



Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

**ERGENLERDE KARAKTER GÜÇLERİNİN İÇSELLEŞTİRME VE
DIŞSALLAŞTIRMA BELİRTİLERİNE İLİŞKİN KORUYUCU ETKİSİ**

Semra KIYE

Yüksek Lisans Tezi

Van, 2016

**ERGENLERDE KARAKTER GÜÇLERİNİN İÇSELLEŞTİRME VE
DIŞSALLAŞTIRMA BELİRTİLERİNE İLİŞKİN KORUYUCU ETKİSİ**

Semra KİYE

Danışman

Yrd. Doç. Dr. Murat BOYSAN

Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

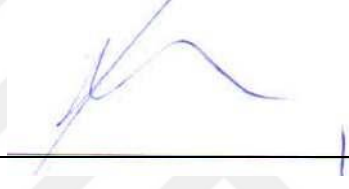
Van, 2016

KABUL VE ONAY

Semra KİYE tarafından hazırlanan ‘Ergenlerde Karakter Güçlerinin İçselleştirme Ve Dışsallaştırma Belirtilerine İlişkin Koruyucu Etkisi’ başlıklı bu çalışma, 05.05.2016 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



(Başkan) Yrd. Doç. Dr. Sultanberk HALMATOV



(Danışman) Yrd. Doç. Dr. Murat BOYSAN



Yrd. Doç. Dr. Gaye Zeynep ÇENESİZ


Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.
Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece Yüzüncü Yıl Üniversitesi yerleşkesinden erişime açılabilir.
- Tezimin 2 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

05.05.2016



Semra KIYE

TEŞEKKÜR

Canım Anneme ve Babama,

İlk olarak yüksek lisans eğitimine başladığım günden bu yana güler yüzü ve yardımseverliği için, tez çalışmam boyunca değerli fikirleri ile yol almamı sağladığı ve danıştığım konuların hepsinde verdiği büyük destekten dolayı çok kıymetli danışmanım Yrd. Doç. Dr. Murat BOYSAN' a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Bu çalışmanın oluşmasına sundukları tüm katkılar için VIA Institute on Character kuruluşuna ve kuruluşu temsilen her türlü sorun ve sorumuza zamanında yanıt veren, gerekli tüm açıklamalarla çalışma sürecinde bizleri aydınlatan sayın Kelly ALUISE' e teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmalarım süresince özellikle çeviriler konusunda benden desteğini esirgemeyen sevgili ablam Ayşe AVCU eşi İsmail AVCU, yeğenim Seren KİYE ve tüm aileme teşekkürlerimi ve sevgilerimi sunarım. Elbette anne ve babaları bana destek olurken onlara göstermiş oldukları sonsuz sabır için biriciklerim Tuanam ve Kağanım'a da sevgilerin en derinini sunarım.

Çalışmamın tüm safhalarında maddi manevi tüm varlığıyla yanımda olan, beni sonsuz bir güvenle desteklediğine inandığım, gerek moral ve güç desteği gerekse verilerin toplanması ve girişindeki destekleri için çok değerli arkadaşım Barış DEĞER'e de ayrıca şükranlarımı sunarım.

Tez savunma jürisinde bulunan ve değerli katkılarıyla çalışmamı destekleyen çok kıymetli hocalarım Yrd. Doç. Dr. Sultanberk HALMATOV ve Yrd. Doç. Dr. Gaye Zeynep ÇENESİZ'e teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak bu çalışmanın var olabilmesini sonsuz destekleriyle sağlayan, her zaman yanımda olan ve beni bugünlere getiren sevgili anneciğim ve babacığım sonsuz sevgi, saygı ve şükranlarımı sunarım.

ÖZET

KİYE, Semra. *Ergenlerde Karakter Güçlerinin İçselleştirme Ve Dışsallaştırma Belirtilerine İlişkin Koruyucu Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Van, 2016.

Ergenlik dönemi insan yaşantısındaki önemli dönemlerden biridir. Bu dönemde bireyde oluşmaya başlayan hızlı ve çok boyutlu değişim ve gelişimler beraberinde birçok risk faktörünü getirmektedir. Özellikle bu dönemde ergenin duygusal gelişiminden kaynaklanan duygu iniş-çıkışları ve patlamaları oldukça sık gözlenmektedir. Hem duygusal problemler –içselleştirme (internalizing) hem de davranışsal problemler-dışsallaştırma (externalizing) ergenlik döneminde çocukluğa göre artış gösteren durumlar olarak belirtilmekte ve ergen için olumsuz deneyimlere neden olmaktadır.

Pozitif psikoloji son dönemde en fazla dikkat çeken yaklaşımlardandır. Bu yaklaşım önceki hastalık ve hastalığın sebepleri temelli yaklaşımlara alternatif olarak geliştirilmiştir. Olumsuz tanılarının yerine alternatif olumlu tanılar ve tanımlamalarla ortaya çıkar. Yeterlilik temellidir. Bireyin yeterliliklerini temel alarak ilerlemeyi kabul eder. Karakter güçleri ve erdemli oluş değerler sınıflaması pozitif psikoloji temelli bir sistemdir. Karakter güçleri ve erdemli oluş kavramı altı ana erdem boyutu altında yirmi dört karakter gücünü kapsayan bir değerler sınıflamasıdır. Yapılan araştırmalarda değerlere sahip olmanın yaşam doyumuyla doğrudan bağlantılı olduğu saptanmıştır.

Bu araştırmanın amacı, ergenlik döneminde ortaya çıkan içselleştirme ve dışsallaştırma belirtilerine ilişkin karakter güçlerinin koruyucu etkisi olup olmadığının incelenmesidir. Araştırma kapsamında içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığı da incelenmiştir.

Bu araştırmada dışsallaştırma problemleri Jessor ve Jessor (1977) Problem Davranış Kuramı' na göre ele alınmıştır. Burada belirtilenler sigara kullanımı, alkol ve madde kullanımı, intihar eğilimi, anti-sosyal davranışlar, erken yaşta güvensiz cinsel ilişki ve yeme sorunlarıdır. İçselleştirme problemleri olarak depresyon, anksiyete, fobiler, obsesif kompulsif bozukluk ele alınmıştır.

Araştırmaya Van il merkezinden 1138 ergen katılmıştır. Araştırmada veri aracı olarak katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla; Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Duygusal ve davranışsal problemleri belirlemek amacıyla 11-18 Yaş Grubu Gençler İçin Kendini Değerlendirme Ölçeği (Youth Self Report –YSR-11/18) ve Kısa Belirti Tarama Listesi-53 (SCL-53) uygulanmıştır. Son olarak karakter güçlerini belirlemek için ülkemizde ilk defa VIA Gençlik Taraması (VIA Youth Survey-96) kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgular değerlendirildiğinde sosyo-demografik özellikler içerisinde anne eğitim düzeyi önemli bir değişken olarak saptanmıştır. Anne eğitim düzeyi arttıkça ergende dikkat problemleri ve kural dışı davranışlar görülmektedir. Ayrıca anne eğitim düzeyi yüksek ergenler Bilgelik ve Ölçülülük erdem boyutlarında daha düşük özellikler göstermiştir.

Kızlarda daha çok içselleştirme erkeklerde ise dışsallaştırma problemleri görülmüştür. Erkeklerin kızlara göre değerleri daha düşüktür. Araştırma yapılan sınıflarda sınıf düzeyi yükseldikçe değerlerin oranlarında düşme meydana gelmiştir.

Karakter güçlerine ilişkin bulgularda ise karakter güçlerinin içselleştirme problemlerine ilişkin çok yüksek oranda koruyucu olduğu saptanmıştır. İçselleştirme problemlerinin temelinde dışsallaştırma problemleri yer almaktadır. Doğrudan etkisine bakıldığında karakter güçleri dışsallaştırma problemlerine ilişkin daha zayıf bir oranda koruyucudur. Ancak karakter güçlerinin içselleştirme problemleri üzerinden dışsallaştırma problemlerine dolaylı etkisi göz önünde bulundurulduğunda oldukça yüksek bir koruyuculuğa sahip olduğu saptanmıştır.

Sonuç olarak karakter güçlerinin ergenlikte geliştirilmesi ve pekiştirilmesiyle ortaya çıkacak içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri azaltılacak ve ergenlerin yaşadığı riskler büyük oranda azaltılmış olacaktır.

Anahtar Sözcükler

Öz düzenleme, Yapısal eşitlik modeli, Önleyici rehberlik, Değerler.

ABSTRACT

KIYE, Semra. *Preventive Influences Of Character Strengths On Internalizing And Externalizing Symptoms Among Adolescents*, Master Thesis, Van, 2016.

Adolescence is an important period of human life. The fast and the multidimensional changes and developments, that occurs in person, lead to many risk factors. In brief, in this period the emotional instability and burstings, which based on adolescent's emotional development, can be watched frequently. Both emotional problems (internalizing) and behavioural problems (externalizing) in adolescence are stated as an increasing situations compared with childhood and this can cause negative experiences to the adolescent.

In the recent years positive psychology is the most attention-grabbing theory. This theory is developed as an alternative for the theories that are based on previous illnesses and its reasons. Instead of negative diagnosis, it occurs with alternative positive diagnosis and descriptions. It is based on sufficiency. Fundamentally, it confirms the improvement of individual's sufficiencies.

Character strengths and classification of values in action is a system that is based on positive psychology. The concept/notion of character strength and values in action is a classification of values that consist of 6 main values and 24 character strengths that are related with these values. It has been determined that life satisfaction is related with possessing these character strengths.

The aim of this study is to investigate whether character strengths have protective effect on symptoms of internalizing and externalizing. At the same time, in this study it is investigated whether the internalizing and externalizing problems differ according to socio-demographic factor.

In this study externalizing problems are discussed according to Jessor and Jessor (1977) Problem Behaviour Theory. Smoking, drinking alcohol and using drugs, suicidality, anti-social behaviours, unsafe sexual intercourse at the early age and eating problems are stated. Depression, anxiety, phobias, obsessive-compulsive disorders are discussed as internalizing problems.

1138 adolescents participated from Van city center. In study Demographic Information Form was used for determining participants' demographic features. With the purpose of determining emotional and behavioural problems Youth Self Report-YSR-11/18 and Short Symptom Scanning List were applied. Lastly, for determining character strengths VIA Youth Survey -96 has been used for the first time in our country.

The results showed that mother's educational level, in socio-demographic aspects, has been determined as an important factor. As mother's educational grade increased, attention problems and discipline problems rate was higher. Besides, the adolescent whose mother has higher educational level shows less aspects for wisdom and temperance.

It was indicated that girls have more internalizing problems while boys have more externalizing problems. Values of boys are less than girls. Classes that survey took place /applied the more grade is higher the less rate of values has been seen.

Findings related to character strengths showed that character strengths' protective rate is very high. There were externalizing problems at the basis of internalizing problems. When we look at its direct effect, character strengths have a small productive rate. However, when taken into consideration, the indirect effect of character strengths' on externalizing problems through internalizing problems, it has been determined that character strengths have a high productive effect rate.

As a conclusion, with development and reinforcement of character strengths during the adolescence, the problem of internalizing and externalizing will be reduced and the risks that adolescents have experienced can be reduced as a high rate.

