak içsel kontrol odaklı olma, düşük düzeyde kendini yıkıcı davranış özellikleri gösterme, düşük düzeyde stresli bir aile ortamı, ilgi ve ihmal boyutunda fiziksel baskıdan uzak olma özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Liem, 1997).

Dumont ve Provost (1999), ergenler üzerinde yaptıkları çalışmada, günlük sıkıntılar, depresif belirtilerin sıklıkları ve bunlara verilen tepkilere göre katılımcılar “uyumlu”, “sağlam” ve incinir olarak üç gruba ayrılmışlardır. Bu gruplar üzerinde özsaygı, sosyal destek, başa çıkma stratejileri ve sosyal hayatın değişik yönlerine ilişkin farklılıklar belirlenmeye çalışılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde iyi uyum gösteren ergenlerin, diğer iki gruptaki ergenlerden daha yüksek düzeyde özsaygıya sahip oldukları görülmektedir. Sağlam gruptaki ergenlerin de öz saygı düzeylerinin incinir gruptan daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Sağlam ve incinir gruptaki ergenlerin anti-sosyal ve illegal eğilimleri, uyumlu

gruptan daha yüksek bulunmuştur. Problem çözme becerileri açısından sağlam gruptaki ergenlerin diğer iki gruptaki ergenlerden daha iyi düzeyde oldukları görülmektedir (Dumont ve Provost,1999).

Rew ve arkadaşları tarafından 15-22 yaş arasındaki 59 evsiz ergen üzerinde yaptıkları araştırmada, evsiz ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini incelemişlerdir. Sağlamlık ile yalnızlık, umutsuzluk, yaşamı tehdit edici davranışlar ve sosyal iletişimsizlik arasında anlamlı düzeyde negatif ilişki olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca yaptıkları araştırmada, sağlamlık, yalnızlık, umutsuzluk, yaşamı tehdit edici davranışlar ve sosyal iletişimsizliğin cinsiyet faktörü açısından açık olarak anlamlı farklılıklar göstermediğini ortaya koymuşlardır (Rew ve ark., 2001).

Uluslararası boyutta bir psikolojik sağlamlık araştırmasının bulgularına göre; güvenli ilişkilerde, özerk olmada, aşık olmada, benlik saygısının yüksekliğinde, kendini güvende hissetmede, empati göstermede, yardım almada, problem çözme becerilerinde ve diğerleriyle ilişki kurmada kadınların erkeklerden daha fazla dikkat çektikleri ve iyi oldukları görülmüştür (Grotberg,2001).

Psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde psikolojik sağlamlığın gelişebilmesi için, bireyin zorlu yaşam koşulları altında yaşaması ve buna rağmen uyumunu sürdürmesi gerektiği belirtilmektedir. Gunby tarafından yapılan çalışmada, olumsuz yaşam koşullarının bireylerin akademik, sosyal ve toplam yeterliliklerinin anlaşılmasında anlamlı sonuçlar bulunamamıştır. Günlük stres durumlarının bireylerin toplam yeterliliğinin anlaşılmasında daha önemli bir role sahip olduğu görülmüştür. Bu sonuç, psikolojik sağlamlığın daha düşük düzeydeki stresörler bağlamında da araştırılması gerektiği fikrini desteklemektedir (Gunby,2002).

Dearden, ulusal pilot araştırmasında, 13-19 yaşlar arasında bakımevlerinde yaşamını sürdürmüş ve destek hizmeti almış gençlerle ilgili elde ettiği sonuçlarda, kişisel görüşmelerle gençlerin çok stresli anlarında olumlu uyum göstermelerine neyin yardımcı olup olmadığını tanımlama amacı ile psikolojik sağlamlık kavramı üzerinde yoğunlaşmıştır. Araştırma ile psikolojik sağlamlık kavramı anlayışını zenginleştirmek, gençlerin ihtiyaçlarını karşılamak, riski azaltmak ve koruyucu faktörleri artırmada yerel desteklerin ne kadar etkili olabileceği bilgisine ulaşılmaya çalışılmıştır. Araştırma sonucunda, gençlerin kendilerine yardımcı olan faaliyetler açısından daha önce yapılan çalışmalarla tutarlı etkinlikler bildirdikleri gözlenmiştir. Bu etkinlikler yanında ayrıca etkili ve iyi bir dinleyiciye sahip olma, etkinliklere aktif olarak katılma, olumlu bir gelecek duygusuna sahip olma, bir yetişkinin desteğine sahip

olma ve zorba davranışları ele almanın koruyucu faktörleri artırdığını belirtmiştir (Dearden,2004).

Collishaw ve arkadaşları tarafından, çocukluk dönemlerinde istismara uğrayan bireylerle yaptıkları boylamsal araştırmalarında, istismara uğrayan bireylerin psikopatolojik belirtileri ve psikolojik sağlamlıklarını etkileyen unsurlar incelenmiştir. Bireylerin ergenlik dönemlerinde akran ilişkileri ve aile fonksiyonlarına ait bilgilere ulaşılmıştır. Orta yaş dönemlerinde ise psikiyatrik geçmiş, kişisel ve sosyal işlevselliklerine yönelik değerlendirmeler yapılarak çocukluk dönemlerindeki istismarlara yönelik raporlar hazırlanmıştır. Araştırma sonunda, istismara uğrayan katılımcıların yüksek derecede psikopatolojik belirtiyeye sahip oldukları, çok küçük bir sayıda katılımcıda sorun gözlenmemiştir. Bu grupla yapılan çalışmada psikolojik sağlamlık düzeyinin ailedeki algılanan ilgi, ergenlikteki akran ilişkileri, yetişkinlikteki romantik ilişkilerin niteliği ve kişilik özellikleriyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Collishaw ve ark., 2007).

Bonnano ve arkadaşları tarafından 11 Eylül saldırılarına tanık olan 2752 kişi üzerinde yapılan araştırmada, travma sonrası psikolojik sağlamlığın yaygınlığı incelenmiştir. Araştırma 11 Eylül saldırılarını izleyen 6 aylık bir süre içerisinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada psikolojik sağlamlık, travma sonrası stres bozukluğunun sadece bir belirtisinin görülmesi ya da hiçbir belirtinin görülmemesi olarak tanımlanmıştır. Sonuç olarak bu örneklem içinde psikolojik sağlamlığın oldukça yaygın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erkek katılımcılarda psikolojik sağlamlığın yaygınlığı kadın katılımcılardan daha yüksek düzeyde bulunmuştur ve bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır (Bonnano ve ark., 2009).

Psikolojik dayanıklılık ile ilgili olarak Türkiye’de yapılan çalışmalar.

Özcan (2005), lise öğrencilerinin sahip oldukları psikolojik sağlamlık özellikleri ve koruyucu faktörler ile ailelerin birliktelik durumu ve öğrencilerin cinsiyetlerine göre karşılaştırmıştır. Ayrıca ailelerin birliktelik durumu ile öğrencilerin cinsiyetinin sahip oldukları sağlamlık özellikleri ve koruyucu faktörleri yordayıp yordamadığına bakılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu Ankara ili Mamak ilçesindeki liselerden 70’i anne-babası boşanmış, 82’si anne-babası birlikte yaşayan olmak üzere, toplam 152 öğrenciden oluşmuştur. Ailelerin birliktelik durumu okul rehberlik ve psikolojik danışma servislerindeki bilgi formlarına dayanılarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin 76’sı kız ve 76’sı erkek öğrencidir. Araştırma sonunda anne babası birlikte olan öğrencilerin sahip oldukları sağlamlık özellikleri ve koruyucu faktörler anne babası boşanmış olanlara göre daha yüksek bulunmuştur.

Gürkan (2006), yapmış olduğu araştırmada “Yılmazlık Eğitimi Grup Danışma Programının” üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi incelenmiştir. Araştırma Ankara ve Gazi üniversitelerinden psikolojik sağlık düzeyi düşük olan 36 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sürecinde “yılmazlık eğitimi grup danışma programı” uygulanan grubun ve uygulanmayan grubun “Yılmazlık Ölçeği” ön test ve son test puanları arasında fark olup olmadığı test edilmiştir. Araştırmada, katılımcıların bilgi, beceri ve farkındalık kazanmalarına yardımcı olabilecek yaşantılar geçirmelerini sağlayacak psikodrama ile bütünleştirilmiş bilişsel davranışçı ve varoluşçu yaklaşım odaklı, bilgilendirmeye, yarı yapılandırılmış psikodrama oyunları ile etkileşime dayalı yılmazlık eğitimi grup danışma programı geliştirilmiş ve etkililiği deneysel olarak test edilmiştir. Araştırmanın bulguları ön test yılmazlık puanları ve son test yılmazlık puanları arasında .001 düzeyinde anlamlı fark olduğu ve deney grubundaki öğrencilerin yılmazlık düzeylerinde gözlenen artış yönündeki farklılıkların, uygulanan yılmazlık eğitimi grup programından kaynaklandığı görülmüştür.

Terzi (2008) tarafından Üniversite öğrencilerinin kendini toplama gücünün içsel koruyucu faktörlerle ilişkisi incelenmiştir. Gazi Üniversitesinde öğrenim gören 264 öğrenciye, Risk Faktörleri Belirleme Listesi, Kendini Toparlama Gücü Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi, Genelleştirilmiş Öz Yeterlik Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanterinin Aktif planlama alt ölçeğini uygulamıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin kendini toplama gücü puanları cinsiyetlerine göre anlamlı bir fark göstermemekte, toplam grup ile kız ve erkeklerde kendini toplama gücü puanları ile iyimserlik, öz yeterlik, problem çözme ve başa çıkma stratejileri puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Yapılan regresyon analizleri neticesinde toplam grup kız ve erkeklerde iyimserlik, öz yeterlik, ve problem çözme odaklı başa çıkma stratejilerinin kendini toplama gücü üzerinde anlamlı birer yordayıcı oldukları görülmüştür.

Eminağaoğlu (2006), Sokakta yaşayan çocukların dayanıklılık özellikleri ve bu özelliklerin kontrol grubu olarak seçilen çalışan çocukların dayanıklılık özelliklerinden hangi açılardan farklılaştığı ile sokak çocuklarının aile ve sokakla ilişkili bazı risk ve koruyucu faktörler açısından özelliklerinin, dayanıklılıklarıyla olan ilişkisini belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmanın deneklerini İzmir’de yaşayan 12-16 yaş arası 27 sokak çocuğu ve kontrol grubunu oluşturan, sokakta kalma yaşantısı hiç olmamış 12-16 yaş arası 27 çalışan çocuk oluşturmaktadır. Çalışma sonuçları, sokak çocuklarının işbirliği davranışına ve duygusal yakınlığa daha yatkın olduklarını göstermiştir. Ayrıca, annelerinden ayrı kalma öyküsüne

sahip sokak çocuklarının depresif duygulanımın, annesinden ayrı kalma öyküsüne sahip olmayan sokak çocuklarına göre daha fazla olduğu bulunmuştur.

Kararımak (2007), 1999 yılında yaşanan depremlere maruz kalmış insanlar üzerinde psikolojik sağlamlığı etkileyen olumlu duygusal ve bilişsel faktörler arasındaki ilişkiler incele incelenerek, psikolojik sağlamlığı açıklayan bir yapısal eşitlik modeli sınanmıştır. Depremzedeler arasında psikolojik sağlamlığı, mizaca bilişsel ve duygusal yolları açıklayan bir yapısal eşitlik modeli önermiştir. Modeldeki olumlu kişisel faktörlerin hepsi dolaylı ya da doğrudan psikolojik sağlamlık ile ilişkili bulunmuştur. Araştırmada, benlik saygısı, umut ve iyimserliğin psikolojik sağlamlık üzerinde doğrudan, olumlu duygular ve yaşam doyumunun ise psikolojik sağlamlık üzerinde dolaylı etkisi tespit edilmiştir. Benlik-saygısı ve psikolojik sağlamlığın iyi olma ve akıl sağlığı için iki önemli kavram olduğunu araştırma sonuçları desteklemiştir.

Sipahioğlu (2008), farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini incelemiştir. Araştırmaya Aksaray İlinde Milli Eğitim Bakanlığına ortaöğretim okullarında öğrenim gören 499 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, Tek ebeveyn ile yaşayan ergenlerin ev içi ilişkilerdeki ilgi düzeyi, yüksek beklenti düzeyi ve etkinliklere katılım düzeyi gibi koruyucu faktör özellikleri ailesi ile beraber yaşayan ergenlere göre daha yüksek çıkmıştır. Tek ebeveynli yaşayan ergenlerin problem çözme beceri düzeyi, amaç düzeyi ve eğitimsel beklenti düzeyi gibi koruyucu faktör özellikleri bakımından ailesi ile birlikte yaşayan ergenlere göre daha düşük düzeyde çıkmıştır. Yoksulluk içerisindeki ergenlerin cinsiyet değişkenine göre oluşturulan gruplarda arkadaş gruplarındaki ilgi düzeyi, empati düzeyi, amaç düzeyi ve eğitimsel beklenti düzeyleri gibi koruyucu faktör özellikleri bakımından kızların düzeyi erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur. Yine aynı grupta problem çözme becerileri ilişkin algıları bakımından erkeklerin ilgi düzeyi kızlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Tek ebeveyn ile yaşayan ergenlerin cinsiyet değişkenine göre oluşturulan gruplarda arkadaş grubundaki ilgi düzeyi, empati düzeyi ve ev içi ilişkilerde ilgi düzeyi kız öğrencilerin erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Erkeklerin ise problem çözme becerilerine ilişkin algıları kızlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Okul türü değişkenine göre incelendiğinde; okul içi ilişkilerdeki ilgi, eğitimsel beklenti, amaç, problem çözme becerilerine ilişkin algılar Fen ve Anadolu Öğretmen Lisesi öğrencilerinin, Anadolu Lisesi öğrencilerine göre daha yüksek bulunmuştur.

Oktan (2008), üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının; cinsiyetlerine, ÖSS'ye kaçınıcı kez girdiklerine, problem çözme becerilerine ve yaşam

doyumlarına göre farklılık gösterip göstermediğini ve öğrencilerin psikolojik sağlımlıkları ile başa çıkma becerileri ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını incelemiştir. Araştırma üniversite sınavına hazırlanan 495 ergen üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlımlıklarının; cinsiyete, ÖSS'ye kaçıcı kez girdiklerine, problem çözme becerilerine ve yaşam doyumlarına göre anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna varılmıştır.

Önder ve Gülay (2008), ilköğretim 8. Sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlımlıklarını kendilik kavramı ve cinsiyet açısından incelemiştir. İstanbul ilinde yaşayan 98 ilköğretim öğrencisi çalışmaya katılmıştır. Araştırma sonunda cinsiyet ile benlik kavramının psikolojik sağlımlık ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca kız öğrencilerin psikolojik sağlımlık puanları erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

Bahadır (2009), araştırmasında sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlımlık düzeylerini belirlemeyi amaçlamıştır. Hacettepe Üniversitesi Diş Hekimliği, Eczacılık, Sağlık Bilimleri ve Tıp Fakültesi'nde öğrenim gören 342 gönüllü öğrenci ile çalışılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; Öğrencilerin psikolojik sağlımlık puan ortalamalarının erkek öğrenciler ve anne-baba eğitimi düşük olan öğrencilerde yüksek olduğu, tedavi görmek gereken bir hastalık geçiren ve hastanede yatmış olan öğrencilerin ise düşük olduğu belirlenmiştir. Buna karşın kardeş sayısı, ailenin kaçınıcı çocuğu olduğu, aile yapısı, evde yaşayan kişi sayısı, üniversiteden önce yaşanan yer, algılanan sosyo-ekonomik durum, anne-babanın sağ olması, anne-babanın birliktelik durumu, çalışma durumu, madde kullanım durumları, öğrencinin madde kullanımı, stresli bir olay yaşaması, duygusal paylaşımda bulunması, algılanan anne-baba tutumu ve ailede kronik bir hastalığı olan biri olması gibi değişkenler öğrencilerin psikolojik sağlımlık puan ortalamalarını etkilememiştir.

Aydın (2010), üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve umut düzeyleri ile psikolojik sağlımlıkları arasındaki ilişkiyi, duygusal zeka ve umudun psikolojik sağlımlığı yordamadaki rolünü, cinsiyet, sınıf düzeyi ve algılanan aile tutumu değişkenleri açısından incelemiştir. Araştırma KTÜ Eğitim fakültesinde altı farklı bölümde öğrenim gören 449 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Araştırma sonunda; duygusal zeka ve umut düzeyi yüksek olan öğrencilerin psikolojik sağlımlık düzeylerinin de yüksek olduğu bulunmuştur.

Tümlü (2012), psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı üniversite öğrencilerinin temas engelleri incelenmiştir. Araştırma Kastamonu Üniversitesinde öğrenim gören 2. ve 3. sınıf öğrencilerinden 564 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Araştırma sonucunda; psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı olan öğrenciler cinsiyetlerine göre karşılaştırıldığında, bu

değişkenlerden temas, tam temas, bağımlı temas ve temas sonrası üzerinde ortak bir etki göstermemiştir. Psikolojik sağlamlık puanları farklı öğrencilerin tam temas üzerinde erkekler lehine bir fark gözlenmiş fakat temas, bağımlı temas ve temas sonrası üzerinde cinsiyetler açısından bir fark gözlenmiştir. Aile tiplerine göre karşılaştırıldığında, temas, tam temas, bağımlı temas ve temas sonrası üzerinde ortak bir etki göstermemiştir. Psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı öğrencilerin aile tipleri temas üzerinde geniş ailenin lehine fark gösterirken; tam temas, bağımlı temas ve temas sonrası üzerinde anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı öğrencilerin, algıladıkları anne tutumlarına göre karşılaştırılmış ve temas, tam temas, bağımlı temas ve temas sonrası üzerinde ortak bir etki bulunmamıştır. Algıladıkları baba tutumlarına göre karşılaştırılmış ve temas, tam temas, bağımlı temas ve temas sonrası üzerinde ortak bir etki bulunmamıştır. Psikolojik dayanıklılık düzeyleri farklı öğrencilerin baba tutumları temas, bağımlı temas ve temas sonrası üzerinde anlamlı bir farklılık göstermemiş fakat tam temas üzerinde demokratik baba tutumunun lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Bugüne kadar yapılan araştırmalar incelendiğinde genel olarak çocuk ve ergenler üzerine çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmada da ergenler üzerinde çalışılmıştır.

3.1.1. Gelecek Beklentileri

Yaşam sürekli değişen koşulları ve ihtiyaçları içeren dinamik bir süreci ihtiva eder. Yaşamın birçok alanındaki hızlı değişim ve teknolojik gelişmeler insanların yaşamlarını düzenlemesinde ve kendilerini mutlu hissetmeleriyle de yakından ilişkilidir. Değişimler geçmiş ve gelecek arasında uzanan yaşantı örüntüsüdür. Geçmişteki olumlu ya da olumsuz yaşantılar gelecekte yaşamlarına yönelik beklentilerini de etkilemektedir.

Türk Dil Kurumu (TDK) (2014) beklenti kavramını bireysel anlamda “gerçekleşmesi beklenen şey” ya da “ bireyin kendisinden beklenenler konusundaki öngörüsü” olarak tanımlamaktadır. Tatar’a (2005) göre beklenti, önceki deneyimlerden yola çıkarak gelecekte ne olabileceği ile ilgili çıkarımlarda bulunmaktır. Bireylerin geleceğe yönelik olarak öngöründe bulunabilmeleri geçmişte o konuda bir deneyim yaşadığı anlamına gelebilir. Rotter (1954), bireyin geçmiş yaşantıları sırasında almış olduğu pekiştireçler, geleceğe yönelik beklentilerini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu nedenle belli bir alandaki beklentiye, geleceğe yönelik dilek ve arzuların çok bireyin kendisine yönelik algıları olarak biçimlendirmektedir. Sosyal öğrenme kuramcıları “beklenti” kavramını geçmiş yaşantılara ve benzer alanlardaki

deneyimlere dayanarak, gelecekteki belli bir alandaki başarı ya da performansa ilişkin düşünceler olarak tanımlamaktadır. Nurmi'ye (1991) göre gelecek beklentisi, bireylerin gelecekle bağlantılı görüş, ilgi ve kaygılarını barındıran bilişsel haritalardır. Kuramsal perspektiften bakıldığında, gelecek hakkındaki beklentiler önemlidir, çünkü beklentiler kararların alınmasında en güçlü motivasyonlardır.