Keywords

Self-regulation; Structural equation modeling; Preventive guidance; Values

İÇİNDEKİLER

| | |
|---------------------------------------------------|-------------|
| KABUL VE ONAY | v |
| TEŞEKKÜR..... | iii |
| ÖZET..... | iv |
| ABSTRACT | iii |
| İÇİNDEKİLER..... | v |
| TABLO LİSTESİ | vii |
| EKLER..... | viii |
| 1. BÖLÜM..... | 1 |
| GİRİŞ..... | 1 |
| 1.1.Problem Durumu..... | 1 |
| 1.2.Araştırmanın Amacı ve Önemi | 4 |
| 1.3.Problem Cümlesi | 5 |
| 1.4.Alt Problemler | 5 |
| 1.5. Sayıtlar | 5 |
| 1.6.Sınırlılıklar | 6 |
| 1.7.Tanımlar | 6 |
| 1.7.1.Ergenlik Dönemi | 6 |
| 1.7.2.Davranışlar Problemleri..... | 7 |
| 1.7.3.Karakter Güçleri | 7 |
| 2. BÖLÜM..... | 8 |
| KURAMSAL ÇERÇEVE | 8 |
| 2.1.Ergenlik Dönemi..... | 8 |
| 2.2.Dışsallaştırma Problemleri | 14 |
| 2.2.1.Sigara Kullanımı..... | 17 |
| 2.2.2.Alkol ve Uyuşturucu Madde Kullanımı | 18 |
| 2.2.3.İntihar Eğilimi | 20 |
| 2.2.4.Anti-sosyal Davranışlar | 21 |
| 2.2.5.Erken Yaşta ve Güvensiz Cinsel İlişki | 23 |
| 2.2.6.Yeme Sorunları..... | 24 |
| 2.3.İçselleştirme Problemleri | 26 |
| 2.3.1.Depresyon..... | 27 |
| 2.3.2.Anksiyete (Kaygı) | 29 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.3.3.Fobiler | 31 |
| 2.3.4.Obsesyonlar ve Kompulsiyonlar | 32 |
| 2.4.Yapılan Çalışmalar..... | 33 |
| 2.4.1.Ergenlik Döneminde İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri İle İlgili Çalışmalar | 33 |
| 2.5.Karakter Güçleri ve Erdemli Oluş | 36 |
| 2.5.1.Karakter Güçlerinin Sınıflandırılması | 40 |
| 2.5.2.Karakter Güçleri ve Erdemli Oluş Konusunda Yapılan Araştırmalar | 48 |
| 3.BÖLÜM..... | 54 |
| YÖNTEM..... | 54 |
| 3.1.Araştırmanın modeli | 54 |
| 3.2.Evren ve Örneklem | 54 |
| 3.3.Veri Toplama Araçları..... | 56 |
| 3.3.1.Demografik Bilgi Formu | 56 |
| 3.3.3.Kısa Belirti Tarama Listesi-53 (SCL-53) | 57 |
| 3.3.4.VIA- Gençlik Taraması (VIA Youth Survey-96)..... | 58 |
| 3.4.Veri Toplama Süreci | 59 |
| 3.5.Verilerin Analiz Edilmesi..... | 59 |
| 4. BÖLÜM..... | 60 |
| BULGULAR | 60 |
| 4.1.VIA Gençlik Taraması-96'nın Alt-Ölçekleri için Faktör Analizi Sonuçları..... | 60 |
| 4.2.SCL-53, Davranış Kontrol Listesi, ve Via Gençlik Taraması-96'nın Sınıf ve Cinsiyet Etkileşimine Göre Çok Değişkenli Kovaryans Analizi Sonuçları | 63 |
| 5.BÖLÜM..... | 67 |
| TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER | 67 |
| 5.1.Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular | 67 |
| 5.2.Karakter Güçlerinin İçselleştirme ve Dışsallaştırma Davranışlarına Yönelik Etkilerine İlişkin Bulgular | 71 |
| 5.3.Öneriler | 74 |
| KAYNAKÇA | 75 |

TABLO LİSTESİ

| | |
|----------------------|-----------|
| Tablo 1 | 40 |
| Tablo 2 | 54 |
| Tablo 3 | 60 |
| Tablo 4 | 63 |



EKLER

| | |
|-----------------------------------------|-----------|
| Ek-1 VIA Survey Sözleşmesi | 86 |
| Ek-2 Etik Kurul Raporu | 87 |





1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1.PROBLEM DURUMU

Ergenlik çocukluk ile yetişkinlik arasındaki bir geçiş dönemidir. ‘Adolescence’ sözcüğünün karşılığı olarak kullanılır ve buna göre büyüüp olgunluğa erişme anlamlarını içerir. Ergenlik dönemi yaklaşık olarak bireyin hayatının ikinci on yılını kapsamaktadır. Bu dönem zor bir süreci ifade edecek şekilde ‘fırtınalı’ veya ‘stresli’ olarak nitelendirilir (Aydın, 2015).

Ergenlik bir geçişler dönemidir ve bu biyolojik, psikolojik, toplumsal, ekonomik alanların hepsini kapsamaktadır. Bu dönemde birey kendinin daha fazla farkına varır, daha üst düzey düşünüp değerlendirmeler yapabilecek hale gelir, daha bağımsız olur ve geleceğin kendisinden neler beklediğiyle daha fazla ilgilenmeye başlar. Ergenlik yaklaşık olarak onlu yaşlar dolaylarında başlar ve yirmili yaşların başlarında sonlanır. Fakat herkes için belli yaş sınırı belirlemekten ziyade bu dönemin bir olgunlaşmaya geçiş süreci olduğu, bu geçişlerin her bireyde farklı zamanlarda, kimilerinde yumuşak kimilerinde sert geçişler olabileceği bilinmelidir (Steinberg, 2013).

Ergenlik dönemi, ergenin yaşadığı ortamdan bağımsız olarak değerlendirilemez. Kimlik bunalımları, kuşak farkından kaynaklı aile içi ve dışı çatışmalar, akran baskısı bu dönemin özellikleri arasındadır (Steinberg, 2013). Bu dönemin en başat ve ön plana çıkan özelliği ergenin duygu ve davranışlarında meydana gelen dengesizlikler ve problemlerdir (Aydın, 2015).

Ergenlik döneminde diğer gelişim dönemlerinin aksine uyum güçlükleri belirgindir. Birey için yaşam deneyimlerinin çoğu uyum gösterilmesi gereken durumlardır. Çocukluk dönemiyle kıyaslandığında ergenlik döneminde psikolojik problemlerin artış gösterdiği özellikle duygusal iniş çıkışlardan kaynaklı sorunların arttığı bilinmektedir. Büyüyerek olgunlaşan ergenden sosyal alanlarda daha fazla sorumluluk alması beklenir. Bu durum ergenin kendisiyle ve çevresiyle kurduğu ilişkilerde bilişsel olarak değişmesini yani uyum göstermesini gerektirir. Kimi ergenler

bunu başarabilirken kimileri bu konuda başarısız olup psikolojik problemler geliştirebilirler (Eskin, 2000).

Yaşam canlıların sürekli bir biçimde çevrelerine uyum sağlama çabaları olarak tanımlanır ve uyum bireyin çevresindeki değişikliklere karşı gösterdiği tepkilere bağlı olarak gelişen dinamik bir süreçtir. Birey uyumu hem kendisindeki hem de çevresindeki değişimlere karşı geliştirebilmelidir. Ancak insanın uyumunu değerlendirebilmek sadece biyolojik varlığını sürdürmesiyle açıklanamaz, bireyin özgünlüğü göz önünde bulundurularak değerlendirilebilir. Hem normal hem de normal dışı davranışlar bireyin uyumlu bir yaşantı sürdürme çabasından başka bir şey değildir. Problem davranışlar insanın yaşantılara karşı uyum gösteremediğinin göstergesidir (Geçtan, 2013).

Ergenlik dönemindeki duygusal-davranışsal uyum genel olarak Achenbach ve arkadaşlarının çalışmalarına bağlı olarak ele alınır. Buna göre ergenlerdeki problem davranışlar içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranışlar olarak ikiye ayrılmaktadır (Achenbach 1966; Akt.; Metin, 2013).

İçselleştirilmiş problemler ergenin problemi kendisine yönelttiği, sorunun kaynağı olarak kendisini gördüğü ve kendisini aşırı şekilde suçladığı zamanlarda ortaya çıkan durumlardır. Bunlar duygusal problemler olarak da adlandırılır. Depresyon, anksiyete, fobiler bu problemlerdendir. Dışsallaştırmış problemler ise kişinin problemini dışa yönelttiği anti-sosyal davranışlar, saldırganlık, madde kötüye kullanımı gibi problemlerdir (Steinberg, 2013).

Bu araştırmada Problem Davranış Kuramı çerçevesinde dışsallaştırılmış problemler olarak; sigara kullanımı, alkol ve uyuşturucu madde kullanımı, intihar, anti-sosyal davranışlar, erken yaşta kontrolsüz cinsel ilişki ve yeme sorunları ele alınmıştır. İçselleştirilmiş problemler kapsamında ise depresyon, anksiyete, fobiler, obsesif-kompulsif bozukluklar değerlendirilmiştir.

Karakter güçleri; düşüncelere, duygulara ve davranışlara yansıyan pozitif özellikler olarak tanımlanabilir. Karakter güçleri; erdemleri tanımlayan psikolojik süreçler ya da mekanizmalardır. Karakter güçleri ahlaki değerler üzerinde yer edinen kişilik özelliklerinin alt kümesidir. Aynı zamanda ahlaki değerleri içerir (Park ve Peterson, 2008a).

Karakter güçlerinin kapsamlı çalışmaları psikoloji araştırmaları için yeni bir girişimdir. Güçler ile ilgili çalışmaların henüz en başında olduğu söylenebilir, günümüzdeki çalışmaların hipotezleri keşif niteliğindedir. Birkaç yıldır pozitif psikolojinin perspektifleri rehberliğinde karakter güçlerinin önemini ölçmeye çalışan ve onların nasıl ölçüleceğiyle ilgilenen projeler yürütölmektedir. Bunlara arasında ön planda olan VIA (Values in Action) karakter güçleri sınıflandırması dikkat çekmektedir (Park, 2009; Linley ve diğ.,2007).

Karakter güçleri sınıflaması 6 geniş erdem boyutu altında 24 karakter gücünün tanımlanması ve açıklanması ile oluşturulmuştur (Park ve Peterson 2006a). Karakter güçleri sınıflandırması şöyledir (Park, Peterson ve Seligman, 2004; 2013, Peterson, Park ve Seligman, 2006, Peterson ve Seligman, 2004; Kabakçı, 2013):

Erdem boyutları ve alt boyutlar:

- **Bilgelik:** Burada bilginin kullanımı ve kazanımları kapsayan bilişsel güçler ele alınmaktadır. Alt boyutlar olarak; Özgünlük, Merak, Öğrenmeye Açık Oluş, Açık Fikirlilik, Çok Yönlü Bakış Açısı bulunmaktadır.
- **Cesaret:** Korkuya meydan okumak, zorluk ve acıdan yılmamak, istenilenin tam tersi olsa bile doğruları dile getirmek ve genel kabul görmese de inançla hareket olarak değerlendirilmiştir. Alt boyutlar olarak Dürüstlük, Cesur Olma, Sebatkarlık ve Yaşam Coşkusu bulunmaktadır.
- **İnsanîyet:** Diğer insanlara yönelmeyi, onlarla arkadaş olmayı, toplumsallaşma ve sosyalleşmeyi içeren kişiler arası erdem boyutudur. Alt boyutlar olarak İyi Yüreklilik, Sevme Sevilme, Sosyal Zeka bulunmaktadır.
- **Adillik:** Bu erdem boyutunda sağlıklı toplum düzeninin oluşması için olmazsa olmaz adalet kavramı değerlendirilmektedir. Alt boyutlar olarak Hakkaniyet, Liderlik, Sorumluluk bulunmaktadır.
- **Ölçölülük:** Aşırılıklara karşı koruyan karakter güçlerini içeren erdem boyutudur. Alt boyutlar olarak Affedicilik, Alçakgönüllülük, Tedbirlilik, Özdenetim bulunmaktadır.

- **Aşknlık:** Daha büyük bir evren anlayışı içinde daha büyük varlıklarla ilişki içinde olma ve bunu anlamlandırarak anlam bulma erdem boyutu olarak değerlendirilmiştir. Alt boyutlar olarak Estetik ve Mükemmelliğin Takdiri, Şükür, Umut, Mizah ve Maneviyat bulunmaktadır.

Karakter güçleri Peterson ve Seligman (2004) tarafından kristalize edilmiş ve görece olarak pozitif psikoloji yaklaşımında yeni sayılabilecek bir boyut olmasına karşın araştırmacılar tarafından ilgiyle karşılanmış ve pek çok taramaya konu olmuştur. Bununla birlikte, karakter güçlerinin daha çok öznel ve psikolojik iyi oluş kavramlarıyla ilişkisinin ele alındığı, buna karşın bu çalışmalarda özellikle iyi oluş kavramının koruyucu etkisinin vurgulandığı dikkat çekmedir. Bu bağlamda karakter güçlerinin çocuk ve ergenlerdeki koruyucu etkisini ele alan bir çalışmaya literatürde rastlanmamıştır. Söz konusu araştırmada, bu bağlamda karakter güçlerinin gençlerde içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarıyla ilişkileri ele alınacaktır.

1.2.ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

İçselleştirme ve dışsallaştırma problemleri özellikle ergenlik döneminde yaşanan hızlı değişimle birlikte daha fazla risk faktörü oluşturmaktadır. Bu problemler birey için zor olan bu dönemde günlük hayatı daha da zorlaştıran durumlar olarak ortaya çıkmaktadır. Yapılan araştırmalarda ergenlik döneminde bu problemlerde artış olduğu görülmektedir. Daha mutlu ve risksiz bir yaşantı için ergenlik döneminde yaşanan bu problemlerin veya risk faktörlerinin ortadan kaldırılması ya da azaltılması konularında çalışmalar yapılmaktadır.

Pozitif psikoloji problemlerle başa çıkmada bireyin kendisine yönelmesini ve kendi yeterliliklerini keşfetmesini salık verir. Yeterlilik temelli çalışmalarla birey kendi problemini kendi yeterlilikleri ve potansiyeliyle çözmeye yönlendirilir. Birey bu yaklaşımla yetkinlik kazanmış olur. Karakter güçleri bir değerler sınıflandırmasıdır. Değerler bireyin hayatının şekillendiren, tutum ve davranışlarını etkileyen, belirleyen, şekillendiren mekanizmalardır. Bireyin yaşadığı problemleri değerlerinden bağımsız ele almak ve değerlendirmek yeterli olmaz. Bireylerin sahip olduğu değerleri bilmek gerçekleştirebileceği davranışları tahmin etmede kolaylık sağlar ve yol gösterir (Başaran, 1992, Akt.; Kulaksızoğlu ve Dilmaç, 2000).

Bu araştırmada ilk olarak ergenlerin yaşadığı içselleştirilmiş (depresyon, anksiyete, fobi, obsesif kompulsif bozukluk) ve dışsallaştırılmış problemler (sigara kullanımı, alkol ve madde kullanımı, intihar eğilimi, anti-sosyal davranışlar, genç yaşta ve güvensiz cinsel ilişki, yeme problemleri) arasındaki ilişkilerin ortaya konması amaçlanmıştır.

Daha sonra karakter güçlerinin bu problemlerin belirtilerine ilişkin koruyucu bir etkiye sahip olup olmadığını belirlemek amaçlanmaktadır. Özellikle bu konuda elde edilecek verilerin literatüre önemli bir katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Son olarak karakter güçlerinin içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerine ilişkin koruyucu etkisi ve bu problem alanlarının kendi içindeki ilişkilerinin saptanmasının yanı sıra sosyo-demografik özelliklerin değerlendirilmesi de amaçlanmıştır. Burada ergenlerin bu özellikleri göz önüne alınarak tedbirler alınması veya buna dönük çalışmalar yapılması açısından araştırmamız kaynak olarak değerlendirilebilir.

1.3.PROBLEM CÜMLEĞ

Karakter Güçleri ergenlik döneminde meydana gelen içselleştirme ve dışsallaştırma belirtilerine yönelik olarak koruyucu etkiler göstermekte midir?

1.4.ALT PROBLEMLER

1. Karakter güçleri içselleştirme ve dışsallaştırma belirtileriyle ilişkili midir?
2. Karakter güçleri cinsiyet ve yaş sabitlendiğinde içselleştirme belirtilerini yordamakta mıdır?
3. Karakter güçleri cinsiyet ve yaş sabitlendiğinde dışsallaştırma belirtilerini yordamakta mıdır?

1.5. SAYILTILAR

1- Araştırmaya katılan öğrenciler ölçek maddelerini içtenlikle yanıtlamışlardır.

2- Sigara, alkol kullanımı, uyuşturucu madde kullanımı, anti-sosyal davranışlar, erken yaşta cinsel ilişkiye girme ve beslenme bozuklukları ergenlik döneminde görölen davranış problemleri olarak kabul edilmiştir.

3- Depresyon, anksiyete, fobiler, obsesif-kompulsif bozukluk ergenlik döneminde görülen duygusal problemler olarak kabul edilmiştir.

1.6.SINIRLILIKLAR

Örneklem grubunun sayısı fazla olmasına rağmen araştırmanın kolay yürütülebilmesi açısından örneklem grubu Van il merkezindeki orta öğretim kurumlarından seçilmiştir. Bu nedenle elde edilen bulguların genellenebilirliği konusunda bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. Ayrıca sadece okula devam eden ergenlere uygulama yapılması nedeniyle elde edilen bulgular bu gruba genellenebilir.

Bu araştırma kesitsel nitelikte yapılmıştır. Elde edilen verilerin toplanmasına ilişkin yapılan işlemler 2015-2016 eğitim-öğretim yılı ile sınırlıdır.

Bu araştırma; Demografik Bilgi Formu, 11-18 Yaş Grubu Gençler İçin Kendini Değerlendirme Ölçeği (Youth Self Report –YSR-11/18), Kısa Belirti Tarama Listesi-53 (SCL-53) ve VIA Gençlik Ölçeği-96 (VIA Youth Survey-96) ‘nın ölçtüğü değişkenlerle sınırlıdır.

1.7.TANIMLAR

1.7.1.Ergenlik Dönemi

Ergenlik çocukluk ile yetişkinlik arasındaki bir geçiş dönemidir. ‘Adolescence’ sözcüğünün karşılığı olarak kullanılır ve buna göre büyüüp olgunluğa erişme anlamlarını içerir. Ergenlik dönemi yaklaşık olarak bireyin hayatının ikinci on yılını kapsamaktadır. Bu dönem zor bir süreci ifade edecek şekilde ‘fırtınalı’ veya ‘stresli’ olarak nitelendirilir (Aydın, 2015).

1.7.2.Davranışlar Problemleri

Davranış problemleri, ergenin gelişim görevlerini başarmasını, sosyal rollerini gerçekleştirebilmesini, başarı ve yeterlilik hissi duymasını ve genç yetişkinlik dönemine başarıyla ulaşmasını engelleyen davranışlardır (Jessor, 1991).

1.7.3.Karakter Güçleri

Karakter güçleri; düşüncelere, duygulara ve davranışlara yansıyan pozitif özellikler olarak tanımlanabilir (Park ve Peterson, 2008a). Karakter güçleri, tutum ve davranışlar olarak gözlemlenip ölçülebileceğinden karakterin somut olarak tanımlanması ve sınıflandırılması şeklinde ifade edilebilir (Kabakçı, 2013).

2. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde, ergenlik dönemi, dışsallaştırma problemleri, içselleştirme problemleri ve karakter güçleri ile erdemli oluş konularındaki kuramsal görüşlere yer verilecektir. İlk olarak, ergenlik dönemi ile dışsallaştırma ve içselleştirme kavramları açıklanacak sonrasında karakter güçleri ile erdemli oluş kavramları ve sınıflandırmasına ilişkin kuramsal görüşler açıklanacaktır. Konunun kuramsal çerçevesi belirlendikten sonra ise ülkemizde ve yurt dışında konu ile ilgili olarak yapılmış olan bazı araştırmalara değinilecektir.

2.1.ERGENLİK DÖNEMİ

Ergenlik, puberteyle başlayıp kimlik krizinin sonlanmasıyla sonuçlanan çocukluk ile yetişkinlik arasındaki bir gelişim dönemidir. Bu dönemde ergenler çevrelerinde bulunan kişilerle yeni deneyimler yaşamaya başlarlar ve cinsel, psikolojik, sosyal, fiziksel olarak değişime uğrarlar (Güney, 1998).

‘Ergen’ sözcüğü dilimizde Batı literatüründeki ‘adolescent’ in karşılığı olarak kullanılmaktadır ve büyüme, olgunlaşmak anlamındadır. Dolayısıyla bir durumu değil bir süreci vurgulamaktadır, ergenlik döneminin hızlı ve sürekli gelişimini tanımlamaktadır (Yavuzer, 2015). Ergenlik çocuklukla yetişkinlik arasında bulunan ve önemli ve kendine özgü özellikler içeren gelişimsel bir dönemdir (Dereboy, Şenol, Şener ve Dereboy, 2007).

Ergenlik, insanın beden ve boyca büyüdüğü, hormonal, cinsel, sosyal, duygusal, kişisel ve zihinsel gelişme ve değişimin gerçekleştiği, buluşla başlayan ve bedensel büyümenin sona ermesiyle sonlanan insan gelişiminin özel bir dönemidir. Ergenlik; buluş (ergenlik), orta ergenlik ve son ergenlik olmak üzere üç bölümde ele alınabilir. Buna göre buluş, kızlarda 11-13, erkeklerde 13-15 yaş, orta ergenlik kızlarda 14-16, erkeklerde 15-17 yaş ve son ergenlik dönemi de kızlarda ve erkeklerde 16/17-21 yaşları olarak kabul edilmektedir. Gençlik belli bir yaş sınırı olmayan bir dönem olarak değerlendirilmekle birlikte genel olarak ergenlik kavramı yerine kullanılmaktadır. Buna göre Milli Eğitim Bakanlığı gençliği; ‘buluş çağına ulaşma nedeniyle biyo-psikolojik olarak çocukluğun bitimi ile toplumda sorumluluk alınabilecek 12-24 yaşları

arasındaki grup olarak tanımlamıştır. UNESCO gençliği 15-25 yaş arası olarak göstermiş, Birleşmiş Milletler Örgütü ise 12-25 yaş aralığı olarak tanımlamıştır (Kulaksızoğlu,1990; Kulaksızoğlu, 2005; Yavuzer, 2015). Dünya Sağlık Örgütüne (WHO) göre ise ergenlik 10-19 yaşları arasını kapsamaktadır (web).

Genel olarak insan doğası açısından biyo-psişik ve toplumsal bir süreç olan ergenlik, farklı coğrafi bölgeler ve sosyo-ekonomik özellikler dikkate alındığında farklı yaş aralıklarında başlayıp biten ve bireyin tüm gelişimsel özelliklerini kapsayan bir süreç olarak belirtilebilir (Avcı, 2006).

Ergenlik döneminde erinlik yani buluş diye adlandırılan dönem ile ergenliği birbirinden ayırarak incelemek önemlidir. Erinlik genel olarak kısa süreli, cinsel organların gelişimini içeren fizyolojik değişimlerin olduğu bir evredir. Ergenliğin başlarında yaşanır ve cinsel özelliklerin kazanıldığı evredir. Bu dönem, üremeyle doğrudan ilgili olan birincil cinsel özellikleri kapsayan cinsel organların olgunlaşması süreci ve üreme işleviyle dolaylı olarak ilgili olan vücudun belirli bölgelerinin tüylenmesi, göğüs-kalça gelişimi gibi ikincil cinsel özelliklerden oluşmaktadır. Bu dönemde gencin boyunu, vücut yapısını değiştiren hızlı değişiklikler meydana gelir. Zihinsel yapıda, ilgilerde ve tutumlarda gelişmeler olur. Hem kızlar hem de erkekler fiziksel ve hormonal olarak cinsel gelişimlerini tamamlarlar ancak kızlar erkeklere göre yaklaşık olarak iki yıl önceden buluş çağına girerler. Ergenlik döneminin bir bölümünü oluşturan bu evre kızlarda yaklaşık olarak altı ayı veya bundan biraz daha fazla bir süreyi bulurken erkeklerde iki yıl hatta daha fazla sürebilmektedir. Ergenlik ise fiziksel olgunlaşmayla birlikte geri kalan tüm gelişim alanlarında meydana gelecek olgunlaşmayı da içerir (Kulaksızoğlu, 2005, Yavuzer, 2015).