Gelecek beklentisine ilişkin çalışmalar, 21. Yüzyılın ilk çeyreğinde başlamış, yüzyılın ortalarında yeniden canlanmıştır. Gelecek beklentisine ilişkin çalışmaların öncüsü sayılan W.I.Thomas, 1920'de " eğer kişi, bir durumu gerçek olarak kabul ederse sonuçlar da gerçek olur" diyerek, beklentilerin sonuçları etkilediğine dikkat çekmiştir. Thomas'a göre bir eylem ya da davranışın anlamı, o eylem ve davranışın doğasından kaynaklanmamaktadır. İnsanlar eylemlere belirli anlamlar yüklemekte ve bu anlamlar gelecekteki davranışlarını etkilemektedir (Hurn,1993). Seginer (2003) yaptığı çalışmada gelecek beklentisinin kavramsallaştırılmasının Frank (1939), Israeli (1930,1936) ve Lewin (1939,1948) gibi üç nemli psikoloğun erken dönem çalışmalarına dayandığını ortaya koymuştur. Bunların analizleri, gelecek yöneliminin kavramsallaştırılmasına olduğu kadar gelecek yöneliminin güdüsel ve gelişimsel işlevine de işaret etmiştir.

Gençlerin geleceklerini nasıl gördüklerine dair araştırmalar, gençlerin gelecek beklentisinin motivasyon, planlama ve değerlendirme olmak üzere üç temel süreçle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Bunlar; Sonuçlar, gençlerin amaçlarının ve ilgilerinin geç ergenlik ve erken yetişkinlik dönemlerinin gelişim görevleriyle de ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Öte yandan yaş, cinsiyet, sosyoekonomik durum ve kültürel çeşitlilik gibi faktörler, geleceği yönlendiren etkenlerdir (Seginer, 2003).

Bireylerin yaşam beklentileri toplumdan yalıtılmış olarak ortaya çıkmamaktadır. Bireylerin yaşam beklentilerini neler etkilediğine dair yapılan araştırmalar incelendiğinde; Adler (1994) bireyin geçmişte yaşadığı tecrübeler ve gelecekteki beklentileri arasında ilişki olduğunu, bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin yüksek ya da düşük olmasının insan davranışlarını etkilediğini belirtmiştir. Bu görüşü yansıtan araştırmalara da rastlanmaktadır. İyimser düşünmenin başarı ve motivasyon üzerinde olumlu etkisi olduğunu (Bandura,1997; Heckhausen,1991;Seligman,1991;Taylor ve Brown,1998;Akt.Oettingen ve Mayer,2002). Yine Arbona'ya (2000) göre iyimser bir gelecek beklentisi ile akademik başarı arasında ilişki vardır.

Bandura (1978), beklenti ve performans karşılıklı olarak birbirini belirlemektedir. Yüksek başarı beklentisi yüksek performansa, yüksek performans da yüksek başarı beklentisine yol

açar. Beklentileri belirleyen etkenler arasında geçmiş deneyimler vardır. Kişinin performansını geçmiş yaşantıları belirlemektedir (Bandura,1977;Mischel,1973;Mischel, Candor&Feldman,1996;Olsen,Roese, Zanna, 1996; Akt.Oettingen&Mayer,2002). Bandura (1977), başkaları tarafından gözlemlenebilen davranışlar, başkaları tarafından deneylenmiş uyarılma seviyesi ve diğerleri tarafından kabul edilebilen ikna edici mesajlar gelecekteki beklentileri etkilemektedir (Oettingen&Mayer,2002).

Olumlu düşünme gelecek zaman ile bağlantılıdır. Bilişsel problemlerin çözümü ve öz düzenleme, sosyal ilişkileri destekleyen yardımsever davranışlar, ulaşılmak istenen hedefler ve iyi olma arzusu birçok faktör kişilik gelişimi ile iyi olma halini etkilemektedir (Oettingen ve Mayer,2002).

Psikolojide zaman insanların içsel deneyimleriyle ve bilinçli halleriyle ilişkili bir kavram olarak ele alınmıştır. Psikolojide zaman tanımı konusunda ortak bir anlayış bulunmamaktadır. Son yıllarda yapılan çalışmalar genelde gelecek zaman çerçevesinde yoğunlaşmaktadır (Lennings ve Burns,1998). Literatürde geleceğe yönelme konusunda, gelecek zaman yönelimi ve gelecek zaman perspektifi olmak üzere iki önemli kavram ele alınmaktadır. Gelecek zaman yönelimi ve gelecek zaman perspektifi kavramları birbirinden farklıdır. Gelecek zaman perspektifi, bireylerin geleceğe yönelik olarak gerçekçi planlar yapmaları anlamına gelmektedir (Calster ve diğ.,1987). Gelecek zaman yönelimi kavramı ise, bireylerin düşüncelerinde ve davranışlarında geçmiş, gelecek ve şimdi olmak üzere üç zaman boyutundan geleceği daha çok tercih ettiklerini belirlemede kullanılmıştır (Zimbardo ve diğ., 1999). İnsanın geleceğe yönelik olarak plan yapması, geleceği organize etmesi ve tahminde bulunması gelecek zaman yönelimi olarak isimlendirilen bir özelliktir (Kalkan ve Koç, 2010).

Gelecek zaman yönelimi aynı zamanda, bireylerin geleceğe nasıl bir tutumla yaklaştıklarını ifade etmek amacıyla kullanılır (Calster ve diğ.,1987). Tromsdorf (1983), gelecek zaman yöneliminin bilişsel, motivasyonel ve duyuşsal yönlerinden söz etmektedir. Bilişsel yapılar, genel bilişsel şemanın kendine has yönleri olarak düşünülebilir. Bu şemalar birbirleriyle tutarlı ve doğru olabilir ve gelecekteki olayların dışsal nedenlerinden çok içsel nedenleriyle ilişkilidir. Şemalar kişisel sezgilere göre yapılandırılırlar. Kısacası gelecek zaman yönelimi, gelecek zamandaki kendine has yaşam alanlarına ilişkin düşünce ve hayalleri içermektedir. Seginer (2004), motivasyonel bileşenler üç değişkeni içermektedir: İlki olası yaşam alanının değeri; ikincisi olası yaşam alanına ilişkin başarı ve genel olumlu duygularla ilgili beklenti; üçüncüsü bu duruma ilişkin amaçlar ve planlar ile ilgili içsel kontrol hissi. Motivasyonel yön

kendine has yaşam alanlarıyla ilgili amaçlara ve planlara işaret etmektedir (Seginer ve diğ., 2004).

Gelecek zaman perspektifi saat ve takvim gibi araçlarla ölçülen aktüel fiziksel zamandan çok zamanın algılanması ile ilgili bir kavramdır. Gelecek zaman perspektifi zamanın uzun erimli olarak algılama derecelerini, bireylerin şimdiki davranışlarını gelecekle ne oranda bağlantılı olarak gördüklerini ve şimdiye ilişkin kararlar almada geleceği dikkate almalarını ifade etmektedir (Husman&Shell,2007). Dolayısıyla gelecek zaman perspektifi “gelecek amaçlarına ilişkin mevcut beklentiler olarak tanımlanabilir (Husman&Lens,1999).

Bandura (1997), beklentilerin değerlendirilmesi yada geleceğe yönelik inançların öz yeterlilik beklentisi olarak kavramsallaştırılması gerektiğine işaret etmektedir. Bir davranışın yapılıp yapılmamasının öz yeterlilik beklentisi, yapılan davranışın istenilen sonuca götürüp götürmemesini ise sonuç beklentisi olarak tanımlamaktadır. Hem davranışın tam olarak yapılıp yapılmadığını hem de beklenen sonucun elde edilip edilmediği genel beklenti olarak tanımlanmaktadır (Akt.Oettingen&Mayer,2002). Literatürde insanların geçmişteki alışılmış davranışlarına bakılarak gelecekteki olumlu ve olumsuz beklentiler olarak ele alınmış olan genel beklentiler veya genelleştirilmiş beklentiler olarak tanımlanmıştır (Abrahamson, Seligman&Teasdale,1978;ScheirveCarver,1992;Akt.Oettingen&Mayer,2002).

Thor'a (1962) göre gelecek zaman perspektifi kişisel ve sosyal olarak yaşanan anlık olaylar hem geçmiş hem de gelecekle ilgili olabilir. Nuttin ve Lens'e (1985) göre kişisel bakış açısı bireylerin zaman algılarını ve davranışlarını anlamada etkilidir. David ve Falkoff'a (1975) göre geleceği planlama ile haz ilişkilidir (Akt.Lennings&Burns,1998). Geleceği planlama ile normal zaman yönelimine göre daha fazla haz duyulur. Geleceğe yönelik zaman perspektifi, zaman tahmini ve dürtülerin pozitif, negatif ve belirsiz sonuçlarının bir arada olduğu belirtilir (Bachorowski&Newman,1985;Barratt&Patton,1983;VanDerBroek, Bradshaw&Szabadi,1992; Davids&Falkoff,1975;Geiwitz,1965;Gorman&Wessman,1977;Siegman,1961;Spivack&Levin 1964; Stein Sarbin&Kulik,1968;Akt.Lennings&Burns,1998).

Gelecek zaman bazen iyi bazen de kötümser olarak düşünülebilir. Gelecek zamanın bu duyuşsal özelliği davranışları etkiler ve böylece amaçları, umutları, korkuları ve arzuları da içerir. Motivasyonel ve duyuşsal yön konuya ve duruma bağlı olarak bilişsel yönle ilişkilendirilir (Trommsdorf,1983). Geleceğe yönelişteki tutumların niteliği önemlidir. Geleceğe yönelişte olumlu ve olumsuz olmak üzere iki noktadan yönelmektedirler (Scheier ve Carver, 1985).

Gençlerin gelecek beklentileri, büyük ölçüde psikolojik sonuçlara bağlıdır (McCabe ve Barnett,2000). Gelecek beklentisi konusundaki birçok araştırma, olumlu gelecek beklentisinin psikolojik durumu iyileştirdiğine ilişkin önemli ve inandırıcı kanıtlar sunmaktadır. Epping'e (1994) göre kanser tanısı konulmuş bir hasta bile “ Kanserini düşünmek istemiyorum” dediğinde hastalığın ilerlemesini bir yıl ertelemektedir (Akt.,Oettingen&Mayer,2002).

Mac Leod ve Byrne (1996), olumlu gelecek yönelimine sahip olan bireyler, gelecek konusunda oldukça iyimserdirler ve geleceğe umutlu bakarlar. Bu bakış açısından yola çıkarak olumlu gelecek yönelimine sahip olan bireyler, olumsuz gelecek yönelimine sahip olan bireylere oranla gelecekteki amaçlarına ulaşma konusunda yılmadan çaba göstermektedirler. C. Petterson ve Seligman'a (1994) göre olaylara pozitif yönde yaklaşmak negatif yönde yaklaşımdan daha çok rağbet gördüğünden iyimser beklentilere daha sıklıkla rastlanmaktadır ve olumlu beklentiler olumsuz beklentilere göre daha uzun sürelidir (Akt.Oettingen&Mayer,2002).

Gelecek hakkında olumsuz düşünme Bolger'e (1990) göre nörotisizm, Spirito ve diğerlerine (1994) göre üzüntü ve öfkeye bağlıdır. Gelecek hakkında olumsuz düşünme çabası ile yakın gelecekteki karşılaşılması muhtemel sorunlar karşısında dikkat ve çaba harcayarak uğraşma sonucunda bireylerin sorunların altında ezilmesini engeller ve bireyleri sorunlar karşısında dayanıklı kılar (Carver,Scheir&Weintraub,1989;Lazarus,1983;Akt.,Oettingen&Mayer,2002). William James İnançlar ve görüntüler ayırımında geleceğe yönelik düşünme ve öngörme ile Fantezi ve beklenti arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Olumlu beklentilerin olumsuz beklentilerden daha yüksek motivasyon ve daha çok başarı öngördüğünü gözlemlemiştir. Fakat olumlu fanteziler sonucunda elde edilen beklenti olumsuz fanteziler sonucunda elde edilen beklentiden daha az düzeyde gerçekleşmektedir. Bu durumun nedeni ise kaygı sonucu organizmanın kendini koruma isteği ile sergilediği psikolojik dayanıklılıktır (Akt.Oettingen&Mayer,2002).

Gelecek beklentileri yüksek olan ergenlerin kendi kararlarını verebilme, sosyal uyum, olumlu değerler kazanma gibi alanlarda gelişim kaydetmesi mümkündür (Catalano v.d., 2004). Ünver (1986), Gökçe (1976) ve Ozankaya'ya (1981) göre kalabalık ailelerde çocukların veya gençlerin okul başarısızlığı, başarı güdüsünün azlığından veya düşük benlik saygısından kaynaklanıyor olabilir. Kalabalık aileler iyi bir eğitim ve bu eğitime bağlı gelecek beklentisi sağlayamamaktadırlar (Güleri, 1998). Tolan'a (1990) göre gençlerin geleceğe güvenle bakmada aldıkları öğrenim (%32.3), bilgi ve beceriye sahip olma (%23.3) ve ailenin varlıklı olması (%20.1) olarak belirtmektedirler.

Türkiye’de ortaöğretim kurumları verdikleri eğitim doğrultusunda gençlerin geleceğe hazırlanmasında son derece önemli kurumlardır. Öğrenim gördükleri ortaöğretim kurumlarında uygulanan öğretim programlarındaki farklılıklar üniversite eğitimini ve meslek seçimini doğrudan etkilemektedir. Gelecek tasarımı iyi yapamayan ve beklentilerini gerçekleştiremeyen bireylerin ümitsizlik yaşamaları muhtemeldir. Yine iş bulma ve iş sürekliliğinin sağlanması teknoloji ve küreselleşme ile beraber iş yaşamını sürekli olarak tehdit etmektedir. Türkiye üyesi olduğu OECD (Organization for Economic Cooperation and Development) ülkeleri gibi yapısal reformlara odaklanmıştır. Yapısal reformlar eğitim sisteminde de değişimleri zorunlu kılmaktadır. Gençlerin yeni dönemde hayata ve işgücü piyasalarının taleplerine daha etkin biçimde hazırlanmaları gerekmektedir. Ülkemiz istihdam oranları bakımından OECD ülkelerinin gerisindedir. Bu durumun nedenlerinden birisi olarak ülkemiz nüfusunun önemli bir bölümü gençlerden oluşmakta ve istihdam oranı diğer ülkelere oranla düşüktür. Dolayısıyla istihdam edilmeyen gençlerin gelecek beklentileri anlamında karamsar olmaları beklenen bir sonuçtur. Çünkü bir işte çalışma kişide güven ve saygı duygusunu geliştirmekte, topluma ait olma duygusunu geliştirmektedir (Dereli ve Kabataş, 2009). Çalışma hayatına hazırlayan eğitim programlarının düzenlenmesi ve istihdamın artırılması geleceğe yönelik olarak beklenti içindeki ergen kitle için büyük önem arz etmektedir.

Ergenlik yetişkinliğe doğru giden zorlu bir yolculuktur. Bu yolculukta; birçok yol, yön değiştirme, farklı taşıma araçları ve eşlik eden yolcular vardır. Bütün yolculuklarda yol haritaları ve yollardan hangilerinin seçileceğine ilişkin kararlar büyük önem taşır. Yollar çoğunlukla bir yere çıkar; Yollardan bazıları aydınlık geniş bulvarlara, bazıları da dar karanlık arka sokaklara çıkar. Yine de birey bu yolculuklardan kendisiyle ilgili birçok bilgi edinir. Gelecek beklentisi kavramı ergenlerin çıkacağı zorlu yolculukta seçilecek yolları belirleme biçimidir (Nurmi,2001).

Gelecek beklentisinin kişisel düzeyde anahtar bir rol oynadığını ileri süren araştırmalarda (Smith, 1992; Werner,1982) esnek ve dayanıklı psikolojik özelliklere sahip bireylerin olumlu gelecek beklentisine eğilimli oldukları tespit edilmiştir (Akt. Şimşek, 2012). Ergenlerin gelecek beklentilerinin içeriği, genellikle, başarıya yönelik, ilişkisel, varoluşsal ve deneysel olmak üzere dört başlıkta toplanmaktadır. Okul çağındaki ergenlerin başarıya ilişkin beklentilerine bakıldığında, beklentilerin çoğunlukla sınıfı geçme, okulu bitirme, meslek sahibi olma, unvan ya da mevki sahibi olmaya doğru değiştiği gözlenmektedir. İlişkisel beklentiler ise genellikle sevgili bulmak, eş seçmek, aile kurmak ve çocuk sahibi olmaktır.

Varoluşsal beklentiler, daha iyi insan olmak, daha yardımsever olmak gibi bireyin kişisel özelliklerini değiştirmesini ve toplumsal rolünü sorgulamasını tanımlamaktadır. Deneysel beklentiler ise ülke, iş ya da yaşam biçimini değiştirmek gibi daha radikal ve yaşamsal planlara yöneliktir.

Gelecek beklentisine yönelik araştırmalarda genellikle başarıya ve kişilerarası ilişkilere ait planlar öne çıkmaktadır. Ergenlerdeki gelecek beklentisi çoğunlukla okulu bitirmek, bir işte başarılı olmak, unvan sahibi olmak, sevgili bulmak, evlenmek ve çocuk sahibi olmak gibi planları içermektedir. Gelecek beklentisine yönelik deneysel araştırma sonuçları ve kuramsal açıklamalar, lise döneminin gençlerin gelecekleri ve özellikle meslekle ilgili kararları açısından kritik olduğunu göstermektedir. Gençler bu dönemde, meslek olarak seçecekleri alanları belirlemek ve meslekleri hakkında karar vermek durumundadırlar. Meslek seçimi, gencin yalnızca nasıl bir işte çalışmak istediği ile ilgili olmayıp aynı zamanda nasıl bir hayat standardı içinde yaşamak istediğini de etkileyen bir karar olduğu için önemlidir. Lise çağına gelmiş gençlerin böylesine önemli bir kararı vermek zorunda olmaları, mesleki gelişim görevlerini yerine getirememişlerse, doğru ve akılcı karar vermelerini zorlaştırmaktadır. Meslek seçimi aynı zamanda mesleki gelişim görevlerini başarı ile tamamlama ve mesleki olgunluk düzeyi ile de bağlantılıdır (Çoban, 2005).

Ergenlerin geleceklerine yönelik olarak oluşturdukları beklentiler onların gelecekteki yaşantılarını belirler. Geleceklerine yönelik düşünceleri ve beklentileri kimlik ve benlik oluşumlarını şekillendirir.

3.1.1.1. Umut ve Umutsuzluk

Türk Dil Kurumu tarafından yayımlanan Güncel Türkçe Sözlük'te “ummaktan doğan güven duygusu, ümit” olarak tanımlanan ve geleceğe yönelik olumlu beklentilere sahip olma duygusunu ifade eden umut, insana gelecekte karşılaşılabileceği olumsuz yaşantılarla baş edebileceği duygusunu vererek ruh sağlığını olumlu etkiler. Umudun karşıtı umutsuzluk ise, bireyin ruh sağlığını olumsuz olarak etkileyen ve olumsuz klinik tabloların bir parçasıdır. TDK sözlüğüne göre ümit ve umut kelimeleri eşanlamlı olarak kullanılabilir. Fakat psikoloji literatürüne umut ve umutsuzluk kavramları daha fazla yerleşmiş olduğundan umut kelimesi daha fazla kullanılmaktadır.