İnsanoğlunun gelişimi fiziksel, cinsel, fizyolojik, duygusal, ahlaki, sosyal, zihinsel, kişisel boyutlarda ele alınabilir. Bütün bu gelişimlerde belli kurallar vardır yani gelişigüzel bir gelişimden söz edilemez. Doğum öncesi, bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik dönemlerinden geçerek insanlar gelişim gösterir. İnsan gelişiminde bazı safhalar çok özel ve önemlidir bu safhalar 'Kritik Dönem' olarak adlandırılır. Kritik dönemlerde karşılanmayan ihtiyaçlar sonucunda telafisi mümkün olmayan hasarlar oluşabilir. İnsanoğlu için ilk beş yıl kritik olduğu gibi ergenlik dönemi de kritik bir dönemdir. Bu dönemin ihtiyaçları olan sevgi veya fiziksel ihtiyaç olan beslenme karşılanmalıdır aksi halde ergende olumsuz etkiler meydana gelir.

(Kulaksızoğlu, 2005). Bu dönemde oluşan biyolojik, psikolojik ve sosyal değişimler ergenler için problem davranışların oluşmasında gerekli ortamı oluşturur (Aysan, Siyez ve Uzbaş, 2005).

Ergenlik döneminde birey toplum içerisinde yer edinmeye çabalar. Toplumsal uyum göstermesi büyük ölçüde kendisine toplum içinde sağlayacağı statü ile doğru orantılıdır. Bu dönem bir anlamda toplumsal uyum yılları olarak da adlandırılabilir. Toplumsal uyum zamanla ve bazı deneyimleri kazanmakla gelişebilir. Ergen kendi cinsinden oluşturduğu grup içerisinde sosyalleşmeye çabalar ve 11-20 yaş dolaylarındaki bu dönemde kişiliğine toplumsal bir nitelik kazandıracağı arayışlar içerisine girer. Değişip gelişen kişiliğini olgunlaştırmak için özdeşleşme, özerklik, sorumluluk gibi kavramlardan faydalanmaya çalışır. Bu kavramları kişiliğine kazandırarak toplumda ilişkilerini yapılandırarak toplumsal uyumunu sağlamaya ve toplumdaki yerini oluşurmaya bakar (Yavuzer, 2011).

Erikson'a göre ergenlik dönemi yetişkinlikteki üç tür çatışmaya bir hazırlık dönemidir. Cinsel kimliğe yönelik çabalar yetişkinlikteki 'Mahremiyete karşı Tecrit Olma' korkusunun temelini oluştırmakta, toplum içerisinde yer edinmeye dönük çabalar 'Durgunluğa Karşı Üretkenlik' çatışmasına karşılık verme ve ergenin bu dönemde kendi değer yargılarını oluştırma çabası ise 'Ümitsizlik ve çaresizliğe Karşı Katılım ve Bütünlük' çatışmasıyla baş edebilmek için hazırlamaktadır (Kulaksızoğlu, 2005).

Ergenler yetişkinlere nazaran çevrelerinde meydana gelen değişiklikleri almaya daha hazırlıklı olduklarından tutum, davranış ve bilgi değişimleri daha kolay gerçekleşebilmektedir. Yeniliklere karşı daha açık olmak, ergenler ve anne babaları arasında çatışmalar yaşanmasına ve sorunlar oluşmasına neden olmaktadır. Özellikle toplumumuzda meydana gelen değişimlerden bireylerin aile içerisindeki statü değişimlerine kadar gerçekleşen durumlar en fazla ergenleri etkilemekte ve uyum sorunları yaratmaktadır (Kulaksızoğlu, 1990).

Kurt Lewin'in Alan Kuramı'na göre insanın yaşam alanındaki kişisel ve çevresel faktörler değişebilmektedir. Bu değişimlerin dereceli ve yavaş gerçekleşmesi insanda uyum gücünü kolaylaştırırken değişimlerin şiddetli ve hızlıca olması insanı kaotik bir duygu duruma itebilir. İşte ergenlik dönemi birçok değişikliğin birdenbire ve hızlıca oluştuğu bir dönem olma özelliğinden dolayı ergeni zorlamaktadır (Gallatin, 1976; Akt.; Kulaksızoğlu, 2005).

Anna Freud (1965), ergenleri kendilerini dünyanın merkezinde gören, oldukça bencil, insanlardan kaçan ve yalnızlığı seven, bir lidere körü körüne bağlanabilen, maddeci, kaba ve düşüncesiz ancak aynı zamanda son derece fedakar, kendini insanlara adamaya hazır ve kimi zaman çok merhametli ve içli olarak tanımlamıştır. Yani ergenlik döneminde bireyler duygusal olarak oldukça değişken ve dengesizdirler (Akt.; Ekşi, 1985).

Çocukluğun somut yaklaşımlarına karşın ergenlik dönemi soyut düşünceye açılan bir dönemdir ergen bu dönemde ‘Niçin Yaşıyoruz?’, ‘Yaşam Ötesinde Ne Var?’, ‘Sevgi Nedir?’ gibi soyut konularda sorular üretmeye ve bunların yanıtlarını bulmak üzere felsefe, din gibi bilim alanlarına ve duygularını anlamlandırmak için duygulara yönelmeye başlar (Ekşi, 1985).

Ergenliğin orta döneminde ergen artık kim olduğu ve ne olduğu anlamaya çalışır çünkü ne çocuktur artık ne de yetişkindir. Yetişkinler ondan olgun olmasını beklerler bununla birlikte ona bir çocukmuş gibi davranmaya da devam ederler. Ergenler bu durumda artık olgun ve bağımsız biri olmak ve öyle davranmak ister, kendi seçimlerini yapabilen kendi kararlarını alabilen ve kendi değer yargıları olan bireyler olmak isterler ancak bu konuda ailelerine ihtiyaç duydukları halde bunu inkar ederler, kabullenmek istemezler (Ekşi, 1985).

Ergenliğin son döneminde en önemli görev büyüyen ergenin ileriye dönük yetişkinlik rolünü netleştirmesidir. Kızın kendi kadınlığını, genç erkeğin kendi erkekliğini iç çatışmalarından sağlıklı bir şekilde sıyrılarak kabul etmesi normal bir gelişim için gereklidir. Erikson’a göre bu dönemdeki en büyük sorun kimlik krizi adını verdiği bu durumdur. Ergen bu dönemde kendine uygun değerler edinmeli hayatın bir amacı ve anlamı olduğunun bilincine varmalıdır (Ekşi, 1985).

Ergenlik dönemindeki önemli gelişim ve değişimlerden biri de ergenin anne-babasından uzaklaşması ve yeni sevgi objeleri arayışına girmesidir. Bu bir anlamda anne ve babanın ergen üzerindeki otoritesini azaltırken bir taraftan ergende yalnızlık duyguları uyandırır. Bu durumda ergenler için arkadaşlıklar çok önem arz etmeye başlar hatta bazı arkadaşlıklar idealize edilir ve bu arkadaşların kaybı ergende depresyona hatta intihar düşüncelerine bile sebep olabilir (Ekşi, 1985).

Ergenlik döneminin, çocukluk dönemine göre daha fazla duygusal iniş çıkış gösterdiği bunun yanında ruhsal problemlerin daha yoğun yaşandığı bir dönem olduğu birçok araştırmacı tarafından ortaya konulmaktadır (Eskin, 2000).

Avcı (2006) 'ya göre, biyolojik, psikolojik değişme ve gelişmelerin yoğunluğuyla birlikte aile, okul ve arkadaş çevresinden kaynaklanan toplumsal sorunlar da bu dönemin sıkıntılı olmasına sebebiyet vermektedir. Duygusal gelişimde dikkati çeken en önemli nokta duyguların yoğun olması ve düzensizlik göstermesidir. Bu dönemde ilkokul çağındaki uyumlu birey yerine oldukça tedirgin, zor beğenen, her şeye tepki gösteren yeni bir birey gelir. Karşı cinse olan yakınlık hisleri, utanma ve çekingenlik, huzursuzluk, hızlı ve fazla heyecanlanma, yalnız kalma isteği, sıkılganlık, çalışmaya karşı isteksizlik belirdin duygu halleridir. Hemen hemen bütün toplumlarda bu dönem gençler için fırtınalı bir dönem olarak gösterilebilir (Kulaksızoğlu, 2005, Yörükoğlu, 2015).

Ergenin duygusal gelişimindeki tüm bu iniş çıkışların yanında birçok pozitif gelişim de yaşanır. Ergenin daha iyi düşünme özelliğini kazanmasıyla birlikte soyut kavramları anlaması ve kullanmaya başlaması, ilgi alanlarındaki çeşitliliğin artmasının neticesinde kendi yeteneklerini ön plana çıkarma, başarılı olma ve kendini kanıtlama çabaları artar. Özellikle bu dönemde kazanılması beklenen ileride sahip olacağı meslek konusunda düşünme ve yeterliliklerini değerlendirme eğilimleri güçlenir (Avcı, 2006).

Ergenlik dönemi insan yaşantısında kaotik özellikler gösteren bir dönem olması nedeniyle bu dönemde uyum sorunları oluşabilmekte ve aşılamayan sorunlar neticesinde ergenlerin ruh sağlıkları tehlikeye girmektedir (Çınar, 2010).

İnsan hayatında tüm dönemler önemlidir ancak kuşkusuz ergenlik dönemi biyolojik, psikolojik ve toplumsal açıdan hızlı ve önemli değişimleri içeren dönemdir (Avcı, 2006). Bu dönemde oluşan çatışma ve problem alanları farklılık göstermekle birlikte genel olarak ergenlerin fiziksel, cinsel, duygusal ve sosyal değişimlerine bağlı olarak oluşur (Kulaksızoğlu, 1990; Aysan ve diğ., 2005).

Çocukluk döneminde meydana gelen çoğu ruhsal bozukluk yetişkinlik dönemine de sarkmakta ve bireyin yaşamında gittikçe artan işlevsizliklere neden olarak bireyin yaşamını olumsuz etkilemektedir (Şimşek, Erol, Öztop ve Özer Özcan, 2008).

Ergenlik döneminde yapılan araştırmalar bu dönemde yaşanan sorunların kaynağı olarak; içinde bulunulan yaş dönemi, anne-baba tutumu, okula devam edip etmeme, bireyin zeka seviyesi ve çevre tarafından ne kadar kabul görüp görmeme gibi nedenler olarak sıralamaktadır (Sarı, 2006).

Mauk (1996)'ya göre, Duygusal ve davranışsal sorunlar bireyin akademik başarısında düşmelere neden olan, iletişim kurmasında zorluklar yaratan, normal yaşantılarda duygu ve davranışlarını doğru yansıtamamasına, çoğu zaman mutsuzluk ve depresif duygu durumu olan, fiziksel semptomların yaşandığı, kişinin sosyal hayatı ve kendisiyle ilgili korkular geliştirmesine neden olan rahatsızlıklardır (Akt.; Aysan ve diğ., 2005) .