Umut gelecekle ilgili bir amacı gerçekleştirmedeki olumlu, umutsuzluk ise olumsuz beklentilerdir. Melges'e (1969) göre gerek umut gerekse umutsuzluk, her ikisi de bireyin

gelecekteki gerçek hedeflerine ulaşma imkânlarının muhtemel yansımasıdır. Bireyde umut ya da umutsuzluk tablosu büyük ölçüde birtakım bilişsel süreçlerin etkileşimi sonunda ortaya çıkar. Umut ve umutsuzluk karşıt beklentileri simgeler. Umutta hedefe ulaşmak için uygulamaya konulan planların başarılabileceği öngörüsü varken; umutsuzlukta başarısızlık yargısı vardır. Bu iki uç beklenti kişiden kişiye, durumdan duruma beklenen sonucun ne zaman ve nasıl gerçekleştiğine bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Bu plan ve beklentilerin her biri bireyin oluşturduğu hedefin şeklini de etkilemektedir. Birey bu düşünce biçimini üç biçimde gösterir ve bireyin umut ya da umutsuzluğunun tiplerini belirler.

1. Birey amaçlarına yeteneği ya da şans faktörü ile ulaşabilir. Geleceklerini şansa bağlayanlar amaca yönelik davranışta daha az bulunurlar. Kişinin etkinliğine, kendine olan saygısına ve yeteneğine olan inancı umutsuzluk düzeyini belirler.
2. Başkalarına karşı hissedilen güvensizlik kişinin amaçlarını sınırlandırır. Birey başarısızlıklardan başkalarını sorumlu tutar. Uzun süreli amaçlar yerine kısa süreli amaçları ön plana alır.
3. Umut kısa ve uzun dönemde ulaşılabilir hedefleri belirler. Sürenin uzaması güvensizliği artıracığından birey kısa süreli amaçlara yönelir.

Umut gelecek ile ilgili bir amacı gerçekleştirmedeki sıfırdan fazla olan beklentilerdir (Rideout ve Montemuro,1986). Umut bireyin yaşama gücüdür ve birey umutlu olduğu sürece geleceğe yönelik planlar yapar (Deveci ve ark., 2011). Fromm'a (1995) göre umut, daha büyük bir canlılık, daha yüksek bir duyarlılık ve akılcılık sağlamak, yönünde gerçekleştirilmek istenen her toplumsal değişimin belirleyici ögesidir. Fromm'un umut anlayışında pasifliğe yer yoktur. Umuda ulaşabilmek adına bir takım çabalar gösterilmelidir. Umut hiçbir eylemde bulunmadan pasif bir bekleyiş değildir. Ancak umut, gerçekleşmesi imkânsız olan şartların gerçekçi olmayan bir şekilde zorlanması da değildir. Umut, atlama anı geldiğinde sıçramaya hazır çömelik bir kaplana benzemektedir. Frankl'a (1997) göre ise yaşama iradesi umuttur. Umut insanda doğuştan var olan bir potansiyeldir. Freud'un aksine iyimserlik doğuştan vardır ve zamanla gelişerek zenginleşir. Frankl gibi umudu olumlu bir bakış açısı ele alan Adler'e (1994) göre insan doğuştan iyimser olmakla beraber çocuğun çevresinden almış olduğu izlenimler önemlidir. Karşısına çıkan olayların üstesinden gelebileceğine inanarak yaklaşımda bulunan çocuk kendine güven, cesaret, çalışkanlık ve güvenilir olma gibi kişilik özellikleri gelişir fakat aksi duruma yönelik inanca sahip olan çocukların çekingenlik, ürkeklik, cesaretsizlik ve güçsüzlük gibi özellikleri gelişir. Fromm'a (1995) göre de insanlar doğuştan getirdikleri iyimserlik potansiyeli ile hayat yolculuklarına umut, inanç ve direnme güçleriyle

çıkılmaktadırlar. Fakat çevresel faktörler ve rastlantısal olayların insanın umudunu geliştiren ya da ketleyen bir rol oynadığını ifade etmektedir. Frankl'a (1997) göre kişinin, aktif olarak kişisel, çevresel ve toplumsal olarak hayatın bir takım zorluklarına göğüs gererek mücadele içinde bulunabilmesi için olumlu bir ruh haline ve yaşam iradesine dayanan bir inanca ihtiyacı vardır. Şimdiki zaman her an geçmiş olmakla beraber, insanın beklentileri bilişsel bir süzgeçten geçirdiği gelecek beklentileri umutlarını oluşturur. Umutlar insanı yaşama bağlar ve insan umut etmeden yaşadığının farkına varamaz. Olumlu düşünebilme geçici olumsuzlukların ortaya çıkmasını engelleyen ve kronik hastalıkların olumsuz etkilerini azaltan bir yapıya sahiptir (C.Petterson&Bossio,1991;Scheir & Carver, 1992; Taylor, Kemeny, Reed, Bower, Gruenewald,2000; Akt.Oettingen&Mayer,2002).

Umutsuzluk bir amacı gerçekleştirmedeki sıfırdan az olan olumsuz beklentilerdir (Melges,1969). Umutsuzluk bireyin sınırlı ya da hiç alternatif göremediği veya kişisel seçenekler bulamadığı ve kendi yararı için enerji sarf edemediği durumdur (Deveci ve ark., 2011). Umutsuzluk geleceğe ilişkin negatif beklenti, bir başka deyişle kötümserlik olarak tanımlanmaktadır (Kashani ve diğ.,1991). Beck'in bilişsel kuramına göre: Umutsuzlukta üzüntü, geleceğe yönelik olumsuz beklentiler, olumsuzluk ve kötümserlikle ilgili duygusal bozukluklar etkili olabilmektedir. Kişi kendini, dış dünyayı ve geleceğini olumsuz değerlendirebilmekte, yaşamı engeller ve zorlayıcı olaylarla dolu olarak görebilmektedir. Bu durumun sonunda umutsuzluk yaşanabilmektedir (Durak, 1994; Gençöz ve ark., 2006). Umutsuzluğu ölümcül bir hastalık olarak niteleyen Kierkegaard'a (2007) göre umutsuzluk içinde olan kişi, gerçek bir hastadır fakat ölememektedir, sürekli can çekişmektedir. Zira ölümü bir geçiş süreci olarak kabul eden insan için ölüm bile çok daha fazla umut içerir. Gençtan'a (1992) göre umutsuzluk, insanın kendisinden ve varoluşsal sorumluluğundan kaçarak yaşayabilmesini sağlayan bir tür uyuşturucu maddedir. İnsan yaşamına bir anlam verememekte ve yaşamına bir anlam yükleyemediğinden umutsuzluğa düşmektedir.

Umut ve umutsuzluk ile ilgili tanımlar incelendiğinde; umut, bireyin problemlerinin çözümünü için bir şans olduğuna dair geleceğe yönelik olumlu beklenti içeren inancıdır. Umutsuzluk ise problemler karşısında çözüm üretebileceğine dair olumsuz beklentileridir. Umutta hedefe konulan palanların başarılacağı öngörüsü varken umutsuzlukta başarısızlık yargısı bulunmaktadır.

Umutsuzluk düzeyindeki artış bireyin problemlere çözüm getirebilme, üretim yapabilme, mevcut bilgilerini etkili kullanabilme becerilerini ve başarılarını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu becerilerde meydana gelen negatif etki aynı şekilde toplumun geleceğine

de yansımaktadır (Sare ve Güner,2012). Dolayısıyla toplumumuzun geleceğini oluşturan gençlerin ileriye dönük bakış açılarını, beklentilerini ve gelecekte umutlu olup olmadıklarını ve psikolojik dayanıklılıklarını ne düzeyde etkilediğinin ortaya konulmasına adına yararlı olacaktır.

3.1.1.2. Özsaygı

Kişiliğin en önemli unsuru benliktir. Benlik kişinin kendisini tanıma ve değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan zihinsel yorumudur. Bireyin kendisi hakkında yaptığı bilinçli değerlendirmeleri, görüşleri, inançları ve tutumlarını içermektedir.

Benliğin beğenilip benimsenmesi benlik saygısını oluşturur. Benlik saygısı benliğin duygusal boyutudur. Lewin, benlik saygısını “yaşam bir sahne olarak düşünülürse, kişinin oynadığı oyunun niteliğinden ve rolden aldığı doyum” olarak tanımlamaktadır. Bireyin kendini değerlendirmesi sonucunda ulaştığı benliğini onaylamasından doğan beğeni durumudur (Akt. Temel ve Aksoy, 2010).

Benlik saygısı yüksek olan insanların kendi kapasiteleri ile ilgili beklentileri de yüksektir. Kendileri hakkındaki olumlu tutumlardan ve elde ettikleri başarılı sonuçlardan dolayı kendi görüşlerini kabul ederler ve böylece hem davranışlarına hem de ulaştıkları sonuçlara güvenirlere. Bireyin çevresinden aldığı etkiler benlik saygısını olumlu ya da olumsuz olarak etkilemektedir.

Yaşam dönemlerindeki değişimler ve önemli olaylar benlik saygısını etkilemektedir. Örneğin aileden ayrılma, evlenme, iş kurma, orta yaşa ulaşma, çocuk sahibi olma ve yaşlanma sırasında fiziksel, sosyal ve duygusal değişimler benliği ve benlik saygısını etkilemektedir. Ergenlik dönemine girme, bir an önce büyüme ve yetişkin olabilme isteği, dönemin getirdiği fiziksel, sosyal ve duygusal değişimlerin ortaya çıkardığı rol karmaşası sonucunda yalnızlığa ve yabancılaşmaya yol açabileceği gibi sosyal destek arayışı ile çeşitli akran grupları yaşamına girebilir. Cinsiyet, yaş ve fiziksel görünüm gibi faktörlerin yanında çevreden aldıkları sosyal destekler benlik saygısını etkiler.

Ebeveynler, özdeşim kurma modeli ve çocuk yetiştirme tutumları ile benlik saygısının gelişiminde etkili bir faktördür. Martinez ve Garcia'nın 2008 yılında ebeveynlerin ergenlerin benlik saygılarına olan etkilerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışma sonucunda, ebeveynlerin göstermiş oldukları tutumlar ile ergenlerin benlik saygısını etkiledikleri ortaya çıkmıştır (Dilek ve Aksoy, 2013).

Ergenlikle beraber kendi benliğini yeniden değerlendirmeye başlayan genç kendisini onaylıyor ve değerli buluyorsa yüksek benlik algısına sahip olduğunu gösterir. Eğer uyum problemleri ile beraber çeşitli ruhsal problemlerle uğraşıyorsa düşük benlik saygısına sahip olduğunu göstermektedir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler uyum problemlerini daha kolay aşarak topluma daha çabuk katılım sağlayacağından içinde bulunduğu dönemin getirdiği veya getireceği problemlerin üstesinden gelmede bireye destek sağlayacak ve kendilerinden beklentileri de yüksek olacaktır.

3.1.1.3. Anne Baba Tutumları

Bireylerin sağlıklı bir kişilik geliştirmesi ve uyumlu bir yaşam sürdürmesinde çocukluk ve gençlik dönemlerinde yetiştiği aile ortamı önemlidir. Çocuğun yaşamının ilk evrelerinde benlik gelişmeye başlar. Ailenin çocuğa karşı gösterdiği sevgi, şefkat ve ilgi düzeyi çocuğun kendine verdiği değeri belirler. Ailenin çocuğa karşı duyguları, çocuğun duygularının iyi ya da kötü yönde gelişimini etkiler. Çocuğun ebeveynleri ve özellikle annesi ile oluşturacağı güvenli bir ilişki pozitif benlik imajı kazanmasında önemlidir.

Doğumdan itibaren çevreye uyum sürecinde en büyük destek aileden alınmaktadır. Çocuk kendi kararlarını alabilmeyi ve kendini ifade edebilmeyi anne babasından öğrenmektedir. Çocuğun geleceğe hazırlanmasında en etkin rol, kuşkusuz anne ve babaya düşmektedir. Aile içi eğitimin, kişiliği yapılanması ve gelişiminde kalıtsal getirimlerden sonra, en güçlü ve en önemli etken olduğu tüm psikologlarca kabul edilmektedir. Çocuk, doğuştan belli bir kalıtsal öz getirir. Bu öz, çocuk kişiliğinin malzemesini oluşturur. Bu malzeme ile kişiliği yapılandıran, biçimlendiren; kendine özgü niteliğini kazandıran özellikle aile içi etkenlerdir (Ersanlı, 2012).

Anne-baba ve çocuk iletişim ağında tarafların duygu ve düşüncelerini birbirlerine aktarmadaki tutum, çocuğun benlik gelişim yönünü belirlemektedir. Anne-baba tutumlarının duygusal ve denetim yönünden iki boyutta ele alınabilir. Çocuğu kabulden reddedici tutuma kadar duygusal, sınırlandırıcılıktan hoşgörülü tutuma kadar denetim boyutu vardır. Anne-baba tutumları “demokratik”, “otoriter”, “koruyucu” ve “ilgisiz” olmak üzere dört grupta incelenebilir.

a. Demokratik Anne-Baba Tutumu:

Çocuğa karşı koşulsuz olarak içten bir sevgi ve saygı duyularak, çocuk bir birey olarak kabul edilir. Bulunduğu yaşa göre çocuğa rehber olunarak çocuğun görüşlerine değer verir, çocuğu

ile karşılıklı iletişim kurar, her konuda çocuğuna güvenir ve böylelikle çocuğun kendisi hakkında kararlar almasına çocuğunu teşvik eder. Çocuğun seçim yapabilmesine imkan tanıyarak özerk bir birey olarak yetişmesi için gerekli ortamı sağlar.

Demokratik anne-baba tutumuna sahip bir ailede yetişen çocuk sağlıklı bir benlik tasarımı geliştirme imkanı elde etmiş olur. Demokratik ortam kuralsızlık ortamı değildir. Kuralların yaşama aktarılarak bireyin kendisini ortaya koymasına fırsat tanınan bir ortamdır. Çocuk bu ortamı kuralsızlık olarak algılsa ise kendisini evrenin merkezine koyarak sosyal hayatın kurallarına uyum sağlayamayacaktır. Aşırı hoşgörü içerisinde yetiştirilen çocuklar da, en az katı disiplinle büyüyen çocuklar kadar sorunlarla karşılaşır.

b.İlgisiz Anne-Baba Tutumu:

İlgisiz anne-baba çocuğunu psikolojik olarak reddeder ve gereksinimlerini ihmal eder. Çocuğunun varlığından rahatsız olduğu için mümkün olduğunca çevresinden uzak tutmaya çalışır. Çocuğunun ne yaptığından, nerede olduğundan ve gereksinimlerinden habersizdir. Çocuk kendini değersiz olarak görür ve kendi öz benliğinden utanır. Çocuğunu tümüyle reddeden anne-babanın ses tonu, davranış biçimleri, beden dili ya da sözel mesajlarla verdikleri tepkilerden çocuk kabul edilmediğinin farkına varır. Yaşadığı bu ortam sonucunda aşağılanan çocuk kendi öz benliğinden utanır. Çocuk başkalarını aşağılayarak veya hor görerek bu utancını saklamaya çalışır.

c.Otoriter Anne-Baba Tutumu:

Otoriter anne-baba çocuğunu sevip ilgilenirse de kendisini mutlak otoritenin temsilcisi olarak gördüğünden çocuğundan mutlak itaat bekler. Sevgisini çocuk istenilen davranışları yaptığında gösterir ve davranışların pekiştirilmesi amaçlanır. Çocukla etkili bir iletişim kurmaz. Çocuğu kararlarını alabilecek birisi olarak görmeyip her türlü kararı kendisi almak ister. Çocuk bir birey olarak kabul edilmediğinden anne-baba için doğru olanın çocuk içinde doğru olduğunu kabul ederler. Anne-babalar kendi doğrularını çocuğa zorla kabul ettirmek istediğinden bu ortamda yetişen çocuklar içe kapanık, güvensiz ve bağımlı kişilik özellikleri gösterirler.

Sık sık uygulanan ceza ile çocuk kendine güvensizdir. Kendi yeteneklerini ortaya çıkarmaktan korkacak ve dışa bağımlı bir birey haline gelecektir.

d.Koruyucu Anne-Baba Tutumu:

Çocuğun her davranışını kontrol eden, çocuğun tüm ihtiyaçlarını karşılayan, duygularını aşırı derecede ifade eden ve her an bir yanlış yapmasından korkan anne baba tutumudur.

Aşırı sevgi ve ilgiden dolayı duygusal doyumsuzluğa itilirken yeterince fırsat verilmemesinden dolayı da kendine güven geliştiremez. Çevresine bağımlı bir yapı geliştiren bu çocuklar ergenlik dönemine geldiklerinde yeterince olgunlaşamazlar ve içe dönük bir yapı geliştirirler.

Çocukların benlik tasarımlarının gelişiminde, anne-babanın birbirleriyle olan ilişkileri ve anne-babanın çocukları ile olan ilişkilerinin yanında çocukların birbirleriyle olan ilişkilerinin etkileri de son derece önemlidir. Çocukların, sosyal, duygusal gelişimlerinin yanında kişilik gelişimlerini de etkilemektedir. Özellikle tek çocuk ailelerde, çocuklar bir sorunla karşılaşmalarında başkalarının varlığına daha çok ihtiyaç duyacaklardır. Tek çocuklu aile ortamındaki etkileşim ağı, çok çocuklu ailelere göre daha sınırlı olduğundan çocuk, paylaşma, alıp-verme gibi davranışları pek kazanamaz. Bu nedenle sosyal ve duygusal gelişiminde sorunlar yaşar.

3.1.1.4. Ergenlik Dönemi

Ergenlik, bireyin gelişim süreci içerisinde çocukluk döneminin bitişi ile başlayıp fizyolojik olarak erişkinliğe ulaşıncaya kadar geçen dönemdir (Koç, 2004). Çocukluktan erişkinliğe geçiş olarak bilinen ergenlik dönemi, bireyin biyolojik, psikolojik ve sosyal yönden değişimler yaşadığı bir dönemdir. Bu dönem ülkemizde kızlarda ortalama olarak 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlar (Öncel ve ark, 2003).Ergenlik gelişim dönemleri içerisinde güçlüklerle dolu zor bir evredir. Birey doğum öncesinden başlayarak oldukça uzun bir süre birbiri ardına devam eden dengeli gelişim dönemlerinden sonra, ergenlik dönemi ile birlikte dengesiz ve düzensiz zor bir döneme girer. Ergen fiziksel gelişimindeki hızın bedeninde yarattığı değişimlere ve sonuçlara uyum sağlamaya çalışırken duygusal yönden de zorluklar yaşamaktadır.

Ergenlerde görülen bu değişken duygusal durumun nedeni, temel bir gereksinimin karşılanmaması, yeterince doyum sağlanamamasına bağlı olabilir ve ergen değişik yollarla kendini ifade etmeye çalışır. Bu istek ve gereksinimler karşılandığında ergen mutlu olur, yoksa endişelenir ve farklı duygusal tepkiler gösterir (Yavuzer,1982). İstek ve gereksinimlerinin karşılanması ya da karşılanamaması durumu çevresiyle ilişkilerinin olumlu

ya da olumsuz olarak da yönünü belirler. İstek ve gereksinimlerini karşılamaya çalışırken bir yandan da çevreye uyumunu sağlamaya çalışır. Çevresiyle iletişimlerinde güçlükler yaşayabilir. Ergen çevresine uyum sağlamaya çalışırken; ergenlik döneminin dengesiz ve düzensizliğinin verdiği uyum güçlükleri, iletişim problemleri, yeni bir konum edinme ve kimlik oluşturma, çevreye uyum sürecinde yaşadığı güçlükler, duygusal problemlerle baş etme ve geleceğe yönelik planlamalar yapmak durumunda kalır.

3.1.1.5. Gelecek Beklentileri ile İlgili Araştırmalar

Gelecek zaman beklentisi, gelecek zaman perspektifi ve gelecek zaman yönelimi olarak yapılmış birçok araştırma vardır. Literatür incelendiğinde gelecek zaman dürtüler ile ilgili araştırmalara rastlanmaktadır.

Lennings & Burns (1998), yapılan araştırmada iki aşamalı bir çalışma ile zaman perspektifi ve dürtüler arasındaki ilişki incelenmiştir. İlk çalışmada zaman perspektifi dürtüler arasındaki ilişki deneysel bir çalışma ile ölçülmüştür. Birinci çalışmada yaş ortalamaları 22.5 olan, 54'ü kadın olmak üzere 69 birinci sınıf psikoloji öğrencisi ile çalışılmıştır. İkinci çalışmada yaş ortalaması 22.24 olan, 58'i kadın toplam 77 birinci sınıf psikoloji öğrencisi ile çalışılmıştır. İlk çalışmada geleceğe yönelik zaman tahminleri yapılmıştır. İkinci çalışmada ise ön yargılı tahminler sonucunda oluşan hatalara göre araştırma yapılmıştır. Zaman perspektifi ve dürtülerin hataların ortaya çıkmasında karakteristik bir etkisi yoktur. İkinci çalışmada ise kısa sürede verilen hızlı tahminler üzerine yapılmıştır. Sonuç olarak ister kısa süreli isterse uzun süreli bir süreçte olsa da gelecek zaman perspektifi ve kendini kontrol önemlidir. Araştırma sonucunda zaman perspektifindeki uzun zaman dilimini kapsayan zaman planlamasında zamanın daha hızlı geçtiği yargısı bu çalışmada desteklenmemiştir. Zaman perspektifinin zaman tahmini ile ilgili herhangi bir sistemli ilişkisi yoktur. Dürtülerin zaman tahmini kabiliyeti ile yeterince ilişkili değildir. Dürtüler zaman perspektifi ile ilgilidir. Dürtülerin zaman tahmini ile ilişkisiz zaman perspektifi ile ilişkili olmasındaki tutarsızlık örneklem gruplarının küçüklüğüne ya da zaman perspektifinin ölçümüne dayalı olabilir. Hazzın geciktirilmesi uzun bir zaman aralığını kapsamaktadır ve zaman perspektifi ile ilişkili değildir. Çünkü hazzın geciktirilmesindeki zaman aralığı çok zaman perspektifinden daha geniş olduğundan bir takım olumsuzluklar yaşanacaktır. Zaman perspektifini bir zaman aralığını tahmin etmeye yönelik olarak düşünürsek, zaman perspektifi ile dürtüler ilişkilendirilebilir. Kişinin kendini kontrol edebilmesi kısmen kişinin gelecekteki davranışlarını planlamasıyla ilgilidir. Kişinin davranışlarını kontrol edebilme ve planlaması

zaman perspektifi ile ilgilidir. Öğrencilerin geçen zamanı tamamlama ve gelecekteki hedeflerini hayal etme yeteneği ile gelecek zaman perspektifi arasında hiçbir ilişki bulunamamıştır. Öz yeterlilik ile farklı zaman perspektifleri arasında bazı çalışmalarda ilişki bulunurken bazılarında ilişki bulunamamıştır. Zaman perspektifi çalışmaları ergen ve genç yetişkinlerin tutum ve davranışlarını anlama ve kimliğin oluşması ile dürtülerin harekete geçirilmesini anlamada önemlidir (Akt.Lennings&Burns,1998).

Oettingen ve Mayer (2002) tarafından Gelecek Hakkında Düşünme Fonksiyonu: Fanteziler Beklentiler Arasındaki İlişki üzerine dört grup üzerinde çalışma yapılmıştır. Birinci grupta 26 yaşında mezun durumda olup iş arayan 40 öğrenci ile çalışılmıştır. İkinci grupta karşı cinsle arkadaşlık eden 103 öğrenci, üçüncü grupta mezun olmak için sınav bekleyen 117 öğrenci ve dördüncü grupta ameliyatla tedavi gören 68 öğrenci ile çalışma yapılmıştır. İki yıl boyunca sürdürülen çalışma ile beklenti ve fanteziler arasındaki ilişkiye performans ve öz düzenlemenin etkileri araştırılmıştır. Olumlu beklentiler değerlendirildiğinde; yüksek performans ve başarıdan ziyade bireyin gelecekte olmasını istediklerine düşünsel, zihinsel ve motivasyon olarak olumlu yaklaşımı önemlidir.

R.Seginer ve E.Lilach (2004) tarafından Geleceğin Oryantasyonunda Yalnızlığın Etkisi üzerine çalışılmıştır. Bu çalışmada ergenlerin geleceği planlamasında; yalnızlık, cinsiyet, gelecekteki yaşam alanları ve yaşam boyutları incelenmiştir. Geleceği planlamada; sosyal ilişkiler, evlilik ve aile, yükseköğretim ve çalışma – kariyer unsurları incelenmiştir. Bu unsurlar içerik bakımından ve yakın-uzak hedefler bakımından çalışılmıştır. 11. Sınıfta okuyan İsrail’li öğrenciler üzerinde yapılan çalışmaya 62’si kız 84’ü erkek olmak üzere toplam 146 öğrenci katılmıştır. Bu öğrencilerin %85’i anne ve babaları ile beraber yaşamakta olup, %83’ü en fazla iki kardeşe sahiptir. Aynı zamanda annelerin %70’i ve babaların %94’ü tam zamanlı çalışmaktadır. Çalışma sonunda; yalnız olan ergenlerden elde edilen geleceği planlama puanları sosyal olan ergenlere göre daha düşüktür. Aynı zamanda yakın zaman planlaması puanlarında yalnız erkekler yalnız kızlardan daha düşük puanlar elde etmiştir.

Akman (1992) tarafından Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Meslek, Evlilik ve Geleceğe Yönelik Beklentileri konusunda çalışma yapılmıştır. Araştırma kesitsel yöntemle yapılmış olup, örneklemini 1990-91 öğretim yılında rastgele seçilen 266’sı birinci sınıf ve 225’i dördüncü sınıfta bulunan 491 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucunda son sınıf öğrencilerinin beklentilerinin, birinci sınıf öğrencilerinden daha düşük olduğu saptanmıştır.

Güleri (1998) tarafından Üniversiteli ve İşçi Gençliğin Gelecek Beklentileri ve Kötümserlik-İyimserlik Düzeyleri konusunda çalışma yapılmıştır. Endüstrinin isteklerine göre eğitim gören üniversiteli gençlik ve endüstriyel üretimde yer alan işçi gençlik kent ortamında geleceğe nasıl baktıkları araştırılmıştır. 16-24 yaş grubundaki gençler incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini 1993-94 öğretim yılında öğretim gören İstanbul Mimar Sinan Üniversitesinin 239 öğrencisi ve İstanbul bölgesinde Metal Eşya, Tekstil ve Gıda endüstrisinde çalışan 16-24 yaşlarındaki 243 üretim işçisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda; Üniversiteli gençlerin geleceğe güvenle bakmada öğrenime birinci sırada yer vermedikleri daha çok iyi bir iş beklentisinde oldukları bunun yanında sıcak dostluk ilişkileri olduğu görülmüştür. İşçi gençlik ise gelecekte daha çok iyi eş beklentisi vardır. İşçi gençlik üniversiteli gençliğe göre daha bağımlı ve kötümserdir.

Artar (2003) tarafından Depremi Yaşayan Ergenlerin Gelecek Beklentilerinin İçeriği konusunda çalışılmıştır. Depremi yaşayan ergenlerin, travmatik deneyim sonucunda geleceğe ilişkin planlarında değişiklik yapıp yapmadıklarını ve bu planlarının içeriğinin ne olduğu araştırılmıştır. Görüşmeye dayalı olarak gerçekleştirilen çalışmaya İzmit bölgesinde oturan ve deprem yaşantısı olan 8'i kız 8'i erkek olmak toplam 16 ergen katılmıştır. Çalışma sonucunda diğer ergenlere oranla geleceğe yönelik planlarının daha fazla olduğu görülmüştür. Geleceğe ilişkin planlarının çoğunlukla buldukları il ya da ülkeyi değiştirme ve hiç olmazsa yaşam şartlarını değiştirmeye yönelik olduğu görülmüştür. Bu ergenler aynı zamanda yaşlılarından farklı olarak kişilik özelliklerini değiştirmeye yönelik planlara da sahiptirler. Planları gerçekleştirme konusunda umutsuz oldukları saptanmıştır.

Yavuzer ve arkadaşları tarafından 2005 yılında yapılan Günümüz Gençliğinin Gelecek Beklentileri çalışılmıştır. 391 üniversite ve 601 lise öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada üniversite ve lise öğrencilerinin gelecek beklentilerinin meslek, evlilik, ekonomik kazanç ve toplumsal saygınlık olarak benzerlik gösterdiği görülmüştür. Bunun yanında lise öğrencileri karşı cinsle yakın ilişkiler kurma, aileden bağımsız olma ve birey merkezli beklentilerin üniversite öğrencilerine göre daha öncelikli iken, yaşam felsefesi geliştirme ve toplumsal beklentilerin de üniversite öğrencilerinde daha öncelikli ve önemli olduğunu ortaya koymuşlardır.

Şişman (2006) tarafından sokakta yaşayan çocukların var olan durumlarını belirlemek, sorunlarını saptamak ve bu sorunlara ilişkin çözüm önerileri sunulması amacıyla betimsel yöntem kullanılarak Eskişehir ilinde yaşayan yaşları 5-14 arasında değişen 185'i erkek toplan 198 çocuk katılmıştır. Sonuç olarak sokakta kalmış çocukların ekonomik nedenlerle uzun

saatler çalışmak zorunda kaldıkları genel olarak 9-14 yaş arası çocuklar oldukları belirlenmiştir. Bu çocukların ileride eğitim gerektiren ve statü sahibi olabilecekleri meslek gruplarına dâhil olmak istedikleri gözlenmiştir.

İmamoğlu ve Edwards (2007) tarafından Geleceğe İlişkin Yönelimlerde Benlik Tipine Bağlı Farklılıklar konusunda çalışma yapılmıştır. Bu çalışmada gençlerin geleceğe yönelik örüntülerinin saptanması ve ilgili yönelimlerinin Dengeli Bütünleşme ve Ayrışma/Ayırdetme (denge) modelinin öngördüğü benlik tiplerine göre nasıl farklılaştığının araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemi 170'i kız ve 125'i erkek olmak üzere toplam 295 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda gençlerin geleceğe yönelik yönelimleri Olumlu, Kaygılı ve Planlı olmak üzere üç temel boyutta kavramsallaştırılmıştır. Benliğe bağlı farklılıklar bakımından ise Denge Modeli'nce psikolojik işlevler bakımından sırasıyla en olumlu ve en olumsuz benlik tipleri olarak önerilen ilişkili-kendileşmiş (dengeli) ve kopuk-kutuplaşmış (dengesiz) benlik tiplerindeki kişilerin geleceğe yönelimlerinde anlamlı farklılıklar gözlenmiştir.

Eren (2007) Husman ve Shell tarafından geliştirilen Gelecek Zaman Perspektifi Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlaması çalışması yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğinin üniversite öğrencilerinin yer aldığı bir örneklem üzerinde incelenmesi amaçlanmıştır. 406 öğrencinin yer aldığı örneklem grubu üzerinde açıklayıcı faktör analizi ve 315 öğrencinin yer aldığı örneklem grubu üzerinde ise doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizleri sonucunda ilgililik, değer, genişlik ve hız olarak adlandırılan dört boyutlu bir yapı ortaya çıkmıştır. Fakat ilgililik ve değer boyutları için güvenilirlik katsayıları yeterli bulunurken güvenlik ve hız boyutları için güvenilirlik katsayılarının yeterli olmadığı gözlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda da dört boyutlu bir yapının değil ilgililik ve değer boyutlarının oluşturduğu ikili bir yapı ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak ilgililik ve değer boyutlarından oluşan, geçerli ve güvenilir bir Gelecek Zaman Perspektifi Ölçeği elde edilmiştir.

Avcı ve Erden (2009) Husman ve Shell tarafından 1996 yılında geliştirilen Gelecek Zaman Algısı Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması, geçek ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. 430 Üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışma ile ölçeğin yapı geçerliği açımlayıcı faktör analizi yoluyla tespit edilmiştir. Güvenirlik için iç tutarlık ve test tekrar test katsayıları incelenmiştir. Dil eşdeğerlik bulgusuna göre ölçeğin, bağlılık, değer, hız ve genişlik alt boyutlarının orijinal İngilizce formları ile uyarlanan Türkçe formları arasında sırasıyla .79, .83, .57 ve .78 düzeyinde pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Yapılan açımlayıcı faktör analizi

sonucunda, orijinaline uygun olarak ölçeğin dört alt boyuttan oluştuğu görülmüştür. Madde analizi sonucunda, madde toplam korelasyonlarının .40-84 arasında, madde kalan korelasyonlarının.27-68 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı bağıllık, değer, hız ve genişlik alt boyutları için sırasıyla.82, .66, .67 ve .76, test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .72, .80, .71 ve .45 olarak bulunmuştur. Bu bulgulara dayanarak, gelecek zaman algısı ölçeğinin üniversite öğrencilerinde kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Kalkan ve Koç (2010) tarafından Romantik İlişkilerde Gelecek Zaman Yönelimine Ebeveynlik Stilllerinin Etkisi: Geçici İlişkilere Karşılık uzun Dönemli Bağlanım konusunda çalışma yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini Ondokuz Mayıs Üniversitesi'nde öğrenim gören ve seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilen 122'si kız, 65'i erkek toplam 187 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucunda çocukluk dönemindeki ebeveynlik stillerinin, ebeveyn tutum ve davranışlarının gelecekteki sonuçlarını ortaya koyması açısından önemli olduğu saptanmıştır.

Bayoğlu ve Puruçuoğlu (2010) tarafından Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin gelecek Beklentileri ve Sosyal Destek Algıları konusunda çalışma yapılmıştır. 13-18 yaş arasında korunmaya muhtaç ergenlerin sosyal destek algıları ile gelecek beklentilerini belirlemek amacıyla yapılan çalışmaya, SHÇEK Genel Müdürlüğüne bağlı kurumlarda bulunan öğrenciler arasından seçilmiş 51'i kız ve 30'u erkek olmak üzere toplam 81 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırma sonucunda ergenlerin beklentilerinin sırasıyla en çok eğitim, iş ve ekonomik konularda olduğu, en çok yakın arkadaşları ile öğretmenlerinden destek aldıkları ve kız öğrencilerin algıladıkları sosyal desteğin erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Eryılmaz (2011) tarafından Ergen Öznel İyi Oluşu İle Olumlu Gelecek Beklentisi Arasındaki ilişkinin İncelenmesi çalışılmıştır. Bu çalışmanın örneklemini Ankara ili Keçiören ilçesinde lise öğrenimi gören 14-17 yaş aralığında ki 112'si kız ve 121'i erkek toplam 233 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucunda; olumlu gelecek beklentisine sahip olan ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin yükseldiği bulunmuştur.

Tuncer (2011) tarafından ergen Gelecek Beklentileri Ölçeğinin Türkçe 'ye Uyarlanması konusunda çalışılmıştır. Araştırma Elazığ ili ortaöğretim kurumlarından rastgele seçilen bir okulda yürütülmüştür. Mc Whirter ve Mc Whirter (2008) tarafından geliştirilen FESA (Future Time Expectations Scale for Adolescents) ölçeği Türkçe 'ye uyarlanmıştır. Ölçek 93'ü erkek, 82'si kız toplam 175 ortaöğretim öğrencisine uygulanmıştır. Uyarlama çalışması sonucunda

ölçeğin Türkçe' ye uyarlama çalışmasının açımlayıcı ve doğrulayıcı sonuçlarına göre başarılı olduğu saptanmıştır.

Şahin ve arkadaşları tarafından 2011 yılında üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarını, üniversite öğreniminden beklentilerini ve okudukları bölüme ilişkin memnuniyet durumlarını ortaya koymak amacıyla 13 kamu üniversitesinin birinci ve son sınıfında okuyan öğrencilerden hem nicel hem de nitel yolla veriler toplanmıştır. Tarama yönteminin kullanıldığı bu araştırma sonunda; Öğrencilerin yarısının okuduğu bölümdeki yaşantılardan memnun olmadığı, Üniversiteden beklentilerinin kendilerini mesleğe hazırlamadır. Öğrencilerin yarısından fazlasının okudukları bölümde yüksek lisans yapmak istedikleri sonucuna varılmıştır.

Şimşek (2012) tarafından Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki Lise Öğrencilerinin Gelecek Beklentileri ve Gelecek Beklentilerini Etkileyen Faktörler konusunda çalışılmıştır. Betimsel - İlişkisel tarama modeliyle gerçekleştirilen araştırmanın örneklemini, bölgedeki dokuz ilde en yaygın lise türlerinden toplam 54 lisenin farklı sınıflarında okuyan 1106 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma sonucunda; Güneydoğu Anadolu bölgesindeki lise öğrencilerinin, kişisel ve mesleki gelecek, eğitsel gelecek, ekonomik gelecek ve sosyal gelecek boyutlarındaki beklentilerinin genel olarak ortanın üstü düzeyde olduğu görülmüştür. En çok tercih edilen mesleklerin başında tıp doktorluğu ve öğretmenlik gelmektedir. Lise öğrencilerinin gelecek beklentileri cinsiyete, okudukları lise türüne, akademik not ortalamalarına, anne eğitim düzeyine, baba mesleğine, aile gelir düzeyine, kardeş sayısına, okul öncesi eğitim alma durumuna ve evde konuşulan dile göre farklılaşmazken okulun bulunduğu ile sınıf düzeyine, disiplin cezası alma durumu ve okulu bırakma eğilimine göre farklılaşmaktadır.

Avcı ve Erden (2013) tarafından Gelecek Zaman Algısı ve Akademik Alanda Arzuların Ertelenmesinin Öğretmen Adaylarının Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi çalışılmıştır. Bu çalışmada, gelecek zaman algısı (bağlılık, değer, hız, genişlik ve algılanan araçsallık) ile akademik alandaki arzularını ertelemesinin öğretmen adaylarının meslek derslerindeki akademik başarıları üzerindeki etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi dördüncü sınıfta öğrenim gören 462 öğretmen adayı oluşturmuştur. Çalışma sonucunda akademik başarıyı açıklamaya yönelik olarak oluşturulan model doğrulanmıştır.