Winkley (1996)'ya göre, tedavi edilmeyen ruh sağlığı problemleri sadece çocuk ve ergenler için değil onlarla birlikte yaşayan herkes için olumsuz bir risk faktörüdür. Problem yetişkinlikte de devam etmekte ve daha kötüye gitmekte, onların çocuklarının mutsuzluğuna da sebep olarak gelecek nesil için risk oluşturmaktadır (Akt., Saçan, 2010).

Ergenlik döneminde ruhsal sorunların yaşanma sıklığı artmaktadır bu durum gelişim döneminin özelliklerinden kaynaklıdır. Kızlarda içselleştirilmiş bozukluklar olarak ele alınan anksiyete, depresyon ve sosyal ilişki problemleri, erkeklerde ise dışsallaştırılmış bozukluklar dediğimiz anti-sosyal bozukluklar, saldırganlık, okulda ve iş yerinde görülen problemler ön plana çıkmaktadır (Öztop, 2012).

Yapılan çalışmalarda çocuklukta başlayan psikiyatrik bozuklukların erkeklerde, ergenlikte başlayan psikiyatrik bozuklukların kızlarda daha fazla görüldüğü saptanmıştır (Rutter, Caspi, Moffitt, 2003). Sosyal fobi, panik bozukluk, madde kötüye kullanımı, majör depresyon ve yeme bozukluklarının başlangıcı ergenlik dönemidir (Costello, Foley ve Angold, 2006).

2.2.DIŞSALLAŞTIRMA PROBLEMLERİ

Dışsallaştırma veya davranış problemleri, toplumsal kuralların ihlal edilmesi sonucunda bireyin doğrudan ya da dolaylı olarak sağlığını, gelişimini, iyi oluşunu ve hayatını olumsuz olarak etkileyen, kötü sonuçların doğmasına sebep olan durumlar olarak tanımlanmaktadır (Alikashiöglu, 2008; Çok, Karaman, Ercan ve Büyüköztürk, 2009; Jessor, 1987).

Davranış problemleri, ergenin gelişim görevlerini başarmasını, sosyal rollerini gerçekleştirebilmesini, başarı ve yeterlilik hissi duymasını ve genç yetişkinlik dönemine başarıyla ulaşmasını engelleyen davranışlardır (Jessor, 1991).

Kişilerarası davranış biçimleri iki uçludur. Bu iki davranış biçimi içsel ve dışsal olarak adlandırılabilir ve bireylerin diğerlerine karşı olan bilişsel, davranışsal, psikolojik, sosyal yaklaşımlarını gösterir (Albayrak-Kaymak, 1994).

Achenbach ve Edelbrock 1978'de yaptıkları çalışmalarında; davranım problemlerini oluşturan sorun alanlarını da geniş kapsamlı olarak içselleştirme (internalizing) ve dışsallaştırma (externalizing) başlıkları altında toplamışlardır. Dışsallaştırma başlığının altına saldırganlık, hiperaktivite – dikkateksikliğı ve davranış bozukluklarını, içselleştirme başlığının altına ise bastırılmışlık, içe kapanıklık-sıkılğanlık, kaygılılık ve kişilik bozukluklarını dahil etmişlerdir. Reynolds (1990) a göre, içselleştirme içe-yöneltmiş, örtük ve gözlenemez, gizil davranışlar; dışsallaştırma dışa-yöneltmiş, açık, gözlenebilir davranışlardır. Dolayısıyla içselleştirilmiş sorunlar duygusal, dışsallaştırılmış sorunlar davranış sorunları olarak anlaşılabilir (Akt.; Albayrak-Kaymak, 1994).

Ergenlik döneminde yaşanan uyum problemleri içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış uyum problemleri olarak iki kategoride ele alınmakta ancak madde kötüye kullanımı her iki durumda da eşlik edebildiğinden kimi araştırmacılarca ayrı bir başlıkta değerlendirilmektedir. İçselleştirilmiş problemler, kişinin yaşadığı problemlerde sorunu kendine yönelterek abartılı korku, anksiyete, fobi, psikosomatik rahatsızlıklar yaşadığı durumlar olarak tanımlanır. Dışsallaştırılmış problemlerde ise kişi yaşadığı sorunu dışarı yönelterek madde ve alkol kullanımı, saldırganlık, hırsızlık, yalan söyleme gibi davranışlar sergiler. Burada dikkat edilmesi gereken önemli bir nokta içselleştirme ve dışsallaştırma alanlarının bazı durumlarda birlikte görüldüğüdür, örneğin

suç işleme ve anti-sosyal davranışlar sergileyen birey aynı zamanda depresyonda olabilir veya madde kullanan birey panik bozukluk veya sosyal fobi ile başa çıkmaya çalışıyor olabilir (Steinberg, 2013).

Ergenlikte yaşanan davranış problemlerinin ortaya çıkma nedenleri yıllardır araştırılmakta ve bunun sonucunda farklı görüşler belirtilmektedir. Bazı görüşler aile ortamı veya arkadaşlık ortamı gibi tek bir etkenin etkili olduğunu bazı görüşler ise aile, okul, arkadaş gibi pek çok etkenin neden olarak görülebileceğini ifade eder (Siyez, 2006). Yapılan bir çalışmada yaş, cinsiyet, doğum sırası, aile büyüklüğü, ailenin ekonomik durumu, annenin hamilelik sürecinde yaşadıkları ve stresli yaşam olayları bu davranışların nedenleri olarak saptanmıştır (Şimşek ve diğ., 2008). Ergenlik döneminde meydana gelen davranış problemlerinin kalıcılığı, bu dönemden önce veya sonra ortaya çıkıp çıkmadığı, yetişkinlikte sürüp sürmemesi incelenmesi gereken konular olmakla birlikte yaşanan hiçbir sorunun özgül sebebi dönemin özellikleri değildir (Steinberg, 2013).

Farklı araştırmacılar davranış problemlerini biyolojik, psikolojik ve psiko-sosyal yönlerden ele alarak açıklamaya çalışmışlardır. Kimileri psiko-sosyal ve çevresel koşulları ön plana çıkarırken kimi araştırmacılar biyolojik alt yapının önemi üzerinde durmuşlardır. Araştırmacıların birçoğunun farklı yaklaşımlara sahip olmasıyla birlikte davranış problemlerinin gelişiminde hem çevresel hem de biyolojik faktörlerin etkisi bulunmaktadır (Arslan, 2012).

Ülkemizde yapılan bir çalışmada ergenlerde duygusal ve davranışsal problemlerin görülme oranının oldukça yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Aysan ve diğ., 2005). Davranış problemleri ergenlerin günlük hayatta yaşama uyum sağlamalarını zorlamakla birlikte ilerleyen dönemlerde de ciddi fiziksel ve ruhsal sorunlara sebep olabilir (Siyez, 2006). Yapılan çalışmalarda madde kullanımı, güvensiz cinsel ilişki, şiddet ve son zamanlarda artış gösteren duygusal sorunlar ile obezite ergenlik döneminde sık karşılaşılan davranış problemleri olarak değerlendirilmektedir (Alikaşifoğlu, 2008).

Birçok araştırma sonucunda erkeklerin kızlardan daha yüksek oranda davranış problemleri gösterdiği ortaya çıkmıştır. (Bulut, 2010; Savi, 2008; Siyez, 2006; Şimşek ve Önder, 2011; Yılmaz, 2000). Bunun nedenleri arasında toplumumuzda erkeklerin daha girişken, şiddete meyilli, saldırgan ve dominant olmaları için yönlendirilmeleri ve hoş görülme sayılabilir.

Erkeklerin bu davranışları hemcinslerini model almaları ve taklit etmeleriyle de gelişmiş olabilir (Yılmaz, 2000). Aynı şekilde kızlarda da duygusal bozuklukların erkeklerden fazla olduğu birçok çalışmada saptanmıştır (Akdemir ve Çuhadaroğlu, 2008; Aktepe ve diğ., 2010, Balat ve Akman, 2006; Özusta, 1995).

Ergenlikteki davranış problemlerini açıklayan farklı kuramsal yaklaşımlar mevcuttur. Bu kuramsal yaklaşımları genel olarak biyolojik temelli, sosyolojik temelli, psikolojik temelli ve psikososyal temelli olarak ayırabiliriz.

Biyolojik temelli yaklaşımlar, problem davranışların oluşmasında biyolojik faktörlerin etkisini araştırır. Genetik, nörolojik yapı ve mizacın etkileri üzerinde durur. Sosyolojik temelli yaklaşımlar içerisinde sosyal öğrenme kuramı, sosyal kontrol kuramı ve saygınlığı artırma kuramları yer almaktadır. Bu kuramlar çerçevesinde sosyal yaşantının davranışların oluşumuna olan etkisi açıklanmaktadır. Psikolojik temelli yaklaşımlar ise duygulara ve duygusallığa odaklanarak problemlili davranışları açıklamaya çalışır. Bunlar arasında kendini olumsuz değerlendirme ve gerilimi azaltma kuramları yer almaktadır (Arslan, 2012).

Bu yaklaşımlar arasından son zamanlarda en fazla dikkati çeken psikososyal temelli yaklaşımlardır. Richard Jessor ve arkadaşları tarafından geliştirilen psikososyal temelli bir kuram olarak ‘Problem Davranış Kuramı’ problem davranışları açıklamakta ele alınmaktadır (Steinberg, 2013). Bu kurama göre problem davranışlar, yasal ve sosyal normlara aykırı, baskın kültür tarafından onaylanmayan, otoriteye karşı olan davranışlardır (Jessor, 1991). Jessor (1991), davranış problemleri veya dışsallaştırma sorunlarının kaynağında hem ergenin kişiliğini hem de geleneklere uymamayı tercih eden sosyal çevresini görmektedir. Geleneklere uymayanlar her türlü sapkın veya marjinal davranışa olumlu bakan, toplumsal kurumlarla bağlantısız kimselerdir. Geleneklere ve toplumsal kurallara uymayı reddedenlerle yaşayan ergenlerin de madde kullanımı veya güvensiz cinsel davranışlar yaşama olasılığı yüksektir (Çok ve diğ., 2009).

Bu çalışma, davranış problemlerini PDK (Problem Davranış Kuramı)’ya göre ele almıştır. PDK, davranış problemlerini alt boyutlar halinde incelemiştir. Bu alt boyutlar kapsamında; sigara kullanımı, alkol ve uyuşturucu madde kullanımı, intihar eğilimi, anti-sosyal davranışlar, erken yaşta ve güvensiz cinsel ilişki ve beslenme alışkanlıkları değerlendirilmiştir.

2.2.1.Sigara Kullanımı

Sigara dünya genelinde hem yetişkinler hem de ergenler arasında en yaygın olan bağımlılık yapıcı maddedir. Sigaranın diğer bağımlılık yapan maddelere göre daha zararsız olduğu düşünülür ancak sigara merkezi sinir sistemi tahribatı, akciğer, solunum yolları, dil, gırtlak, mesane kanseri ve kalp hastalıklarına yol açarak ölüm nedenleri arasında ilk sıralarda yer alır.

Sigara, alkol, uyuşturucu maddeler gibi keyif verici; alışkanlık ve bağımlılık yapan zararlı maddelerle ilk tanışma genelde ergenlikte olur. (Kulaksızoğlu, 2005). Ergenlerde madde bağımlılığı konulu araştırmalarda bu maddelere başlangıcın sigara ve alkolle başladığı ortaya çıkmaktadır (Siyez, Aysan, 2007).

Akran baskısı ve etkisiyle birçok ergen davranış problemleri gösterebilir bu olumsuz davranışlardan biri de sigara içmedir. Akran grubunda sigara içilmesi örnek teşkil eder ve bu durum grup içerisinde yaygınlık gösterir. Ulusal ve uluslar arası yapılan birçok araştırma sonucuna göre sigara içme davranışının başlaması ve devam ettirilmesinde arkadaşlar önemli bir faktördür bu özellikle ergen için artık çocuk olmadığını göstermek, toplum kurallarına başkaldırdığını vurgulayarak arkadaşları arasında sosyal bir konum kazanmak için gerçekleştirilen bir durumdur. (Kıran-Esen, 2003).