BÖLÜM 3

3. YÖNTEM

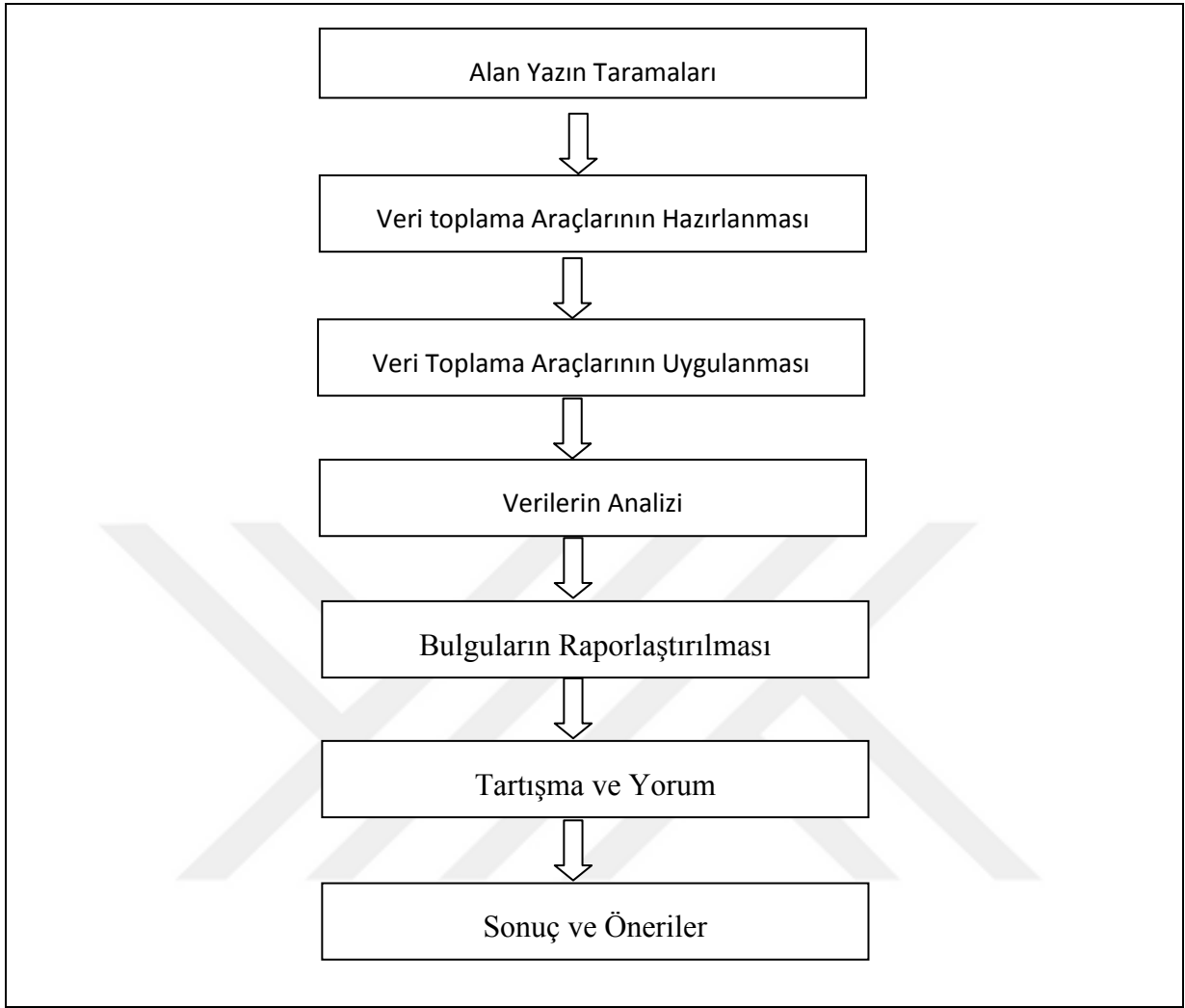
3.1. Araştırmanın Yöntemi

Ergenlerin psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklentileri arasındaki ilişkinin cinsiyetlerine, anne-babalarının birliktelik durumuna, kardeş sayılarına, okul türlerine ve sınıf düzeylerine göre incelendiği bu çalışmada, nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Bu amaçla veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu”, “Gelecek Beklentileri Ölçeği” ve “Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” kullanılmıştır. Samsun ili İlkadım ilçesindeki Genel Liseler, Meslek Liseleri ve Anadolu Liseleri’nde öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. Sınıf öğrencilerinden oluşan çalışma grubundan gerekli veriler toplanmıştır. Çalışma grupları ulaşılabilirlik yoluyla oluşturulmuştur. Elde edilen veriler, SPSS 20.00 ve IBM istatistik 20 paket programı kullanılarak analiz edilmiş ve bulgular alan yazındaki benzer ve farklı sonuçlara ulaşmış araştırmalarla birlikte tartışılmıştır.

3.2. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme ve etkileme çabası gösterilemez (Karasar, 2002). Betimsel tarama modelinde, belli bir zaman kesiti içinde çok sayıda denek ve objeden elde edilen verilerin analizi ile araştırma problemine ya da problemlerine çözüm aranır (Arseven, 2001).

Şekil 1’de araştırmada izlenen süreç ana hatlarıyla gösterilmiştir



Şekil 1’de görüldüğü üzere öncelikle araştırmanın genel amacına yönelik olarak alan yazın taraması yapılmış; ölçek uygulamaları için gerekli izinler alınmış, bu izinler doğrultusunda 2012-13 eğitim-öğretim yılında Samsun ili İlkadım ilçesindeki Genel Liseler, Meslek Liseleri ve Anadolu Liselerinde öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. Sınıf öğrencileri ile uygulamalar gerçekleştirilmiştir. Belirlenen örneklem doğrultusunda veriler toplanmış, analiz edilmiş ve elde edilen bulgular alan yazın ve ilgili araştırmalar ışığında tartışılmıştır. Son olarak, araştırmada ulaşılan sonuçlar ve bu sonuçlara yönelik öneriler yazılarak araştırma süreci tamamlanmıştır.

3.3 Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2012-13 eğitim öğretim yılında Genel Liseler, Anadolu Liseleri ve Meslek Liselerinde öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklemini Samsun ili İlkadım ilçesindeki Genel Liseler, Anadolu Liseleri ve Meslek Liselerinde öğrenim gören ve ulaşılabilirlik durumuna göre belirlenen 1278 (729 kız, 549 erkek) oluşturmaktadır.

3.4. Veri Toplama Araçları

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Örnekleme alınan öğrencilerin, cinsiyetlerini, sınıf düzeylerini, okul türlerini, kardeş sayılarını ve anne-babalarının birlikte yaşayıp yaşamadıklarını belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi soru listesidir (Ek-1)

3.4.2. Gelecek Beklentileri Ölçeği

Ölçek Türü: Kendini Değerlendirme

Uygulanacak grup: Ergenler

Derecelendirme: 7'li Likert (1 Kesinlikle inanmıyorum-7 Kesinlikle inanıyorum)

Kapsamı: Bağımsız değişkenlerin gelecek beklentileri üzerindeki etkisi ergenler açısından belirlenebilen ve bireyin kendisi hakkında bilgi vermesi esasına dayalı olan ölçme aracıdır.

Ölçek 25 alt madde ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır.

1. İş ve Eğitim (11 madde)
2. Evlilik ve Aile (7 madde)
3. Din ve Toplum (3 madde)
4. Sağlık ve Yaşam (4 madde)

Puanlama: Her bir maddeden alınabilecek puan 1 ile 7 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların yükselmesi ergenin geleceğe ilişkin beklentilerinin arttığı anlamına gelmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 25, en yüksek puan ise 175'tir.

Güvenirlilik: Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .92 olarak bulunmuştur.

3.4.3 Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Ölçek Türü: Kendini Değerlendirme

Uygulanacak Grup: Ergenler

Derecelendirme: 4'lü (1 Bana hiç uygun değil - 4 Bana çok uygun).

Ölçek ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık düzeylerini ölçmeye yönelik olarak geliştirilen ve bireyin kendisi hakkında bilgi vermesi esasına dayalı bir ölçme aracıdır. Ölçek 29 madde ve altı boyuttan oluşmaktadır.

1. Aile Desteği (7 madde)
2. Akran Desteği (5 madde)
3. Okul Desteği (5 madde)
4. Uyum (4 madde)
5. Mücadele azmi (5 madde)
6. Empati (3 madde)

Puanlama: Ölçekten elde edilebilecek en yüksek puan 116, en düşük puan ise 29'dur. Ölçeğin her alt boyutundan alınan yüksek puan bireyin ilgili psikolojik dayanıklılığa sahip olduğunu göstermektedir. Ölçek toplam bir ergen psikolojik dayanıklılık puanı da vermektedir. Ölçeğin 10., 11., 14., 15., 16., 17., 18., 22., 23., ve 26. maddeleri ters puanlanmaktadır.

Güvenirlilik: İç tutarlılık güvenirlilik katsayıları ölçeğin bütünü için .87, aile boyutu için .89, akran desteği boyutu için .81, Uyum boyutu için .70, mücadele azmi boyutu için .67 ve empati boyutu için .61 olarak hesaplanmıştır.

3.5. Verilerin Toplanması

Ölçek uygulamaları için Samsun il Milli Eğitim Müdürlüğünden alınan gerekli izin doğrultusunda, 2012-2013 eğitim-öğretim yılında İlkadım ilçesinde öğretim veren Genel Lise, Meslek Liseleri ve Anadolu Liselerinde öğrenim gören 9., 10., 11. Ve 12. sınıf öğrencileri ile uygulamalar gerçekleştirilmiştir. Her sınıf düzeyinde öğrencilere çalışmanın amacı, ölçeği nasıl yanıtlayacakları anlatılmış; 15.03.2012 – 15.06.2012 tarihleri arasında uygulamalar tamamlanmıştır. Yaklaşık olarak 25 dakika süren uygulamalarda herhangi bir sorunla karşılaşılmamıştır.

3.6 Verilerin Analizi

Uygulamadan elde edilen veriler SPSS 20 istatistik paket programına aktarılmıştır. Öncelikle iki bağımlı değişken arasında ilişki olup olmadığı Pearson Korelasyon Kat Sayısı Tekniği ile test edilmiştir. Daha sonra Anne-babanın birliktelik durumuna, cinsiyete, kardeş sayısına, okul türüne ve sınıf düzeyine göre ergenlerin gelecek beklentileri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde, daha çok faktörün birden fazla bağımlı değişken üzerindeki etkilerini test etmeye yönelik olarak kullanılan çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2011).



BÖLÜM 4

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmada öne sürülen denenceleri test etmek üzere yapılan istatistiksel analizlere ve bu analizlerden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Denence 1: Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Ergenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeği ve gelecek beklentileri ölçeği toplam puanları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını test etmek amacıyla Pearson Korelasyon Kat Sayısı Tekniği uygulanmış olup, elde edilen sonuçlar Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyi İle

Gelecek Beklentileri Arasındaki İlişkiye Ait İstatistiksel Veriler			
		Psikolojik Dayanıklılık Toplam Puanı	Gelecek Beklentileri Toplam Puanı
Psikolojik Dayanıklılık Toplam Puanı	Korelasyon	1	.421
	p	.000	
	N	1278	1278
Gelecek Beklentileri Toplam Puanı	Korelasyon	.421	1
	p	.000	
	N	1278	1278

$$r = 0,42; p < 0.001$$

Tablo 1’de yer alan analiz sonuçları incelendiğinde; Psikolojik Dayanıklılık ile Gelecek Beklentileri değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır ($r=0,42$, $p<.001$). Bu sonuca göre psikolojik dayanıklılık puanları yükseldikçe gelecek beklentileri puanları da yükselmekte olup araştırmanın birinci denencesi doğrulanmaktadır.

Denence 2: Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki anne babanın birliktelik durumuna göre anlamlı olarak değişmektedir.

Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık düzeyi ile Gelecek Beklentileri arasındaki ilişki anne babanın birliktelik durumuna göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediği Çok Değişkenli İki Yönlü Faktör Analizi ile test edilmiştir.

Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerinin Anne-babanın birliktelik durumuna göre açıklayıcı istatistikler Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 2 Anne Babanın Birliktelik Durumuna Göre Açıklayıcı İstatistikler

	Anne-Baba Birliktelik Durumu	Ort.	sd	N
Gelecek Beklentileri	Beraber Yaşiyor	131.41	29.13	1179
	Ayrı Yaşiyor	129.84	30.90	99
	Toplam	131.29	29.26	1278
Psikolojik Dayanıklılık	Beraber Yaşiyor	92.51	10.33	1179
	Ayrı Yaşiyor	91.32	11.01	99
	Toplam	92.41	10.38	1278

Anne-babaların birliktelik durumları ile Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık arasındaki ilişki düzeylerini incelemek amacıyla değişkenler arasındaki korelasyonun eşit olduğu varsayımı test edilmiştir. Korelasyon düzeylerine ilişkin sonuçlar Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3 Değişkenler Arası Korelasyon

Box’s M	F	df 1	df 2	p
1.27	.42	3	345327.22	.738

p>.05

Tablo 3’e bakıldığında gibi değişkenler arasında eşit korelasyon olduğu görülmektedir (p>.05).

Anne-babanın birliktelik durumunun ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerini anlamlı olarak etkileyip etkilemediğini test etmek amacıyla MANOVA Testi yapılarak sonuçları Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4 Başlangıç Hipotez Testi

		Değer	F	Hipotez Sd	df	P
Intercept	Pillai's Trace	.958	14415.90	2.00	1275.00	.000
	Wilk's Lambda	.042	14415.90	2.00	1275.00	.000
	Hotelling's Trace	22.61	14415.90	2.00	1275.00	.000
	Roy's Largest Root	22.61	14415.90	2.00	1275.00	.000
Birliktelik Durumu	Pillai's Trace					
	Wilk's Lambda	.001	.599	2.00	1275.00	.550
	Hotelling's Trace	.999	.599	2.00	1275.00	.550
	Roy's Largest Root	.001	.599	2.00	1275.00	.550
		.001	.599	2.00	1275.00	.550

$p > .05$

Tablo 4'te bakıldığında üzere, anne babanın birliktelik durumunun ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerine etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir ($p > .05$).

Anne-babanın Birliktelik durumunun Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla yapılan MANOVA test sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5 Varyans Analiz Testi

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişkenler	Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p
Birliktelik Durumu	Gelecek Beklentileri Toplamı	224.29	1	224.29	.262	.609
	Psikolojik Dayanıklılık Toplamı	128.94	1	128.94	1.195	.274

$p > .05$

Tablo 5'te görüldüğü üzere, Anne-babaların birliktelik durumlarının ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamaktadır ($p > .05$). Bu bulgu araştırmanın ikinci denencesini doğrulamamaktadır.

Denence 3: Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki cinsiyetlerine göre anlamlı olarak değişmektedir.

Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık düzeyi ile Gelecek Beklentileri düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı olarak değişip değişmediği çok yönlü varyans analizi test edilmiştir.

Ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerinin cinsiyetlerine göre açıklayıcı istatistikleri Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6 Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Açıklayıcı İstatistikler

	Cinsiyet	\bar{X}	sd	N
Gelecek Beklentileri	Kız	130.01	29.21	729
	Erkek	132.99	29.27	549
	Toplam	131.29	29.26	1278
Psikolojik Dayanıklılık	Kız	93.18	10.25	729
	Erkek	91.40	10.48	549
	Toplam	92.41	10.38	1278

Tablo 6’da görüldüğü üzere erkeklerin gelecek beklentileri düzeyi puan ortalamaları kızlara göre daha yüksek olmasına rağmen, psikolojik dayanıklılık düzeyi puan ortalamaları daha düşüktür.

Ergenlerin Cinsiyetlerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık arasındaki ilişki düzeylerini incelemek amacıyla değişkenler arasındaki korelasyonun eşit olduğu varsayımı test edilmiştir. Korelasyon düzeylerine ilişkin sonuçlar Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7 Değişkenler Arası Korelasyon

Box’s M	F	df 1	df 2	p
.993	.331	3	185586756.26	.803

p>.05

Tablo 7’de görüldüğü gibi, değişkenler arasındaki korelasyon incelendiğinde değişkenler arasında eşit korelasyon olduğu sonucuna varılmıştır(p>.05).

Ergenlerin Cinsiyet durumunun Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerini anlamlı olarak etkileyip etkilemediğini test etmek amacıyla Başlangıç Hipotez Testi yapılarak sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8 Başlangıç Hipotez Testi

		Value	F	s df	Error df	p
Intercept	Pillai's Trace	.987	50094.02	2.00	1275.00	.000
	Wilk's Lambda	.013	50094.02	2.00	1275.00	.000
	Hotelling's Trace	78.57	50094.02	2.00	1275.00	.000
	Roy's Largest Root	78.57	50094.02	2.00	1275.00	.000
Cinsiyet	Pillai's Trace	.016	10.56	2.00	1275.00	.000
	Wilk's Lambda	.984	10.56	2.00	1275.00	.000
	Hotelling's Trace	.017	10.56	2.00	1275.00	.000
	Roy's Largest Root	.017	10.56	2.00	1275.00	.000

p<.05

Tablo 8'de görüldüğü gibi, cinsiyetin ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu sonucuna varılmıştır (p<.05).

Ergenlerin Cinsiyet durumuna göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri puanlarının Homojen dağılıp dağılmadığını test etmek amacıyla Homojenlik Testi yapılmış olup sonuçları Tablo 9'da verilmiştir.

Tablo 9 Homojenlik Testi

Cinsiyet	F	df 1	df 2	p
Gelecek Beklentileri	.111	1	1276	.739
Psikolojik Dayanıklılık	.928	1	1276	.336

p>.05

Cinsiyet durumuna göre ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri puanlarının homojen olarak dağıldığı görülmektedir (p>.05).

Ergenlerin Cinsiyetlerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla yapılan MANOVA analiz test sonuçları Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10 Varyans Analiz Sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişkenler	Kareler Toplamı	df	Kare Ortalama	F	p
Cinsiyet	Gelecek Beklentileri Toplamı	2782.53	1	2782.53	3.254	.071
	Psikolojik Dayanıklılık Toplamı	998.73	1	998.73	9.317	.002

p>.05

Tablo 10’da görüldüğü gibi, Gelecek Beklentileri düzeyi anlamlı bir farklılık oluşturmadığı (p>.05), Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık oluşturduğu söylenebilir (p<.05). Ede edilen bu sonuç Gelecek Beklentileri düzeyine göre araştırmanın üçüncü denencesini doğrulamazken; Psikolojik Dayanıklılık düzeyi bakımından araştırmanın üçüncü denencesini doğrulamaktadır.

Denence 4: Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki kardeş sayısına göre anlamlı olarak değişmektedir.

Ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerinin kardeş sayılarına göre açıklayıcı istatistikleri Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11 Açıklayıcı İstatistikler

	Kardeş Sayısı	\bar{X}	S	N
Gelecek Beklentileri	Tek Çocuk	134.53	27.84	101
	Bir Kardeş	131.47	27.99	472
	İki Kardeş	130.53	31.78	437
	Üç Kardeş	131.34	28.43	187
	Dört Kardeş ve Fazlası	130.20	26.19	81
	Toplam	131.29	29.26	1278
Psikolojik Dayanıklılık	Tek Çocuk	93.00	11.45	101
	Bir Kardeş	92.90	10.33	472
	İki Kardeş	92.38	10.35	437
	Üç Kardeş	91.62	9.95	187
	Dört Kardeş ve Fazlası	90.85	10.36	81
	Toplam	92.41	10.38	1278

Ergenlerin kardeş sayılarına göre elde edilen puanlar incelendiğinde; Kardeş sayılarına göre tek çocuk olan ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık puan ortalamalarının diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ergenlerin kardeş sayılarına göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık arasındaki ilişki düzeyleri incelemek amacıyla değişkenler arasındaki korelasyonun eşit olduğu varsayımı test edilmiştir. Korelasyon düzeylerine ilişkin sonuçlar Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12 Değişkenler Arası Korelasyon

Box’s M	F	df 1	df 2	p
17.19	1.425	12	838929.278	.146

p>.05

Değişkenler arasındaki korelasyon incelendiğinde değişkenler arasında eşit korelasyon olduğu sonucuna varılabilir (p>.05).

Ergenlerin Kardeş sayılarının Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerini anlamlı olarak etkileyip etkilemediğini test etmek amacıyla Başlangıç Hipotez Testi yapılmıştır. Başlangıç Hipotez testine ait sonuçlar Tablo 13’de verilmiştir.

Tablo 13 Başlangıç Hipotez Testi

		Value	F	Hypothesis df	Error df	p
Intercept	Pillai’s Trace	.980	31001.58	2.00	1272.00	.000
	Wilk’s Lambda	.020	31001.58	2.00	1272.00	.000
	Hotelling’s Trace	48.74	31001.58	2.00	1272.00	.000
	Roy’s Largest Root	48.74	31001.58	2.00	1272.00	.000
Kardeş Sayısı	Pillai’s Trace	.005	.752	8.00	2546.00	.646
	Wilk’s Lambda	.995	.751	8.00	2544.00	.646
	Hotelling’s Trace	.005	.751	8.00	2542.00	.646
	Roy’s Largest Root	.004	1.119	4.00	1273.00	.346

p>.05

Tablo 13'e göre ergenlerin kardeş sayılarının Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir ($p>.05$).