Sağlık Bakanlığı verilerine göre değişik kentlerde yapılan çalışmalarda evlerin %59,9-81,5'inde sigara içen en az bir kişi vardır ve bu kişi çoğunlukla evin babasıdır. Bir çalışmada değişik meslek gruplarında sigara içenlerin %90'ının evde, %60-95'inin işyerinde ve %50-85'inin ise çocukların yanında sigara içtiği bulunmuştur (2014).

2014 sağlık istatistikleri yıllığında tütün ve mamülleri kullanımı verilerine göre bu maddeleri her gün kullanımda erkek ve kadın yüzdesi %23,8 ara sıra kullanım %3,3'tür. Halen tütün ve tütün mamulü kullananların ilk kez tütün mamulü kullanma yaşları ise 10-14 arası %20, 15-19 arası %50,9'dur. Sonuç olarak sigaraya başlamanın yaklaşık %71 oranında ergenlik döneminde gerçekleştiği anlaşılmaktadır.

Ögel ve arkadaşların (2004) dokuz ilde yaptığı ilk ve orta öğretim öğrencilerinde tütün, alkol ve madde yaygınlığını araştıran bir çalışmada en çok kullanılan maddelerin tütün ve ürünleri, alkol, esrar ve uçucu maddeler olduğunu göstermektedir. İlköğretim öğrencileri arasında hayatında en az bir kere tütün kullandığını belirtenlerin oranı %16,1' dir. Orta öğretimde ise tütün kullanım yaygınlığı % 45,9 ile % 63,8'dir.

Lise öğrencileri arasında sigara, alkol kullanımı ve intihar düşüncesi sıklığını araştıran bir çalışmada, öğrencilerin %15,5'i sigara kullandığı, yaş ilerledikçe ve erkekler de sigara kullanımı daha yüksek bulunmuştur (Güler, Güler, Ulusoy ve Bekar, 2009).

Sosyal fobi, depresyon, öz-kavram ve sigara arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada ise sosyal fobisi olanlarda sigaraya başlama yaşı anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur (Bayramkaya, Toros ve Özge, 2005).

Ercan (2001) 'ın İstanbul lise geçlerinde riskli davranışların sıklığı ve cinsiyete göre dağılımını incelediği çalışmasında, öğrencilerinin % 44 oranı ile hemen hemen yarısının sigarayı denediği ve %14'ünün düzenli olarak sigara içtiği görülmüştür. Her iki davranışın da erkeklerde kızlara göre anlamlı olarak daha yüksek oranda görüldüğü, sınıf büyüdükçe sigara ile ilgili davranışların görülme sıklığının her iki cinste de anlamlı olarak arttığı ve erkeklerin içtiği sigara sayısının da kızlarınkinden anlamlı olarak daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

2.2.2.Alkol ve Uyuşturucu Madde Kullanımı

Madde kullanımı insanların sinir sistemlerini etkileyerek biyokimyasal yapısını değiştirir. İnsanların zihinsel kapasitelerinde, duygu durumlarında, algılamalarında ve davranışlarında değişiklik olmasına sebep olur. Madde bağımlılığı, bireyin psikolojik ve fiziksel olarak tatmin olmak için maddeye ihtiyaç duyması, maddeyi temin edememe durumunda yoksunluk belirtileri göstermesidir. Sigara, alkol, morfin, eroin, kokain, kafein, tiner, esrar bağımlılık yapan maddeler arasındadır (Siyez, 2013).

Alkolizm içki kullanmadan duramamak anlamına gelir. Alkolik birey aşırı alkol alımı nedeniyle beden ve ruh sağlığı bozulmuş, işini aksatan, içme durumunu denetleyemeyen kişi demektir. Alkol insan bedeninde yıkıma yol açan güçlü bir maddedir. Kandaki alkol oranı yüz

miligramaya ulaştığında birey kontrolünü yitirir, saldırganlaşabilir. Bu oran üç yüz miligramaya ulaşırsa koma hali oluşur ve arkasından ölüm gerçekleşir (Yörükoğlu, 2012).

Sağlık Bakanlığı'nın 2014 sağlık istatistikleri yıllığında on beş yaş ve üstü alkol kullanımını % 10,4' tür. Halen alkol kullananların alkole başlama yaşları 10-14 yaşları arasında % 7.1, 15-19 yaşları arasında % 52,8'dir.

Yapılan çalışmalara göre ergenlerin alkol ve maddeyi düzenli ve yoğun kullanma konusunda yeterince bilgilendirilmediği, çatışmalı ve düşmanca tavırların sergilendiği ev ortamlarında yetiştiği, okulda akademik olarak başarısız olduğu ve toplumsal hayatta sorun yaşadığı saptanmıştır (Stainberg, 2013).

Siyez (2006) 'e göre ergenlik döneminde yaşın artmasıyla birlikte madde kullanım oranları da anlamlı bir şekilde artış göstermektedir. Ülkemizde ergenlerle yapılan bir çalışmada alkol kullanım yaygınlığı % 6,7 madde kullanım yaygınlığı ise % 2,9 olarak bulunmuştur (Özbay ve diğ., 1991). Ögel ve arkadaşlarının 2006'da İstanbul'da yaptıkları onuncu sınıf öğrencileri arasında tütün, alkol ve madde kullanım yaygınlığı araştırmasında öğrenciler arasında yaşam boyu en az bir kez kullanım yaygınlığı en yüksek olan madde alkoldür. Alkolü sırasıyla tütün, uçucu maddeler, esrar, flunitrazepam, benzodiazepin, ekstazi ve eroin takip etmektedir. Bu çalışmada yaşam boyu en az bir kez alkol kullanım oranı % 51.2'dir. Esrar kullanımında bu oran % 5.8, uçucu maddelerde % 5.9' dur.

Ergen odaklı gerçekleştirilen bir çalışmada alkol kullanımını için her zaman kullanıyorum diyenler % 5,8 ara sıra kullanıyorum diyenler % 28,8 bazen kullanıyorum diyenler % 15,8 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada esrar kullanımında her zaman kullandığını ifade edenler % 1,9 çoğu zaman kullananlar % 5 bazen kullananların oranı ise 1,2 'dir. Aynı çalışmada diğer uyuşturucu maddelerle ilgili elde edilen verilerde ise ergenlerden her zaman kullanıyorum diyenler % 1,9 ara sıra kullanıyorum diyenler % 0,8 bazen kullanıyorum diyenler ise % 4,2 olarak belirlenmiştir (Aysan ve diğ., 2005).

2.2.3. İntihar Eğilimi

İntihar bireyin yaşamını sonlandırma düşüncesini davranışa dönüştürerek yaşamına son vermesidir. Ölüm fikrine yoğunlaşma, sürekli ölümden söz etme bunun yanında hayatın anlamsızlığını, değersizliğini dile getirme bu süreçte görülen belirtilerdendir. İntihar olgularında depresif duygu durum hakimdir birey kendisini sorun çözümü konusunda yetersiz, çözümsüz, çaresiz, eli kolu bağlı olarak görür. İntiharı bütün bu umutsuzluk ve çaresizlik içinde gerçekleştirir (Aydın, 2015).

Ergenlerde intihar sosyokültürel ve biyolojik faktörler, ruhsal bozukluklar, stres, yaşam şartlarının zorluğu, sosyal desteklerden mahrum olma gibi birçok faktörü içeren bir davranış biçimidir. İntihar davranışı öncesinde ergenler farklı şekillerde belirtiler gösterirler. Örneğin, sürekli sıkıntı hali, dikkati toplamada yetersizlik, okul ödevlerinde düzensizlikler, alkol ve uyuşturucu madde kullanımı, saldırgan ve isyankar davranışlar, yemek ve uyku düzeninde bozulmalar vb (Atay ve Kerimoğlu, 2003).

Ergen intiharlarının başlıca nedenleri arasında çocuklukta sevgisizlik, dışlanma, reddedilme, baskılar görülebilir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada aşırı otoriter, ilgisiz ve baskıcı ebeveyn tutumlarının ergenin intihar da dahil olmak üzere pek çok davranış problemine sürüklediği saptanmıştır (Ulusoy ve diğ., 2005).

Anne babadan ayrılma, anne- babadan birinin vefatı, annesiz- babasız büyüme de intihar riskini arttıran durumlardır. Bundan farklı olarak ergenlik dönemindeki duygu durumun etkileriyle karşı cinsle olan ilişkilerde hayal kırıklığına uğrama, akranlar içerisinde aşağılanma aşırı bir üzüntüye sebep olabilir. İçinde bulunulan yaş itibarıyla üzüntülerle baş etme deneyimi yetersiz olan ergenlerin bu dönemde aşırı bir ümitsizlik ve çaresizlik hissetmesi ve ölümü sıkıntılardan kurtulmanın tek yolu olarak görmesi intihar riskini arttıran temel faktörlerdendir. Kendini köşeye sıkışmış hisseden ve bir çıkış yolu bulamayan ergenin intihara kalkışması hem kendisine verilmiş bir ceza hem de bu hale gelmesine sebep olanlardan bir intikam alma davranışdır (Kulaksızoğlu, 2005; Yörükoğlu, 2015).

Türkiye’de tüm intihar girişimlerinin %30-35’i 14-15 yaş grubu arasında görüldüğü; en fazla 15-16 yaş (%46,6) grubunda olduğu ve bunu 11-14 yaş grubunun %41,4 oranında takip

ettiği belirlenmiştir. Vakaların büyük çoğunluğunun (%89.7) 15-16 yaş grubunda görüldüğü ve kızların daha fazla girişimde bulunduğu; vakaların %87.9'unun ise kentte yaşayan ve akademik başarısı düşük, alt-orta sosyo-ekonomik düzeye sahip ailelerden gelen ergenlerin olduğu görülmüştür (Aktepe ve ark. 2006).

Ergenlerde duygu ve davranış bozukluklarını inceleyen bir araştırmada intihar girişiminde bulunan ergenlerin oranının % 13.8 olduğu bulunmuştur. Literatürde tamamlanmış intiharlar için en yüksek risk faktörü daha önce intihar girişiminde bulunulmasıdır. Bu açıdan bakıldığında oran oldukça yüksektir (Aysan ve diğ., 2005).

Riskli davranışlara müdahale programı hazırlama amaçlı Ankara, Muğla ve Sivas' ta 2829 kişiyle yürütülen proje çalışmasında intihar düşüncesini çok ve önemli ölçüde taşıdığını belirtenler grubun % 31'idir. Grubun % 14'ünün ise intihar girişiminde bulunduğu belirlenmiştir (Çok ve diğ., 2009).

Liseli ergenler arasında yapılan başka bir araştırmada ise grup içerisinde intihar düşüncelerinin çok yaygın olduğu bulunmuştur. Buna göre 7700 kişiyle yürütülen araştırmada % 18.9 oranında ergenin son bir yıl içerisinde intiharı düşündüğü açığa çıkmıştır (Güler ve diğ., 2009).

2.2.4. Anti-sosyal Davranışlar

Anti-sosyal davranışlar, toplum kurallarına, normlarına, değerlerine, ilkelerine karşı gelmeyi içeren olumsuz davranışlardır. Ergenlik döneminde süreklilik gösteren bir durum olarak değerlendirilmektedir. Bu davranışlar kapsamında yalan, hırsızlık, gasp, saldırganlık ve şiddet, insanlara ve eşyalara kasıtlı zarar verme ve daha birçok olumsuz durum sayılabilir. Bu davranışlar içerisinde özellikle yasalara aykırı ve suç sayılacak düzeyde aşırı olanları mevcuttur (Gençtanırım-Kuru, 2010).