Ergenlerin Kardeş sayılarına göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri puanlarının Homojen dağılıp dağılmadığını test etmek amacıyla Homojenlik Testi uygulanmış olup, sonuçları Tablo 14'de verilmiştir.

Tablo 14 Homojenlik Testi

Kardeş Sayısı	F	Hata 1	Hata 2	p
Gelecek Beklentileri	1.845	4	1273	.118
Psikolojik Dayanıklılık	.277	4	1273	.893

$p>.05$

Tablo 14'te görüldüğü gibi, kardeş sayılarına göre ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyi puanlarının homojen olarak dağıldığı görülmektedir($p>.05$).

Ergenlerin Kardeş sayılarının Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla yapılan iki yönlü varyans analiz test sonuçları Tablo 15'de verilmiştir.

Tablo 15 Varyans Analiz Testi

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişkenler	Kareler Toplamı	df	Kare Ortalama	F	p
Kardeş Sayısı	Gelecek Beklentileri Toplamı	1424.30	4	356.07	.415	.798
	Psikolojik Dayanıklılık Toplamı	465.98	4	116.49	1.08	.365

$p>.05$

Tablo 15'e bakıldığında, ergenlerin kardeş sayılarının Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmektedir ($p>.05$).

Denence 5: Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki okul türüne göre anlamlı olarak değişmektedir.

Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri ile Gelecek Beklentileri arasındaki ilişki ergenlerin Okul Türüne göre anlamlı olarak değişmektedir şeklindeki denencemizi test etmek amacıyla Çok değişkenli iki yönlü faktör analizi yapılmıştır. Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerinin ergenlerin Okul Türüne göre açıklayıcı istatistikler Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16 Açıklayıcı İstatistikler

	Okul Türü	\bar{X}	sd	N
Gelecek Beklentileri	Meslek Liseleri	133.33	29.36	438
	Genel Liseler	128.59	28.67	423
	Anadolu Liseleri	131.89	29.61	417
	Toplam	131.29	29.26	1278
Psikolojik Dayanıklılık	Meslek Liseleri	91.84	9.67	438
	Genel Liseler	91.23	10.13	423
	Anadolu Liseleri	94.23	11.11	417
	Toplam	92.41	10.38	1278

Tablo 16’da görüldüğü üzere, Genel Liselerde öğrenim gören öğrencilerin Gelecek Beklentileri puan düzeylerinin Anadolu Liseleri ve Meslek Liselerinde öğrenim gören öğrencilere göre daha düşük düzeyde olduğu, Meslek Liselerinde öğrenim gören öğrencilerin Gelecek Beklentileri puan düzeylerinin ise diğerlerinden daha yüksek olduğu görülmektedir. Anadolu Liseli öğrencilerin Psikolojik Dayanıklılık puan düzeylerinin Genel Lise ve Meslek Liselerinde öğrenim gören öğrencilerden daha yüksektir.

Ergenlerin Okul Türlerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık arasındaki ilişki düzeylerini incelemek amacıyla değişkenler arasındaki korelasyonun eşit olduğu varsayımı test edilmiştir. Korelasyon düzeylerine ilişkin sonuçlar Tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 17 Değişkenler Arası Korelasyon

Box’s M	F	Hata 1	Hata 2	p
12.76	2.12	6	40080642.187	.047

p<.05

Tablo 17 incelendiğinde, değişkenler arasında eşit korelasyon olmadığı görülmektedir (p>.05).

Ergenlerin Okul Türlerinin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerini anlamlı olarak etkileyip etkilemediğini test etmek amacıyla Başlangıç Hipotez Testi yapılarak sonuçları Tablo 18’de verilmiştir.

Tablo 18 Başlangıç Hipotez Testi

		Value	F	Hypothesis df	Error df	p
Intercept	Pillai’s Trace	.988	51642.39	2.00	1274.00	.000
	Wilk’s Lambda	.012	51642.39	2.00	1274.00	.000
	Hotelling’s Trace	81.07	51642.39	2.00	1274.00	.000
	Roy’s Largest Root	81.07	51642.39	2.00	1274.00	.000
Okul Türü	Pillai’s Trace	.021	6.70	4.00	2550.00	.000
	Wilk’s Lambda	.979	6.71	4.00	2548.00	.000
	Hotelling’s Trace	.021	6.71	4.00	2546.00	.000
	Roy’s Largest Root	.017	10.62	2.00	1275.00	.000

p<.05

Tablo 18’de görüldüğü üzere, Okul Türlerinin göre ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmektedir (p<.05).

Okul Türlerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri puanlarının Homojen dağılıp dağılmadığını test etmek amacıyla Homojenlik Testi uygulanmış olup, sonuçları Tablo 19’da verilmiştir.

Tablo 19 Homojenlik Testi

Okul Türü	F	df1	df2	p
Gelecek Beklentileri	.206	2	1275	.814
Psikolojik Dayanıklılık	4.865	2	1275	.008

p>.05

Okul Türlerine göre ergenlerin Gelecek Beklentileri düzeyleri puanların homojen olarak dağıldığı (p>.05) ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri olduğundan homojen olarak dağılmadığı görülmektedir (p<.05).

Ergenlerin Okul Türlerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla yapılan iki yönlü varyans analiz test sonuçları Tablo 20’de verilmiştir.

Tablo 20 Varyans Analiz Testi

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişkenler	Kareler Toplamı	df	Kare Ortalama	F	p
Okul Türü	Gelecek Beklentileri Toplamı	5059.56	2	2529.78	2.96	.052
	Psikolojik Dayanıklılık Toplamı	2109.87	2	1054.93	9.91	.000

p>.05

Tablo 20’de görüldüğü gibi, Gelecek Beklentileri düzeyleri anlamlı bir farklılık oluşturmadığı ($p>.05$) ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri anlamlı bir farklılık oluşturduğu söylenebilir ($p<.05$). Elde edilen bu sonuca göre araştırmanın beşinci denencesini kısmen doğrulamaktadır.

Denence 6: Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki sınıf düzeyine göre anlamlı olarak değişmektedir.

Ergenlerin sınıf düzeylerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerini Açıklayıcı istatistikler Tablo 21’de verilmiştir.

Tablo 21 Açıklayıcı İstatistikler

	Sınıf Düzeyi	\bar{X}	sd	N
Gelecek Beklentileri	9. sınıf	131.14	32.23	581
	10. sınıf	131.55	27.08	289
	11. sınıf	130.57	26.17	252
	12. sınıf	132.51	26.33	156
	Toplam	131.29	29.26	1278
Psikolojik Dayanıklılık	9. sınıf	92.92	10.54	581
	10. sınıf	92.79	10.55	289
	11. sınıf	90.96	10.00	252
	12. sınıf	92.21	9.93	156
	Toplam	92.41	10.38	1278

Tablo 21’de görüldüğü gibi 11. Sınıf öğrencilerinin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık puan düzeylerinin diğer sınıf düzeylerinden daha düşük olduğu söylenebilir. Sınıf Düzeylerine göre puanlar arasında farklılığın az olduğu görülmekle beraber 12. Sınıf öğrencilerinin Gelecek Beklentileri puanlarının diğer sınıf düzeylerinden yüksek olduğu söylenebilir.

Ergenlerin Sınıf düzeylerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık arasındaki ilişki düzeyleri incelemek amacıyla değişkenler arasındaki korelasyonun eşit olduğu varsayımı test edilmiştir. Korelasyon düzeylerine ilişkin sonuçlar Tablo 22’de verilmiştir.

Tablo 22 Değişkenler Arası Korelasyon

Box’s M	F	df 1	df 2	p
29.03	3.21	9	3433082.716	.001

p<.05

Tablo 22’ye göre değişkenler arasında eşit korelasyon olmadığı sonucuna ulaşılabılır ($p>.05$).

Ergenlerin Sınıf Düzeylerinin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeylerini anlamlı olarak etkileyip etkilemediğini test etmek amacıyla Başlangıç Hipotez Testi yapılarak sonuçları Tablo 23’de verilmiştir.

Tablo 23 Başlangıç Hipotez Testi

		Value	F	Hypothesis df	Error df	p
Intercept	Pillai’s Trace	.985	40957.46	2.00	1273.00	.000
	Wilk’s Lambda	.015	40957.46	2.00	1273.00	.000
	Hotelling’s Trace	64.34	40957.46	2.00	1273.00	.000
	Roy’s Largest Root	64.34	40957.46	2.00	1273.00	.000
Sınıf Düzeyi	Pillai’s Trace	.006	1.34	6.00	2548.00	.232
	Wilk’s Lambda	.994	1.34	6.00	2546.00	.232
	Hotelling’s Trace	.006	1.34	6.00	2544.00	.232
	Roy’s Largest Root	.006	2.56	3.00	1274.00	.053

p>.05

Tablo 23'te görüldüğü üzere, sınıf düzeylerinin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sonucuna varılmıştır($p>.05$).

Sınıf Düzeylerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri puanlarının Homojen dağılıp dağılmadığını test etmek amacıyla Homojenlik Testi uygulanmış olup, sonuçları Tablo 24'te verilmiştir.

Tablo 24 Homojenlik Testi

Sınıf Düzeyi	F	df 1	df 2	p
Gelecek Beklentileri	5.403	3	1274	.001
Psikolojik Dayanıklılık	1.018	3	1274	.384

$p<.05$

Sınıf Düzeylerine göre ergenlerin Gelecek Beklentileri düzeyleri puanlarının homojen olarak dağıldığı ($p<.05$) ; Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri puanların Homojen olarak dağılmadığı görülmektedir ($p>.05$).

Ergenlerin Sınıf Düzeylerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla yapılan iki yönlü varyans analiz uygulanmış olup test sonuçları Tablo 25'de verilmiştir.

Tablo 25 Varyans Analiz Testi

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişkenler	Kareler Toplamı	df	Kare Ortalama	F	p
Sınıf Düzeyi	Gelecek Beklentileri Toplamı	391.49	3	130.49	.152	.928
	Psikolojik Dayanıklılık Toplamı	730.51	3	243.50	2.264	.079

$p>.05$

Tablo 25'de görüldüğü gibi Sınıf Düzeylerine göre Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri anlamlı bir farklılık yaratmadığı görülmektedir. Ulaşılan bu sonuç araştırmanın altıncı denencesini doğrulamamaktadır ($p>.05$).

BÖLÜM 5

5.TARTIŞMA VE YORUM

Bu araştırmanın amacı ergenlerin psikolojik dayanıklılıkları ile gelecek beklentileri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelemektir.

Bu bölümde araştırmanın amaçları çerçevesinde elde edilen bulguların tartışılması yer almaktadır.

Araştırmanın ilk denencesi; “Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.” şeklindedir. Araştırma bulguları bu denenceyi doğrular biçimdedir. Psikolojik dayanıklılık puanları yükseldikçe gelecek beklentileri puanları da yükselmektedir (Bkz. Tablo:1). Bu bilgi literatürdeki bilgilerle de desteklenmektedir. Yaşam doyum düzeyi yüksek olan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri, yaşam doyum düzeyi düşük olan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinden anlamlı derecede yüksektir (Yetim,2001;Oktan,2008). Yoksulluk içerisindeki sekizinci sınıf öğrencilerine yönelik araştırmada evdeki yüksek beklentilerin öğrencilerin akademik sağlamlığını yordayan koruyucu bir faktör olduğu anlaşılmıştır (Gizir,2004). Yüksek umut düzeyine sahip bireyler, düşük umut düzeyine sahip olan bireylere göre yaşamda karşılaşmış oldukları engelleri aşmaya ve değişen şartlara uyum sağlamaya daha yatkındırlar (Barnum ve diğerleri,1998; Aydın, 2010). Problem çözme beceri düzeyi yüksek olan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyi puan ortalamaları problem çözme beceri düzeyi düşük olan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyi puan ortalamasından daha yüksektir (Oktan,2008). Sosyal Bağlılık, öz duyarlılık ve iyimserlik, düşük gelir grubundaki bireylerin psikolojik dayanıklılıklarını güçlendirir (Başak,2012).

Türkiye’de çok sayıda kişinin ölümüne yol açan 1999 depremini ardından, bölgedeki ergenlerin gelecek planlarının, diğer illerdeki yaşlılarıyla yapılan benzer çalışmalara göre, farklılaştığı ortaya çıkmıştır (Artar,2003). Gelecek beklentileri ile psikolojik sağlamlık birbirini doğrudan doğruya etkilemektedir. İyi olma, umut, yaşam doyum ve olumlu benlik algısının geleceğe yönelik olumlu beklentileri artırdığı ve olumlu beklentilere sahip olan bireylerin engelleri aşılabilir olarak görerek kendilerini sağlam ve güçlü hissettikleri düşünülmektedir. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyini yükseltmede olumlu gelecek beklentisine sahip olmaları önemlidir (Eren,2007). Aynı zamanda psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek olan bireylerin engelleri aşabildiği, sorunların üstesinden gelebildiği ve çevrelerine uyum sağlamada başarılı olarak gereksinmelerini karşılayabildiklerinden olumlu benlik algısına

sahip oldukları böylelikle de geleceğe yönelik olumlu beklentilere sahip oldukları düşünülmektedir.

Sokakta yaşayan erkek çocuklara yönelik araştırma, uyuşturucu kullanan çocukların kullanmayanlara oranla daha düşük olumlu beklentilere sahip olduklarını göstermektedir (Neiva-Silva,2003). (Werner,1982&Smith,1992) Esnek ve dayanıklı psikolojik özelliklere sahip olan bireylerin olumlu gelecek beklentisine sahip oldukları tespit edilmiştir (Akt.,Şimşek,2012)

Araştırmanın ikinci denencesi; “Psikolojik dayanıklılık düzeyleri ergenlerin gelecek beklentileri alt ölçek puanlarına göre anlamlı olarak değişmektedir.” şeklindedir. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyi yükseldikçe gelecek beklentileri alt ölçek puanlarının da yükseldiği gözlenmektedir. Bireyin karşılaştığı problemleri çözebilmesi onun geleceğe yönelik beklentilerini de etkilemektedir. Psikolojik sağlık düzeyleri yüksek olan ergenlerin problem çözme becerilerinden yüksek olduğu görülmektedir. (Dearden, 2004; Pedro-Caroll, 2005).

Şimşek (2010) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre, lise öğrencilerinin gelecek beklentileri cinsiyete, okudukları lise türüne, akademik not ortalamasına, anne-baba eğitim düzeyine, kardeş sayısına, okul öncesi eğitim alma durumuna ve evde konuşulan dile göre farklılaşmaktadır.

Şimşek (2012) tarafından Güneydoğu Anadolu Bölgesinde yapılan araştırmada; Kişisel ve Mesleki gelecekle ilgili beklentiler en üst düzeyde, Eğitsel beklentiler ortanın üstü düzeyinde, ekonomik beklentiler konusunda kafa karışıklığı yaşandığı ve sosyal beklentiler konusunda ise düşük düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır.

Araştırmanın üçüncü denencesi; “Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki anne babanın birliktelik durumuna göre anlamlı olarak değişmektedir.” şeklindedir. Araştırma bulgularına göre; Anne- Babası evli ve boşanmış olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık ölçeği ve gelecek beklentileri ölçeği toplam puanları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir. Bu bulgu araştırmanın denencesini doğrulayıcı nitelikte değildir. Yapılan literatür incelemesinde anne-babanın boşanmış veya evli olmalarının psikolojik sağlık ve gelecek beklentilerini etkilediğine dair bir bulguya rastlanmamıştır. Psikolojik sağlamlığa ve gelecek beklentilerine yönelik olarak aile desteği ile ilgili araştırma sonuçları incelenmiştir.

Psikolojik sağlamlığı oluşturan unsurlardan bir tanesi de algılanan aile desteğidir. Anne babası birlikte olan öğrencilerin, psikolojik sağlamlık düzeylerinin ve sahip oldukları koruyucu faktörlerin, anne-babası ayrı olan öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır (zcan,2005). Çocuğun bakım ortamının kalitesi yılmazlığının gelişmesinde çok önemlidir. Anne-baba ve aile çocuğa ilk koruyucu kaynakları sağlarlar (Wang,Heartel,Walberg,1994). Son ergenlik döneminde karşılaşılan stres kaynaklarına karşı aile desteği önemlidir (Werner,2001; Dearden,2004; Pedro-Caroll,2005;Day,2006).

Aile ve arkadaş boyutlarının psikolojik sağlamlık üzerinde yordayıcı etkisi yoktur (Oktan,2008).

Bu araştırmada anne-babası evli veya boşanmış olan ergenlerin psikolojik sağlamlık boyutlarında anlamlı bir farklılık olmaması nedeniyle Oktan'ın bulguları ile örtüşmekte; zcan, Wang ve diğ., Werner, Dearden, Pedro-Caroll ve Day'in bulguları ile farklılaşmaktadır.

Araştırmanın dördüncü denencesi; "Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki cinsiyetlerine göre anlamlı olarak değişmektedir." şeklinededir. Araştırma bulgularına göre, cinsiyete bağlı olarak Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık puanları arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Cinsiyet Gelecek Beklentileri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamakta fakat Psikolojik Sağlamlık üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmaktadır.

Ergen kızların psikolojik sağlamlık düzeyleri ile ergen erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında kızlar lehine anlamlı bir fark vardır (Bernard,1993; Grotberg 1995;Oktan, 2008;nder ve Gülay, 2008). Bahadır (2009) araştırmasında psikolojik sağlamlığın erkeklerin lehine olarak farklılaştığını belirtmiştir. Psikolojik sağlamlığa ilişkin olarak cinsiyete dayalı anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Aydın, 2010; Terzi, 2008; zcan, 2005). Güleri (1998) gerçekleştirilen araştırma da kızlar ve erkekler arasında gelecek hakkındaki iyimserlik düşünceleri bakımından anlamlı bir fark olmadığı ve Rew ve arkadaşları (2001) araştırmalarında, cinsiyetin evsiz ergenlerin psikolojik sağlamlıklarını etkileyen bir değişken olmadığını tespit etmişlerdir.

Bu araştırmada kızlar lehine psikolojik dayanıklılık düzeyleri açısından anlamlı bir fark bulunması sebebiyle Oktan, Benard, Grotberg'in bulguları ile örtüşmekte; Güleri, Bahadır, Aydın, Terzi, zcan, Rew ve arkadaşları ve zcan'ın araştırma bulgularından farklılaşmaktadır.

Gençlerin geleceğe yönelimlerinde cinsiyet farkları genel olarak önemli bulunmamıştır. Bu bulgu araştırma sonuçları ile tutarlı görülmektedir. Anlamli bulunan tek bulguya göre kız öğrenciler, erkeklere göre geleceğe daha kaygılı yaklaşmaktadırlar. Bu durum kadınların genel kaygı düzeyinin daha yüksek olduğunu rapor eden araştırma sonuçları ile tutarlıdır (İmamoğlu ve Edwards,2007). Meslek Liselerine giden kız öğrenciler, daha çok kariyer ve evlilik yapmaya yönelik gelecek beklentilerine sahiptirler. Bu durumun temel nedeni evlenip aile kurma kurmaktır (Aslan, 2007).

Araştırmanın beşinci denencesi; “Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki kardeş sayısına göre anlamlı olarak değişmektedir.” şeklindedir.

Araştırma bulguları ailenin tek çocuğu olan ergenlerin psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklenti puanlarının diğerlerine göre daha yüksek olduğu fakat, kardeş sayısına göre öğrencilerin dayanıklılık ve gelecek beklentileri toplam puanları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Ulaşılan bu sonuç araştırmanın 5.denencesini doğrulayıcı nitelikte değildir. Literatürde kardeş sayısına göre gelecek beklentileri ve psikolojik dayanıklılıkla ilgili sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Araştırmalarda anne-baba tutumları ve ailenin çocuğa verdiği sosyal destek düzeyleri incelenmiştir.

Araştırmanın altıncı denencesi; “Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki okul türüne göre anlamlı olarak değişmektedir.” şeklindedir.

Araştırma bulgularına göre, Okul Türünün göre ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık oluşturduğudur. Farklılığın Anadolu Lisesi-Meslek Lisesi, Anadolu Lisesi-Genel Lise grupları arasında ki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır. Ulaşılan bu sonuç araştırmanın 6 no’lu denencesine kısmen doğrulamaktadır. Okul türüne göre psikolojik dayanıklılık toplam puanları arasında Anadolu Lisesi öğrencileri lehine anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu durumun temel nedeni olarak toplumdaki Anadolu Liselerine giden öğrencilerin akademik yönden ve üniversite sınavında daha başarılı olmaları gösterilebilir. Ortaöğretime geçiş sınavları süreci aynı zamanda başta büyümenin hızlanmasına paralel olarak fizyolojik değişiklikler, bedensel değişiklikler, sosyal yönden yer edinme ve kimlik bulma gibi birçok sorunla mücadele ettiği ergenlik dönemine denk gelmektedir. Bu dönem birçok problemle uğraşırken ortaöğretime geçiş sınavına hazırlık sürecinde de bu zorluklarla uğraşmaktadır. Sorunlarla baş edebilme ve esnek olabilme onları psikolojik yönden dayanıklı kılmaktadır. Genel olarak akademik yönden başarılı olan ergenlerin bir mesleğe yönelmekten çok üniversiteye girerek Lisans eğitimi aldıktan sonra meslek sahibi olma arzuları ön plandadır. Akademik yönden başarılı olan öğrencilerin zamanı

iyi kullanma ve ergenlik döneminde onları etkileyen stres faktörlerine karşı daha başarılı oldukları düşünülebilir.

Gelecekte iş bulabilme ve iş hayatına daha kolay atılabilme, böylelikle özgürlüklerini daha çabuk kazanacakları öğretim programlarına yönelme meslek liselerinde okuyan kız öğrenciler için genel liselerde okuyan kız öğrencilere göre daha yüksektir (Aslan, 2007).

Araştırmanın yedinci denencesi; “Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyi ile gelecek beklentileri arasındaki ilişki sınıf düzeyine göre anlamlı olarak değişmektedir.” şeklindedir.

Araştırma bulgularına göre, Sınıf Düzeyinin ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Psikolojik Dayanıklılık toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmektedir. Bu bulgu araştırmanın denencesini doğrulayıcı nitelikte değildir. Literatür incelemesinde sınıf düzeyi ile psikolojik sağlamlık ve gelecek beklentileri ilişkilerinin incelendiği araştırma sayısı oldukça sınırlıdır. Aydın (2010) tarafından yapılan çalışmada psikolojik sağlamlık düzeyinin sınıf düzeyleri açısından farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Yine Umut alt boyutu ile ilgili olarak Aydın (2010) tarafından yapılan çalışmada sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Şimşek (2012) tarafından yapılan çalışmada lise öğrencilerinin gelecek beklentileri öğrencilerin sınıf düzeylerine göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Sınıf düzeyi arttıkça gelecek beklenti düzeyi düşmektedir. Bu bulgu araştırma sonuçlarımızla tutarlı değildir. 12. Sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek beklentileri puan ortalamalarının çok az da olsa daha yüksek olduğu görülmektedir. (Bkz. Tablo 21). Bir başka ifadeyle, lise I. sınıfta yüksek olan gelecek beklentisi, sınıf düzeyi yükseldikçe beklenti düzeyi düşmekte ve en düşük beklenti düzeyi dördüncü sınıf öğrencilerinde görülmektedir. Yine gelişim dönemi olarak yakın kabul edebileceğimiz gençlik döneminde de Üniversite gençliği ile ilgili Şahin (2011) yılında yapılan çalışmada da üniversite son sınıf öğrencilerinin Yüksek Lisans ve Lisans eğitimini yeterli görürken, üniversite birinci sınıf öğrencileri doktora yapmak istemektedirler. Bu durum özlenenden gerçeğe doğru somut hedefler koyma olarak algılanabilir.

BÖLÜM 6

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada ergenlerin çeşitli değişkenlere göre psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklentileri incelenmiştir. Bu amaçla 1278 ortaöğretim öğrencisinden oluşan örneklemden, Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Dayanıklılık ölçeği ve Gelecek Beklentileri ölçeği kullanılarak elde edilen verilerin analizi ile araştırmanın denenceleri test edilmiştir. Bulgular ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyet ve okul türlerine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değiştiğini fakat gelecek beklentileri düzeyinin değişmediğini; Anne-baba birlikteliği, kardeş sayısı ve sınıf düzeylerine göre de psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklentileri düzeylerinin değişmediğini göstermiştir.

Bu bulgulara göre ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyet ve okul türlerine göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin değiştiğini fakat gelecek beklentileri düzeyinin değişmediğini; Anne-baba birlikteliği, kardeş sayısı ve sınıf düzeylerine göre de psikolojik dayanıklılık ve gelecek beklentileri düzeylerinin değişmediği sonucuna varılmıştır.

Varılan bu sonuçtan yola çıkarak gelecekte yapılacak çalışmalara ışık tutabilecek, alanda çalışan psikolojik danışmanlara ve diğer uzmanlara yardımcı olabilecek öneriler aşağıda verilmiştir.

6.1. Psikolojik Danışmanlara Öneriler

- Ortaöğretim döneminde ergenlerin mesleki ve bireysel kişilik özelliklerini kazanmalarını desteklemek amacıyla gelecek beklentilerinin belirlenmesi önemlidir. Gençlerin geleceklerini sağlık olarak yapılandırarak hedefler oluşturabilmeleri için gençlere gelecek beklentilerine yönelik eğitsel etkinliklere yer verilmesi;
- Bireyleri mutluluğa götüren unsur geleceğe yönelik olumlu beklentileridir. Özellikle mesleki rehberlik çalışmalarında geleceğe yönelik olumlu beklentilerinin ortaya çıkarılmasına yönelik etkinliklere yer verilebilir.
- Okul türlerine yönelik mesleki rehberlik çalışmalarında ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve gelecek beklenti düzeyleri dikkate alınarak eğitsel etkinlikler artırılabilir. Bu amaçla mesleğe karar verme sürecinde karşılaşılan zorluklarla baş etmelerine yönelik okullara göre farklı rehberlik etkinliklerine yer verilebilir.

- Özellikle kız öğrencilerin zorluklarla baş etme ve geleceğe yönelik beklentilerinin ortaya çıkarılması konusunda rehberlik çalışmaları yapılabilir.
- 9. Sınıflardan başlamak üzere 12. Sınıfa kadar olan süreçte ergenlik döneminde karşılaşılan sorunların çözümüne yönelik ergenlerin her sınıf düzeyinde gelecek beklentileri de dikkate alınarak eğitsel etkinlikler yapılabilir.
- Ergenlik dönemi ile ilgili stres yaratan faktörler karşısında davranış becerileri kazandırmaya yönelik eğitsel etkinlikler yapılabilir.

6.2. Araştırmacılara Öneriler

- Hayata atılmanın en önemli aşamalarından olan meslek seçimi sürecinde karşılaşılan zorluklarla baş etme ve geleceğe yönelik beklentiler önemlidir. Bu nedenle geleceğe yönelik beklentileri etkilediği düşünülen değişkenleri (aile tutumları, okul, yaş, cinsiyet, sosyoekonomik düzey v.b.) ele alan;
- Öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarını etkileyen faktörleri ve bu faktörlerin meslek seçimi sürecindeki etkilerini ele alan çalışmalar yapmaları önerilebilir.
- Yapılan çalışmada ilçede bulunmaması nedeniyle Özel Okullar çalışmaya dahil edilememiştir. Özel Okulları da kapsayana farklı örneklem grupları ile çalışılabilir.

KAYNAKLAR

- Adler, A. (1994). İnsan Tabiatını Tanıma. Çev. Ayda Yörükan. Türkiye İş Bankası Yayınları. Ankara: 2013.
- Akın, A. (2008). Psikolojik İyi olma Ölçekleri Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması.
[https://www.edam.com.tr/kuyeb/pdf/tr/70da6d6ca5f75a023c78a2424bf3b6baULL\(1\).pdf](https://www.edam.com.tr/kuyeb/pdf/tr/70da6d6ca5f75a023c78a2424bf3b6baULL(1).pdf) (03/03/2014)
- Akman, Y. (1992). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Meslek, Evlilik ve Geleceğe Yönelik Beklentileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 125-149
- Arbona, C. (2000). The Development of Academic Achievement in School Aged Children: Precursors to Career Development. In R. Lent & S. Brown (Eds.), *Handbook of counseling psychology* (3.Baskı), sayfa 270-309. New York: John Wiley.
<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (22/03/2014)
- Artar, M. (2003). Depremi Yaşayan Ergenlerin Gelecek Beklentilerinin İçeriği. *Kriz Dergisi*, 11 (3),21-27
- Arseven, A. D. (2001). Alan Araştırma Yöntemi. Gündüz Eğitim ve Yayıncılık. Ankara.
- Aslan, A. (2007). Lise Son Sınıf Kız Öğrencilerin Cinsiyet Rollerine İlişkin Düşünceleri. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.
- Avcı, S. & Erden, M. (2009). Gelecek Zaman Algısı Ölçeğinin Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3 (7),1-12.
- Avcı, S. & Erden, M. (2013). Gelecek Zaman Algısı ve Akademik Alanda Arzuların Ertelenmesinin Öğretmen Adaylarının Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi. *AhiEvrans Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 14 (1), 389-406.

Aydın, B. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ ve Umut Düzeyleri ile Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.

Bahadır, E. (2009). Sağlıkla İlgili Fakültelerde Eğitime Başlayan Öğrencilerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.

Baltaş, A. (1993). Stres ve Başa Çıkma Yolları. İstanbul:1993. Remzi Kitabevi. 13. Baskı.

Barnum, David B. ve diğerleri (1998), "Hope and Social Sport in the Psychological Adjustment of Children Who Have Survived Burn Injuries and Their Matched Controls", *Children's Health Care*, 27 (1), 15-30

Başak, B.E., (2012). Düşük Gelirli Ailelerden Gelen Üniversite öğrencilerinin Öz Duyarlılık, Sosyal Bağlılık ve İyimserlik ile Psikolojik dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi.

Bayaoğlu, A.S. & Puruçuoğlu, E. (2010). Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Gelecek Beklentileri ve Sosyal Destek Algıları. *Kriz dergisi*, 18 (1), 27-39.

Beauvais, Fred ve Oetting, Eugene R. (1999). Drug Use Resilience and The Myth of The Golden Child, Glantz, Meyer D. ve Johnson, Jeanette L. (Eds.), *Resilience and Development: Possitive Life Adaptations*, I. Baskı (101-109). New York: Kluwer Academic Publishers.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (22/03/2014)

<http://link.springer.com/chapter/10.1007/0-306-47167-1>, (22/03/2014)

Benard, B. (1993). Fostering Resiliency in Kids, *Educational Leadership*, November, pp. 44-48.

Blocovich, J. Tomako, J., (1991). Measures of Self Esteem, Measures of personality and Social Psychological Attitudes, pp. 56-63.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (28/02/2015).

Bolger, N., (1990). Coping as a Personality Process: A Prospective Study. *Journal Of Personality and Social Psychology*. 1990, vol:59, No:3, pp.525-537

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (22/03/2014).

Bonnano, G. Ve diğ. (2009). Psychological Resilience After Disaster: New York City İn the Aftermath of the September 11th Terrorist Attack, *Psychological Science*, 17 (39), pp.181-186

Bradburn, N.M. (1969). The Structure of Psychological Well-Being. Chicago. Aldine.

http://www.norc.org/PDFs/publications/BradburnN_Struc_Psych_Well_Being.pdf

(20/08/2014).

Büyüköztürk, Ş. (2011) Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. Pegem Yayınları. Ankara. 2011.

Calster, K.V. & Lens, W. & Nuttin, J.R. (1987). Affective Attitude Toward the Personal Future Time Orientations. *American Journal Of Psychology*, 100,(1) 1-13

<http://www.jstor.org/page/info/about/policies/terms.jsp> (31/05/2014).

Catalano, R.F. ve diğ. (2004). Possitive Youth Development in the United States: Research Findings on Evulations of Possitive Youth Development Programs. *The Annuals of the American Acedemy of Political and Social Science*, 591, 98-122.

<http://www.ann.sagepub.com> (15/05/2014).

Clauss-Ehler, C.S., Tina Yang, Y-T ve Chen, W.C. (2006). Resilience from Childhood Stressors, *Journal of Infant, Child and Adolescent Psychotherapy*, 124-138

Collishaw, S. Ve diğ. (2007). Resilience to adult Psychopathology Following Childhood Maltreatment: Evidence from A Community Sample, *Child Abuse & Neglect*, 31, pp.217-229

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (23/03/2014).

Cowen, E. L. (1991), In Pursuit of Wellness. *American Psychologist*, pp. 404-409.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (22/03/2014)

Çoban, A.E. (2005). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Mesleki Olgunluk Düzeylerinin Yordayıcı Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 39-54.

<http://uvf.ulakbim.gov.tr/uvf/index.php?cwid=9&vtadi=TSOS&c=ebsco&ano=815241533984ee990f5c546315b8ae9713353&> (07/09/2014).

Day, A. (2006). The Power of Social Support: Mentoring and Resilience, *Reclaiming Children and Youth*, pp. 196-199.

Dearden, J. (2004). Resilience: A Study of Risk and Protective Factors From the Perspective of Young People With Experience of Local Authority Care, *Support for Learning*, pp. 187-193

Dereli, F. & Kabataş, S. (2009). Sağlık Yüksekokulu Son Sınıf Öğrencilerinin İş Bulma Endişeleri ve Umutsuzluk Düzeylerinin Belirlenmesi. *Yeni Tıp Dergisi*, 26, 31-36.

Deveci, S.E., Ulutaşdemir, N. & Açık, Y. (2011). Bir Mesleki Eğitim Merkezi Öğrencilerinde Umutsuzluk Düzeyi ve Etkileyen Faktörler. *Dicle Tıp dergisi*, 38 (3), 312-317

Diener, E. & Sulh, E.M. (1997). Measuring Quality of Life: Economic, Social and Subjective Indicators. *Social Indicators Research*, 40: pp. 189-216. *Kluwer Academic Publishers. Printed in the Netherlands.*

Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *The Handbook of Positive Psychology* (pp. 63-73). New York: Oxford University Press.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (22/03/2014).

Dilek, H & Aksoy B. A. (2013). Ergenlerin Benlik Saygısı ile Anne-Babaların Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14 (3), 95-109.

Dumont, Michelle ve Provost, Marc A.(1999). Resilience in Adolescents: Protective Role of Social Support, Coping Strategies, Self-Esteem and Social Activities on Experience of Stres and Depression, *Journal of Youth and Adolescence*, 28 (3), pp. 343-363.

Durak, A. & Palabıyıköğlü, R. (1994). Beck Umutsuzluk Ölçeği Çalışması. *Kriz Dergisi*, 2 (2), 311-319.

- Eminağaoğlu, N. (2006). Güç Koşullarda Yaşayan Sokak Çocuklarında Dayanıklılık (sağlamlık). İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Doktora Tezi.
- Eren, A. (2007). Gelecek Zaman Perspektifi Ölçeği. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*, 6 (12), 79-96.
- Ersanlı, K. (2012). Benliğin Gelişimi ve Görevleri. 3. Baskı. Tarcan Matbaa Yayıncılık. Ankara. 2012
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen Öznel İyi Oluşu ile Olumlu Gelecek Beklentisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatrik ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24 (3), 209-215
- Frankl, V.E. (1997). İnsanın Anlam Arayışı. Çev. Selçuk Budak. Okuyanıs Yayınları. 12. Basım. İstanbul. 2013.
- Fraser, M.W., Richman, J.M., Galinsky, M.J. (1999). Risk, Protection and Resilience: Toward a Conceptual Framework for Social Practice, *Social Work Research*, pp. 129-208.
<http://www.google.com.tr/books?hl> (04/04/2014)
- Fromm, E. (1995). Umut Devrimi. Çev. Şemsa Yeğın. Payel Yayınları. 3. Basım. İstanbul.2012.
- Garnezy, N. (1991). Resiliency and Vulnerability to Adverse Developmental Outcomes Associated With Poverty, *American Behavioural Scientist*, 34, (4), pp. 416-430.
- Garnezy, N. (1993). Children in Powert: Resilience Despite Risk, *Journal of Peditry*, pp. 217-235.
<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (24/12/2014).
- Gençöz, F., Vatan, S. & Lester, D. (2006). Umutsuzluk, Çaresizlik ve Talihsizlik Ölçeği'nin Türk Örnekleminde Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Kriz Dergisi*, 14 (1), 21-29.
- Gençtan, E. (1992). İnsan Olmak. Metis Yayınları.İstanbul. 2012. 11. Basım.

- Gizir, C.A.(2004). Akademik Sağlamlık: Yoksulluk İçindeki Sekizinci Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarına Katkıda Bulunan Koruyucu Faktörlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. ODTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara
- Gunby, Mandy M.A. (2002). Overcoming Adversity: The Protective Role of Locus of Control Attributional Style and Self-Efficacy In the Promotion of Resilience, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. University of Windsor.
<http://www.scholar.uwindsor.ca/edt>. (17/03/2014)
- Güleri, M. (1998). Üniversiteli ve İşçi Gençliğin Gelecek Beklentileri ve Kötümserlik-İyimserlik Düzeyleri. *Kriz Dergisi*, 6 (1), 55-65.
- Gürған, U. (2006). Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeylerine Etkisi. Ankara: Ankara Üniversitesi. Doktora Tezi.
- Grotberg, E. (1995) A Guide the Promoting Resilience and Children: Strengthening the Human Spirit. The Hague: Bernard Van Leer Foundation.
- Grotberg, E. (2001). Resilience Programs for Children in Disasters. *Ambulatory Child Health*, 7, pp.75-83.
- Heller, S.S. (1999). Research on Resilience to Child Maltreatment, *Child Abuse and Neglect*, pp.321-388.
- Hurn, C. J. (1993). The Limits and Possibilities of Schooling: *An Introduction To The Sociology of Education (3. Edition)*. Boston: Allyn and Bacon.
- Husman, J. & Lens, W. (1999). The Role of Future in Student Motivation. *Educational Psychologist*, 34 (2), 113-125.
- Husman, J. & Shell, D.F. (2007). Beliefs and Perceptions About the Future: A Measurement of Future Time Perspective. *Learning and Individual Differences*, 18, 166-175.
<http://www.elsevier.com/locate/lindif>. (11/05/2014).
- İmamoğlu, E.O. & Edwards, A.G. (2007). Geleceğe İlişkin Yönelimlerde Benlik Tipine Bağlı Farklılıklar. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22 (60), 115-132.

Jacelon, C.S. (1997). The Trait and Process of Resilience, *Journal of Advanced Nursing*, pp.123-129.

Kalkan, M. & Koç, H.E. (2010). Romantik ilişkilerde Gelecek Zaman Yönelimine Ebeveynlik Stilllerinin Etkisi: Geçici İlişkilere Karşılık Uzun Dönemli Bağlanım. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7 (2), 946-959.

Kararımak, Ö. (2007). Deprem Yaşamış Bireylerde Psikolojik Sağlamlığa Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi: Bir Model Test Etme Çalışması. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayımlanmamış Doktora Tezi.

Karasar, N. (2002). Bilimsel Araştırma Yöntemi. Nobel Dağıtım. Ankara.

Kashani, J.H., Stolys, M.S., Dandoy, A.C., Vadya, A.F., & Reid, J.C., (1991). Correlates of hopelessness in psychiatrically hospitalized children. *Comprehensive Psychiatry*, 32 (4), 330-337.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (24/06/2013).