Suç, toplumsal normlara karşı çıkmak ve kuralları yok saymak olarak tanımlanabilir. Günümüzde çocuk suçluluğu dünya genelinde arttığı gibi ülkemizde de artmaktadır. Ülkemizde işlenen suç oranlarının yaklaşık % 50' sini 25 yaş altı gençlerin gerçekleştirdiği ayrıca ileri yaşlarda suç işleyenlerin çoğunluğunun ergenlik dönemi öncesinde de suç işlediği yapılan

çalışmalarda görülmektedir. Çocukluk suçlarının yoğunlukla on dört yaş civarında işlenmesi verisi ergenlik dönemi ile suç davranışı arasındaki ilişkiyi vurgulamaktadır (Yavuzer, 2015; Yavuzer, 2011).

Ergenlerde gözlemlenen anti-sosyal davranışlar ve suç eğilimleri nedenleri arasında biyolojik etmenler dışında ailesel faktörler, ergenlikteki gruba dahil olma gereksinimi, sosyal statü kazanma ve kabul görme isteği gibi etmenler sayılabilir (Savi, 2008).

Loeber and Dishion'de (1983) anti-sosyal davranışlarla ilgili yaptıkları boylamsal çalışmalarında en önemli faktörün özellikle katı ve tutarsız disiplin yöntemleri ve zayıf gözetim gibi ebeveynlerle ilişkili değişkenler olduğunu belirtmiştir (Akt; Siyez, 2006).

Yapılan çalışmalarda ebeveyn eksikliğinin de anti-sosyal davranışları gösterme riskini arttırdığı bilinmektedir, annesini kaybetmiş ergenlerde davranış problemlerinin daha sık gözlemlendiği ve parçalanmış ailelerden gelen ergenlerin davranış problemleri oranının aile bütünlüğü içinde yetişen ergenlerin oranından daha fazladır (Siyez ve Aysan, 2007; Yılmaz, 2000).

Cinsiyete yönelik bulguların olduğu çalışmalarda anti-sosyal davranışların görülme oranının erkeklerde kızlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır (şimşek, 2010; Siyez ve Aysan, 2007).

Yaşa göre davranış bozukluklarının sergilenmesi sorusuna da yanıt arana bir çalışmada ergenlik döneminde yaşın artmasıyla birlikte anti- sosyal davranışların da arttığı belirlenmiştir. Buna göre 17-18 yaş aralığındaki ergenlerin, 14-16 yaş aralığında bulunanlara göre daha fazla davranış bozukluğu sergilediği anlaşılmıştır (Bulut, 2010).

2.2.5. Erken Yaşta ve Güvensiz Cinsel İlişki

Ergenlik cinsel gelişim ele alındığında yaşam dönemleri içerisinde önemli bir yere sahiptir. Erinlik döneminin ardından bireyde oluşan cinsel farklılıkların bilişsel ve fiziksel gelişimle birlikte anlaşıldığı dönemdir. Bu dönemde ergeni gelişimsel olarak bazı zorluklar beklemektedir. Bunlar arasında gelişen bedenini anlamak, cinsel olarak farklılaşmaya başlayan duygularını kabul etmek, cinsel etkinlikte risk faktörleri olduğunun farkına varmak sayılabilir (Steinberg, 2013).

Bir çocuğun cinselliğe yönelik ilk algıları ailede oluşur. Aile içerisindeki anneden kadınlığa babadan da erkekliğe dönük tutumları gözlemleyerek anlamlandırmaya başlar. Ebeveyn eksikliği olan ailelerde çocuklar bu konuda sorunlar yaşayabilir. Baba figürünün eksik olduğu ailelerde kız çocukları baba arayışı içerisinde riskli cinsel yönelimler sergileyebilirler ve baba figüründen yoksun olmak kız çocuğunun kendi cinselliğini ifade etmesinde sorun yaşamasına neden olabilir. Ergenin cinsel hayatı toplumdan topluma farklılıklar göstermekle birlikte ailesinden cinsellik konusunda net mesajlar alan ergenler çevreden ve özellikle medyadan edindikleri bilgileri kendi süzgeçlerinden geçirirler (Alikaşifoğlu, 2008).

Ancak ergenlik döneminde yaşanan büyük sorunlardan biri olan erken ve korunmasız cinsel ilişki toplumumuzda ne ailelerde ne de okulda yeterli bir cinsel eğitim verilmediğinden rastlanan risklerdendir. Ergen gebeliği, cinsel yollarla bulaşan hastalıklar, erken annelik, kürtaj gibi ciddi sorunlar bu risk sonucu oluşan durumlardır.

2005'te İzmir ilinde yapılan bir çalışmada ergenlerin % 26,2'sinin son bir yıl içinde cinsel ilişkiye girdiğini, % 5'i hamile kaldığını veya partnerini hamile bıraktığını, cinsel ilişkiye girenler arasında hamile kalanların oranı % 19 olarak bulunmuştur (Aysan ve diğ., 2005).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (1993) verilerine göre cinsel yolla bulaşan AIDS/ HIV ve diğer hastalıklara en sık 20-24 yaşındaki gençlerde rastlanmakta, bu yaş grubunu sırasıyla 15-19 yaşlarındaki ergenler ve 25-29 yaş grubu genç yetiksizler takip etmektedir. 15-19 yaş aralığındaki ergenlerde bu hastalıklar cinsiyet faktörüne göre ele alındığında kızlarda erkeklerden daha fazla görüldüğü belirlenmiştir. Bireylerin sosyo-ekonomik düzeylerinin de bulaşıcı hastalıkların

görülmesinde etkili olduğu saptanmış, düzey düştükçe görülme riskinin arttığı bulunmuştur (Akt.: Siyez, 2006).

Ülkemizde yapılan bir çalışmada ergenlerin % 60'ının cinsel deneyim yaşadığı ve bunlar içinden % 39,2' lik bir oranın herhangi bir korunma yöntemi kullanmadığı belirlenmiştir. Çalışmada en küçük yaş olan 14 ile en büyük yaş olan 17 arasında anlamlı bir fark bulunmamakla birlikte erkeklerde kızlara göre daha fazla cinsel deneyim yaşadıkları saptanmıştır (Sarı, 2006).

İstanbul'da 4200 ergen üzerinde yapılan başka bir çalışmada, cinsel ilişkiye girme oranı 34'ü kız olmak üzere 685 kişi ve % 16'dır. Erkekler arasından en az bir defa korunmasız cinsel deneyimi olduğunu söyleyenlerin sayısı ise 232 ve % 34 olarak saptanmıştır (Ercan, 2001).

2.2.6.Yeme Sorunları

Yaşamın her döneminde düzenli ve yeterli beslenme sağlık için en büyük gerekliliklerdendir. İnsanın büyümesi, gelişmesi, fiziksel işlevlerini sürdürmesi için beslenmesine dikkat etmesi gerekmektedir. Sağlıklı beslenmek vücudun ihtiyacı olan tüm besin maddelerinden yeterli oranda almak demektir. Ergenlik döneminde büyüme hızlıdır bu nedenle besinlere duyulan ihtiyaç fazladır. Bu ihtiyacın giderilmemesi farklı sorunlara yol açabilir bu sorunların oluşmasında yanlış alışkanlıklar veya bilinçsizlik temel sebeplerdendir. Özellikle kızlarda uygulanan yanlış zayıflama yöntemleri yetersiz ve dengesiz beslenmenin temel nedenlerindedir. Kötü beslenme alışkanlıkları arasında öğün atlama ve ayaküstü beslenme sayılabilir (TC Sağlık Bakanlığı, 2016).

Günümüzde boş zaman aktivitesi olarak bilgisayar kullanımı, televizyon izleme gibi durumlar gittikçe artış göstermektedir. Beslenme alışkanlıklarının da hızlı yaşantıya uyum göstermeye çalıştığı zamanımızda çocuklarda obezite yaygınlığı dikkate alınmaya değer seviyelere ulaşmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'nün tanımına göre obezite, sağlığı bozacak ölçüde yağ dokularında anormal veya aşırı düzeyde yağ birikmesidir diğer bir deyişle vücut yağ oranının aşırı arttığı bir hastalıktır. Obezite bireyin yaşam şeklinden, ruhsal durumundan, ailevi özelliklerinden etkilenen çok yönlü bir sorundur ve çocukluk obezitesinin yetişkinlikte devam etme riski olasıdır (Kurtaraner, 2012).

Ülkemizde yapılan bir araştırmada obezlerin oranı % 12,3 olarak saptanmıştır. Fiziksel faktörler, ergenin diğer hastalıkları, genetik faktörler ve ailede başka obezlerin varlığı, hızlı yemek tüketimi, su tüketiminin az olması, gece öğünlerinin fazla yapılması, makarnanın fazla tüketiliyor olması risk faktörleri olarak belirtilmiştir (Uzun, 2014).

Ergenlik sorunlarından olan anoreksiya nevroza, kilo almaktan aşırı korkma, bireyin vücut ağırlığı ve şekli konusunda yanlış algılara sahip olması kendisini olduğundan daha şişman görmesi, aşırı zayıfladığında bile bedenini kilolu bulmasıyla açıklanır. Bulumiya nevroza ise belli aralıklarla aşırı yiyecek tükettikten sonra kendisini kusturarak veya farklı yollarla yiyeceği vücuttan atmayla meydana gelen ruhsal sorunlardır (Kulaksızoğlu, 2005).

Carlson (1996) Adleryen yaklaşımın, yeme problemlerinin ebeveyn tarafından aşırı korunma ve kontrol edilme durumlarından ileri geldiği düşünür. Ebeveynlerden biri ya da ikisi de çocukla ilgili aşırı beklentiler içerisinde olurlar ve bu durum aile içerisinde sorgulanmaz. Mükemmeliyetçi bir beklenti oluşturan ailede kız çocuğuna bu bedensel görünü ve yeme konusunda da yaşatılırsa yeme problemleri oluşur. Çocuk mükemmel olamayacağını bilse de her konuda mükemmel olmaya çalışarak yeme de dahil olmak üzere ruhsal alanlarda problemler yaşamaya başlar (Akt.; Sharf, 2014) .

Ergenlerin yeme davranışlarının araştırıldığı niteliksel bir çalışmada, ergenlerin daha çok karbonhidrat ve yağ içerikli besinler tükettiği, sabah kahvaltısı yapma alışkanlığına sahip olmadıkları ve sınavlardan dolayı gün içinde uzun süre aç kaldıkları belirlenmiştir. Sağlıklı yeme konusunda ailelerin baskıcı tutumu nedeniyle çatışmalar yaşandığı, sağlıklı olmanın toplum tarafından kabul görmek olarak anlaşıldığı saptanmıştır. Buna göre kızlarda fiziksel görünüş erkeklerde egzersiz yapmanın ön planda olduğu anlaşılmıştır (Altun ve Kutlu, 2015).

İzmir ilinde yapılan bir çalışmada estetik kaygılar doğrultusunda ergenlerde diyet yapma davranışı kızlarda % 10,5 olarak saptanmıştır (Çavdar ve diğer, 2015). 2008' de yürütölen çocuk ve ergenlerin klinik özelliklerinin izlendiği bir çalışmada kızlarda yeme bozuklukları oranı % 1,7 oranında bulunmuştur (Akdemir ve Çuhadaroğlu, 2008). Diğer bir araştırmada yeme sorunu olduğunu belirten 493 erkekte 13'ü % 2,6'dır. Kızlarda bu oran 270 kişiden 13' ü % 4,8'dir. Kızlarda yeme sorunları erkeklerden yüksek bulunmuştur (Aktepe ve diğer., 2010).