Kierkegaard, S. (2007). Ölümcül Hastalık Umutsuzluk. Çev. M. Mukadder Yakupoğlu. Doğubatı Yayınları. Ankara.2013. 6. Basım.

Kitano, M.K. ve Lewis, R.B. (2005). Resilience and Coping: İmplications For Gifted Children and Youth at Risk. *Roeper Review*, pp. 200-205.

Koç, M. (2004). Gelişim psikoloji açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17 (2): 231-256

Korkut, F. (2004). Okul Temelli Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma. III. Basım. Anı Yayıncılık. Ankara.

Köknel, Ö. (1988). Zorlanan İnsan. İstanbul: Altın Kitaplar.

Krovetz, Martin, L. (1999). Resiliency: A Key Element for Supporting Youth at Risk.

<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=7089ba2d-de21-44a4-b595-f61f842375b9%40sessionmgr112&hid=126> (10/05/2014).

Lennings, C.J. & Burns, A.M. (1998). Time Perspective: Temporal Extension, Time Estimation and Impulsivity. *The Journal of Psychology*, 132 (4), 367-380

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (30/03/2014).

Liem, S.S. (1997). Assessing Resilience in Adults With Histories of Childhood Sexual Abuse, *American Journal of Orthopsychiatry*, 67 (4), pp. 594-606

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (21/02/2014).

Lucas, R.E. & Diener, E. & Sulh, E. (1996). Discriminant Validity of Well-Being Measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, Volume 71, (3), pp.616-628.

Luthar, Suniya S.(1991). Vulnerability and Resilience: A Study Of High-Risk Adolescents, *ChildDevelopment*, 62, pp.600-616

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (24/02/2014).

MacLeod, A.K. & Byrne, A. (1996). Anxiety, Depression and the Anticipation of Future Positive and Negative Experiences. *Journal of Abnormal Psychology*, 10(2), 286-289

Mandleco, B ve Peery J.C. (2000). An Organizational Framework for Conceptualizing Resilience and Children, *Journal of Child Adolescent Psychiatric Nursing*, Volume 13, 3, pp.99-112.

Masten, A.S., Best, K. Ve Garmezy, N. (1990). Resilience and Development: Contributions From the Study of Children Who Overcome Adversity, *Development and Psychopathology*, pp.425-444

<http://web.b.ebscohost.com/ehost/results?si> (10/02/2014).

Masten, A.S., (1994). Resilience in Individual Development: Successful Adaptation Despite Risk and Adversity, In M.C. Wang, e, W. Gordon (Eds.), *Educational Resilience in Inner-City America: Challenges and Prospects*, (1994), pp. 3-26.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (24/02/2015).

Masten, A.S. ve Coatsworth, J.D. (1998). The Development and Competence in Favourable an Unfavourable Environments: Lesson From Research on Successful Children. *American Psychologist*, 53 (2), 205-220

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (24/03/2014)

Masten, A.S. ve Reed, M.J. (2002). Resilience and Development. In C.R. Snyder ve S.J. Lopez (Eds.), *The Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press. <http://web.b.ebscohost.com/ehost/results?si> (06/05/2014)

McCabe, K. & Barnett, D. (2000). First Comes Work Then Comes Marriage Future Orientation Among African American Young Adolescent. *Family Relations*, 49, 63-70. <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid> (07/09/2014)

McLaren, K. (2011). *Duyguların Dili*. İstanbul: Butik Yayıncılık.

Melges, F.T., (1969) "Types of Hopelessness in Psychological Process", *Arch Gen Psychiatry*, 20: 690-699. <http://web.b.ebscohost.com/ehost/results?si> (06/05/2014)

Murphy, L.B. (1987). Further Reflections on Resilience, In E.J. Antony & B.J. Cohler (Eds.), *The Invulnerable Child*. New York: The Guilford Press. <http://www.google.com.tr/books?hl=tr> (31/05/2014).

Nurmi J.E. (1991). How do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. *Development Review*, 2, 1-59. <https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (24/02/2013).

Nurmi, J.E. (2001). *Navigating Through Adolescence: Introduction*. Ed. Nurmi J.E., European Perspectives, Routledge New York.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (20/02/2014).

Oktan, V. (2008). *Üniversite Sınavına Hazırlanan Ergenlerin Psikolojik Sağlıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Doktora Tezi.

- Oettingen, G. & Mayer, D. (2002). The Motivating Function of Thinking About The Future: Expectations Versus Fantasies. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 83, 5, 1198-1212. <https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (18/02/2014).
- Öğülmüş, S. (2001). Bir Kişilik Özelliği Olarak Yılmazlık. I. Ulusal Çocuk Sempozyumu: Nedenler ve Önleme Çalışmalarına Bildiri, Ankara, 29-31 Mart 2001.
- Öncel, S. Yılmaz, M. ve Ak, G., (2003). Kız Öğrencilerin Menstruasyona İlişkin Bilgi ve Davranışları. *Hemşirelik Forumu*, 6 (2):24-31
- Önder, A. ve Gülay, H. (2008). İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlığının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 192-197.
- Özcan, B. (2005). Anne-Babaları Boşanmış ve Anne-Babaları Birlikte Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Pedro-Caroll, J.L. (2005). Fostering Resilience in the Aftermath of Divorce: The Role of Evidence-Based Programs for Children, *Family Court Review*, 52-54.
- Rak, C. & Patterson L. (1996). Promoting Resilience in at Risk-Children, *Journal of Counselling and Development*, JCD Mar/April, 74, 4, pp. 368-373.
- Rew, L. ve diğ. (2001). Correlates of Resilience in Homeless Adolescents. *Journal of Nursing Scholarship*, pp. 33-40.
- Rideoute, E., Montemuro, M. (1986) "Hope, Morale and Adaptation in Patient with Chronic Heart Failure", *Adv Nursing*, Vol. 11: 429-43
<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (20/02/2014).
- Romano, J.L. ve Hage, S.M. (2000). Prevention and Counselling Psychology Revitalizing Commitments for The 21st Century. *The Counselling Psychologist*, 28 (6), 733-763
[Tpsagepub.com](https://www.tpsagepub.com).at Sabanci Universitesi. (06/04/2014).
- Rotter, J.B. (1954). *Social Learning and Clinical Psychology*. N. 1.; Prentice Hall. 1954.

- <https://login.sabanciuniv.edu/cas/login> (20/04/2014).
- Rutter, M. (2006). Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding, *Annals. New York Academy of Sciences*. 1094, 1-12 . 2006 New York Academy of Sciences. Doi:10.1196 annals.1376.002
- Ryff, C.D. & Keyes, C.L.M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology* , 69,4, pp. 719-727
<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login>. (17/03/2014)
- Sare, Ş. & Güner, P. (2012). İlköğretim Matematik Öğretmenliği Programına Devam Eden Öğretmen Adaylarının Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. X. Ulusal Fen Bilimleri ve Matematik Eğitimi Kongresi, Niğde.
http://kongre.nigde.edu.tr/xufbmek/dosyalar/tam_metin/pdf/2306-29_05_2012-11_49_26.pdf (06/06/2014).
- Scheier, M.F. & Carver, C.S. (1985). Optimism, Coping and Health: Assesment and Implications and Generalized Outcome Expectancies. *Journal of Personality*, 55 (2),170-210
- Seginer, R. (2003). Adolescent Future Orientation: An İntegrated Cultural and Ecological Perspective. *Online Readings Psychology and Culture (Unit 11 Chapter 5)*. Retrive From Where.
<http://scholarworks.gvsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1056> (19/05/2014)
- Seginer, R. & Lilach, E. (2004). How adolescents Construct Their Future: The Effect of Loneliness on Future Orientation. *Journal of Adolescence*, 27, 625-643.
<http://www.elsevier.com/locate/jado>.
- Seginer, R., Velmust A. ve Shoyer, S. (2004). The İndirect Link Between Perceived Parenting and Adolescent Future Orientation: A Multible-Step Model. *İnternational Journal of Behavioral Development*, 28 (4), 365-378
<http://web.b.ebscohost.com/ehost/results?sid=f152b> (15/04/2014).
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Possitive Psychology: An İntroduction. *American Psychologist*, 55, 1, 5-14

Silliman, B. (2004). Concept Development of Family Resilience: A study of Korean Families With a Chronically ill Child. *Journal of Clinical Nursing*, 13, (5), 636-645

Sipahioğlu, Ö. (2008). Farklı Risk Gruplarındaki Ergenlerin Psikolojik Sağlamlıklarının İncelenmesi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.

Spirito, A., Stark, L., & Tyc, V. (1994). Stressors and Coping Strategies Described During Hospitalization by Chronically ill Children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 23, 314-322.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login>. (17/03/2014).

Stull, D. E. (1987). Conceptualization and Measurement of well-being: Implications for Policy Evaluation. In E. F. Borgatta, & R. J. F. Montgomery (Eds.), *Critical issues in aging policy* (pp. 55-90). Newbury Park, CA: Sage.

<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login>. (17/03/2014)

Şahin, İ., Zoraloğlu, Y.R. ve Fırat, N.Ş. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçları, Eğitsel Hedefleri, Üniversite Öğreniminden Beklentileri ve Memnuniyet Durumları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 17 (3), 429-452

<http://kuey.net/index.php/kuey/article/view/923> (20/09/2014)

Şimşek, H. (2012). Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki Lise Öğrencilerinin Gelecek Beklentileri ve Gelecek Beklentilerini Etkileyen Faktörler. *AKU Kuramsal Eğitimbilim Dergisi-Journal of Theoretical Educational Science*, 5 (1), 90-109

Şişman, Y. (2006). Sokakta Yaşayan Çocukların Yaşam Koşulları ve Gelecek Beklentileri. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2, 251-276.

Tatar, M. (2005). Öğretmen Beklentisi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Elektronik Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, (2) http://efdergi.yyu.edu.tr/makaleler/cilt_II/ozetler/m_tatar.htm

TDK. (2013). Türk Dil Kurumu Sözlüğü. <http://www.tdk.gov.tr>

Temel, F. & Aksoy, B.A.(2010). Ergen ve Gelişimi. 3. Baskı. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.

- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Kendini Toparlama Gücünün İçsel Koruyucu Faktörlerle İlişkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35, 297-306.
- Tolan, B. Y., ve ark. (1990). Günümüz Gençliğinin Gelecekte Beklentileri. Yüksek Lisans Programı Çerçevesinde Yapılmış Alan Araştırması. İstanbul.
- Trommsdorf, G. (1983). Future Orientation and Socialization. *International Journal of Psychology*, 18, 1/4, pp.381-406
- Tuncer, M. (2011). Ergen Gelecek Beklentileri Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. *Turkish Studies International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic Volume 6, 3*, 1265-1275.
http://www.turkishstudies.net/Makaleler/1226543973_79_murat_tuncer.pdf.
- Tuncer, M. (2011). Yükseköğretim Gençliğinin Gelecek Beklentileri üzerine Bir Araştırma. *Turkish Studies International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic Volume 6, 2*, 935-948.
http://www.turkishstudies.net/Makaleler/1226543973_79_murat_tuncer.pdf.
- Tugade, M.M. & Frederickson, B.L. (2004). Resilience Individuals Use Positive Emotions to Bounce back From Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, pp. 320-333.
- Tümlü Ülker, G. (2012). Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Farklı Üniversite Öğrencilerinin Temas Engellerinin İncelenmesi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Wang, M.C., Heartel, G.D., Walberg, H.J., (1994). Educational Resilience İn Inner-CityAmerica: Challenges and Prospects. New Jersey: Lawrence Earlbaum Associates, Inc. Pp.45-72
- Werner, E. E. ve Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilience children and youth*. New York: McGraw Hill.
<https://login.sabanciuniv.edu/cas/login>. (17/03/2014).

Wilson, Ronald, S. (1975). Risk and Resilience İn Early Mental Development. *Developmental Psychology*, 21, (5), pp.795-805

Yavuzer, H. (1982).Çocuk ve Suç. Ergenlik. I. Baskı. Altın Kitaplar Yayınevi.

Yavuzer, H. (1994). Çocuk ve Suç. IV. Baskı. Remzi Kitabevi. İstanbul.

Yavuzer, H., Demir, İ., Meşeci, F. Ve Sertelin, Ç. (2005). Günümüz Gençliğinin Gelecek Beklentileri. *İstanbul üniversitesi Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 93-103.

Yetim, Ü. (2001).Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri. Bağlam Yayıncılık. İstanbul. 2001.

Zimbardo, P.G. & Boyd, J.N. (1999). Putting Time in Perspective: A Valid Reliable Individual-Differences Metric. *Journal Of Personality and Social Psychology*, 77 (6), 1271-1288.

EKLER

EK 1

KİŞİSEL BİLGİ ANKETİ

Sevgili Öğrencim,

Bu veri toplama aracı, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dal'ında Prof. Dr. Kurtman ERSANLI danışmanlığında yürütülmekte olduğum yüksek lisans tezime ilgili verilerini toplamak amacıyla uygulamaktayım.

Sizden istenen bu bilgi toplama aracındaki açıklamaları ve ölçek maddelerini dikkatlice okuyarak, sizi en iyi yansıtan yanıtları vermenizdir.

Elde edilen bilgiler bu araştırmanın dışında paylaşılmayacağından emin olunuz. Bu nedenle de kimliğinizle ilgili bilgi vermeniz gerekmemektedir.

Sorulanlarla ilgili görüş ve düşüncelerinizi içten ve samimi olarak, olduğu gibi yansıtmaya özen göstereceğinizi umar, katılımınız ve desteğiniz için teşekkür ederim.

Engin AKTAŞ
Psikolojik Danışman

1. Okulunuz :

2.Sınıf düzeyiniz: 9 (...) 0(...) 11(...) 12(...)

3. Cinsiyetiniz : K (...) E (...)

4.Kardeş sayınız (Siz hariç) : 0 (...) 1 (...) 2 (...) 3 (...) 4ve Daha Fazla (...)

5. Anne-Baba Durumu:

- Anne sağ (...) Anne ölü (...)
- Baba sağ (...) Baba ölü (...)
- Anne-Baba Beraber (...) Anne-Baba Ayrı (...)
- Anne-Baba Öz (...) Anne-Baba Üvey (...)
- Anne Öz (...) Baba Üvey (...)
- Anne Üvey (...) Baba Öz (...)

EK 2

ERGEN GELECEK BEKLENTİLERİ ÖLÇEĞİ

Sevgili Öğrencim:

Lütfen aşağıdaki maddeleri dikkatle okuyarak her maddede yer alan ifadenin size ne derece uygun olduğuna (sizi ne derece tanımladığına) karar veriniz. Vereceğiniz cevapların doğru ya da yanlış yoktur. Verdiğiniz karara göre aşağıdaki (1):Kesinlikle katılmıyorum ve (7): kesinlikle katılıyorum arasında size en uygun derecelendirmeyi yaparak yanındaki boşluklardan bir tanesine çarpı (X) işareti koyunuz. Lütfen boş bırakmadan hepsini işaretlemeye çalışınız. Samimi olarak cevap vereceğinize inanıyor ve katılımınızdan dolayı teşekkür ediyorum.

Sıra No	Yetişkin Olduğumda...	Kesinlikle İnanmıyorum ←————→ Kesinlikle İnanıyorum						
		1	2	3	4	5	6	7
	Faktör I: İş ve Eğitim							
1.	Hayatımla ilgili başarmak istediğim şeyleri başarmış olacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
2.	İstediğim şeyleri satın alabileceğim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
3.	İyi bir iş bulacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
4.	Hedeflediğim eğitim düzeyine ulaşacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
5.	Hoşlanacağım bir iş bulacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
6.		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
7.	Geçimimi her zaman sağlayacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
8.	Kendimi güvende hissedeceğim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
9.	Kazandığım para bana ve hayat arkadaşşıma yeterli gelecek	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
10.	İşim bana kendimle gurur duymam için fırsatlar verecek	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
11.	Mutlu bir hayatım olacak	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
	Faktör II: Evlilik ve Aile							
12.	Evleneceğim	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
13.		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
14.	25 yaşından önce evli olacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
15.	Evliliğim hep sürecek	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
16.	Çocuğum daima barış içinde yaşayacak	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
17.	Çocuğumun uzun bir hayatı olacak	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)

18.	Çocuğuma güvenli bir ortam sağlayacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
	Faktör III: Din ve Toplum							
19.	Düzenli olarak toplumsal ve dini hizmetlere katılacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
20.		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
21.	Topluluğumda lider olacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
	Faktör IV: Sağlık ve Yaşam							
22.	Uzun bir hayat yaşayacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
23.	Sağlıklı bir diyet yapacağım	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
24.		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
25.	Sağlığım iyi olacak	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)



EK 3

ERGEN PSİKOLOJİK DAYANIKLIK ÖLÇEĞİ (EPDÖ)

Sevgili Öğrenciler:

Lütfen aşağıdaki maddeleri dikkatle okuyarak her maddede yer alan ifadenin size ne derece uygun olduğuna (sizi ne derece tanımladığına) karar veriniz. Vereceğiniz cevapların doğru ya da yanlışlığı yoktur. Verdiğiniz karara göre aşağıdaki ifadeleri dikkate alarak yanındaki boşluklardan bir tanesine çarpı (X) işareti koyunuz. Lütfen boş bırakmadan hepsini işaretlemeye çalışınız. Samimi olarak cevap vereceğinize inanıyor ve katılımınızdan dolayı teşekkür ediyorum.

	MADDELER	Bana Çok Uygun				Bana Hiç Uygun Değil
		1	2	3	4	
1	Ailem benimle gerçekten ilgilenir.					
2	Ailem başarılı olacağıma inanır.					
3	Ailemle eğlenceli zaman geçiririm					
4	Aile içinde alınan kararlarda fikirlerim dikkate alınır					
5	Yaşam zorluklarına karşı dayanıklıyım.					
6	Zor şartlarda dahi serinkanlı davranabilirim.					
7	Genelde olaylara kötümser bakarım.					
8						
9	Ailem sorunlarım olduğunda bunu fark eder.					
10	Öğretmenlerimden benimle gerçekten ilgilenen kimse yok.					
11	Öğretmenlerim içinde yaptığımı takdir eden kimse yok					
12	Ailemin yanında bulunmaktan mutluluk duyarım.					
13	Şartlar değiştiğinde ne yapmam gerektiğini çabucak anlarım					
14	Kendimde hedeflerime ulaşacak kararlılığı göremiyorum					
15	Sorumluluk almak bana zor geliyor					
16	Hayat, bana pek yaşanılabilir gelmiyor.					
17						
18	Hayal ettiğim geleceğe ulaşabileceğime inanıyorum.					
19	Bir kişinin bir olay ya da durum karşısında nasıl hissedeceğini anlamakta iyiyimdir					
20	Diğer insanlara ilgi göstermekten hoşlanırım					
21	Karşımdaki kişinin o anda neler hissettiğini anlayabilirim					
22	Okulda olmasam hiçbir öğretmenim bunu fark etmez.					
23	Okulda güzel bir şey yaptığımda kimse bunu takdir etmez					
24						
25	Sorunlarımı anlatabileceğim arkadaşlarım vardır.					
26	Yaşamımın alacağı yön üzerinde yeterince kontrolümün olmadığını hissediyorum					
27	Zor zamanlarımda kendisine güvenebileceğim arkadaşlarım vardır					
28	Zor durumda kaldığımda arkadaşlarım bana yardım ederler					
29	Güzel zaman geçirdiğim arkadaşlarım vardır					

ÖZGEÇMİŞ

Engin AKTAŞ 15.03.1975 tarihinde Trabzon'da doğdu. Vakfikebir Lisesi'ni bitirdikten sonra Ondokuz Mayıs Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü'nden 1997 yılında mezun oldu. 1998 yılından bu yana Milli Eğitim Bakanlığı'nda görev yapmaktadır.

İletişim Bilgileri:

Adres: Kadifekale Mah.30 Ağustos Cad. Piri Reis Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi
İlkadım / SAMSUN

E-Mail: engin_aktas21@hotmail.com.