İstanbul lise gençlerinin riskli davranışlarının yaygınlığını araştıran bir çalışmada ise öğrencilerin % 64' ünün (2662 kişi) sık sık meşrubat içtiği, % 28 ' inin (1163 kişi) sık sık kek/pasta yediği, %34' ünün (1430 kişi) sıklıkla kızarmış patates ve cips yediği belirtilmiştir. Sınıf büyüdükçe kızlarda sık patates/cips yeme alışkanlığının azaldığı, gençlerin % 60' ının (2505 kişi) sıklıkla şeker/çikolata yediği bulunmuştur. Yine öğrencilerin % 36'sının (1487 kişi)sıklıkla hamburger/soşis/salam yediği, % 75'inin (3137 kişi) sıklıkla çay/kahve tükettiği saptanmıştır. Bu çalışmada gençlerin % 8'i (709 kişi) perhiz yaptıklarını ifade etmiştir(Ercan, 2001).

2.3.İÇSELLEŞTİRME PROBLEMLERİ

Lazarus (1991) ' a göre duygu, fizyolojik rahatsızlık veya değişim; dışı vurulmayan davranış eğilimi ve sık olarak duygulanım olarak adlandırılan öznel bir yaşantıdır (Akt.; Duy ve Yıldız, 2014). Arnold'a (1960) göre ise duygu, bir şeyin algılanıp değerlendirilmeye başlandığında meydana gelen bir süreçtir. Bu sürecin bizim için iyi veya kötü olması bizim kararımıza bağlıdır. Dolayısıyla bir süreci, olayı, olguyu, durumu iyi ve pozitif algılamak mutluluk ve memnuniyet duygularını getirecekken kötü ve negatif algılamak kızgınlık, öfke ve anksiyete oluşmasına sebep olacaktır (Akt; Beck, 2015). Yaşadığımız duygular çok çeşitlidir ve duygularımız uzun-kısa, genel- özel, olumlu- olumsuz, birincil veya ikincil olarak ele alınmaktadır (Werner ve Gross, 2010; akt.; Duy ve Yıldız, 2014).

Ergenlik döneminde ergenler birbirinden farklı duygularla baş etmek zorunda kalırlar. Kimi ergenler başa çıkmayı gerçekleştirebilirken kimileri yaşanan olumsuz duygularla başa çıkmakta yetersiz kalır ve kaçınma davranışı sergilemekle birlikte durumu tehdit edici olarak görürler (Duy ve Yıldız, 2014).

Duygusal anlamda tehdit edici olarak değerlendirilen ve kaçınılan duygular sonrasında içselleştirilmiş bozukluklar veya problemler olarak adlandırılır. İçselleştirilmiş problemler ergenin problemi kendine yönelttiği duygusal problemlerdir. Burada ergen sorunun kaynağını kendinde görmeye başlar ve süreç ilerledikçe abartılı korkular yaşar bunun sonucunda anksiyete, depresyon ve psikosomatik rahatsızlıklar oluşur (Steinberg, 2013).

Duygusal problemlerin temelinde korkular ve kaygılar vardır. Kaygılar var olan gerçek olay karşısında orantısız olarak aşırı şekilde korku tepkisi vermekten ileri gelir. Nevroz adı

verdiğimiz, kişilik bütünlüğünü bozmayan, benlikte bölünme veya parçalanmaya neden olmayan, duygu ve bilişsel alanlarda değişikliklere sebep olan, gerçeğe bağı devam eden bu bozukluklar ruhsal kaynaklı bozukluklar olarak ele alınır (Köknel, 2004).

Bazen olaylar karşısında insanların tepkileri çok orantısız ve aşırı olabilir. Bu, durumu kendi açısından çok farklı anlamlandırmasına bağı olarak gelişen abartılı tepkilerdir. Bir durum yanlış anlamlandırdıktan sonra peşi sıra birçok yanlış yorum yapılabilir. Bu anormal ve yanlış yorumlamalar, duygusal problemlerin gelişmesini sağılayan bilişsel bozulmaları oluşturmaktadır. Bir duruma gerçekten uzak ve aşırı anlamlar yükleyen bir bireyin buna bağı olarak tepkileri de orantısız ve abartılı olacaktır. Negatif yönü olmayan uyarınları bile sürekli olarak tehlikeli olarak algılayan bir bireyde ileride anksiyete gelişebilir (Beck, 2015).

Ülkemizde yapılan bir araştırma sonucunda duygusal sorunları göstermede ve arkadaşlık kurmada zorluk, kendini yalnız hissetme, uyku problemleri, kendini kötü hissetme, baş ve mide ağrıları yaşama, sinirli ve gergin hissetme durumları ortaya konmuştur. (Aysan ve diğ., 2005). Bu sorunlarla birlikte özellikle kızlarda sıklıkla karşılaşılan duygusal sorunlar arasında; sosyal fobi, panik bozukluk, majör depresyon sayılabilir (Öztop, 2012).

2.3.1. Depresyon

Depresyon olgusunun temel belirtileri içerisinde genel bir kayıp hissiyatı vardır. Birey hayatının devamında mutlu olabilmesi için olmazsa olmaz bir şeyini veya bir şeylerini kaybettiğini düşünür. Yapacağı önemli işler veya vereceği kararlarda kötümserdir ve bu konuda kendisini yetersiz görmektedir. Bilişsel yaklaşım çerçevesinde depresyonun üçlü bir yapıyla ifadesi, kişinin kendisiyle ilgili olumsuz beklentileri, deneyimlerinden edindiği olumsuz bir çıkarım ve geleceğe dönük negatif algısı olarak özetlenebilir (Beck, 2015).

Depresyonda üzüntü duygusu başat olarak bulunmakla birlikte keder duygusu da yoğundur, düşük benlik saygısı ve pozitif etkinliklerden keyif alamama gibi duygusal belirtiler vardır. Karamsarlık, umutsuzluk gibi bilişsel; sıkıntı, ilgisizlik gibi güdüsel; iştahsızlık, uykusuzluk, bitkinlik, yorgunluk gibi fiziksel belirtiler vardır. Ergenlikte en sık yaşanan duygusal problem depresyondur. Ergenlerin % 3'ü majör, % 25 hafif düzeyde depresyon yaşadığı saptanmıştır (Stainberg, 2013).

Bilişsel yaklaşım, depresyonda bilişsel üçlü formülasyonunu kullanır buna göre depresif bireyde kendine, dünyaya ve geleceğe dair olumsuz düşünceler hakimdir. Birey kendini değersiz ve yetersiz görme eğilimindedir ve yalnızlık duygusu taşır. Gelecekte beklenenleri hep kötü süreçler ve başarısızlıktır. Böylece sıklıkla kararsızlık, umutsuzluk, yorgunluk ve kayıtsızlık hali içinde olur (Sharf, 2014).

Çocuklar ve ergenlerde majör depresyon oranları yapılan çalışmalar sonucunda; çocuklarda % 1-3, ergenlerde % 5-7 olarak saptanmıştır. Bu önemli veriler doğrultusunda depresyon önemli bir sosyal ve klinik problem olarak ele alınır (Beck, Rush, Shaw ve Emery, 1979; Akt.; Whisman, 2010).

Ergenlerdeki görülen depresyon genelde süreklilik gösterir. Elde edilen veriler ışığında erken başlayan depresyonların kronik olduğu görülmektedir. Yapılan sağıltım çalışmalarına rağmen ergenlerin % 25 'inden fazlasında psikoterapi ve ilaçlar işe yaramaz. Hatta tedaviden sonra kötüleşme oluşabilir (Whisman, 2010).

Ergenlerin depresyona girmelerinin başlıca nedenleri aile içi sorunlar, kız- erkek arkadaş ilişkilerinde yaşanan problemler, öğretmenlerin olumsuz tutumları veya sınıfta aşağılanma, akran grubunun dışında kalma ve yalnızlık. Bazen de somut nedenler olmadığı halde 'beni kimse sevmiyor', 'hiçbir zaman başarılı olamayacağım', 'çok çirkinim' gibi düşünceler de ergenlerin depresyona girmesi için yeterlidir (Aydın, 2005; Akt.; Erözkan, 2009).

Ergenlerde yapılan bir araştırma sonucunda depresyonun yordayıcıları olarak; ebeveyn tutumları, benlik saygısı, mükemmeliyetçilik ve sınav kaygısı bulunmuştur. Baskıcı otoriter aile tutumları ile aşırı ilgisiz tutumlar sergilenen ailelerde yetişen, hata kabul etmeyen tavizsiz ebeveyn tutumlarının sonucunda mükemmeliyetçi yaklaşım sergilemeye çalışan ve sınav kaygısı yoğun olarak saptanmış bireylerde depresyon görülme olasılığının daha fazla olduğu belirtilmiştir (Erözkan, 2009).

Eskin ve diğ. (2008), yaptığı bir araştırmada ergenlerin %17,5' inin depresyon kesim puanının üstünde olduğu ve bunların çoğunluğunun kız olduğu saptanmıştır. Düşük notlar, zayıf arkadaşlık ilişkileri ve düşük öz saygı erkeklerde, düşük öz saygı, baba eğitim düzeyinin düşük

olması ve zayıf arkadaşlık ilişkileri kızlarda depresyonu yordayan faktörler olarak tespit edilmiştir.

Çocuk ve ergen psikiyatrisi polikliniğine başvuran hastalarda belirti ve tanı dağılımını araştıran bir çalışmada en sık verilen tanı depresyondur. 763 ergenin katıldığı araştırmada depresyon tanısı alanların sayısı 111 ve yaklaşık olarak % 7'dir (Aktepe ve diğ., 2010).

Ergenlik döneminde görülen psiko-sosyal sorunlar ve depresyonu inceleyen 1342 ergenle yapılan bir araştırmada ergenlerin % 72,1' sinin hafif düzeyde, %7,2'sinin ağır düzeyde depresyon yaşadığı ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada depresyonun kızlarda erkeklere göre daha fazla görüldüğü saptanmıştır. Buna göre kızlarda ağır depresyon oranı %9,6, erkeklerde % 5,4 olarak saptanmıştır (Ertem ve Yazıcı, 2006).

2.3.2.Anksiyete (Kaygı)

Anksiyete korkulara benzer olmakla beraber gelecekte kötü bir şey olacaktı gibi bir his oluşturur ve bu şekilde dile getirilir. Anksiyetenin özellikleri arasında nahoş ve keder veren duygulanım, gelecekte endişeli beklenti, bedensel gerginlik, ruhsal tedirginlik ve panik sayılabilir (Köknel, 2004).

Kaygı tehdit edilen, meydan okunan bir ortamda bireyin kendisini yetersiz görmesidir. Birey yaşamak zorunda kaldığı bu durum süresince kendisinde var olmayan özelliklerine yoğunlaşır sadece yetersizliklerini görür ve bu durumun getireceği gerçekleşmesini istemediği sonuçlara odaklanır (Sarason, 1975, Akt.; Erkan, 2002).

Ergenlerde meydana gelen yoğun kaygının esas nedenleri arasında ergenin yeteneklerine olan inançsızlığı ve kendine olan güvensizliği vardır. Bunun temelinde ise aileden gelen yetiştirilme tarzındaki reddetme, otorite kurma, umursamama, utandırma eğilimleridir (Erkan, 2002).

Spilnberger (1972) anksiyeteyi sürekli (kronik) ve durumluk (akut) anksiyete olarak ikiye ayırarak incelemiştir. Akut anksiyete, bireyin o anda içinde olduğu durum ve ortamı tehlikeli algılamak ve yorumlamaktan kaynaklıdır. Şartlar ortadan kalktığında belirtilerin görülme

yoğunluğu da değişmektedir. Kronik anksiyete, kişilik yapısından kaynaklanır kişiliğin kaygıya yatkın olması sürekli anksiyete düzeyini etkiler (Akt.; Köknel, 2004).

Anksiyetede bireyin kişisel alanına yönelik tehlike algısı söz konusudur. Yani bireyin kendisi, ailesi, maddi varlığı ve statüsüyle alakalı riskli durumların olacağı düşüncesini taşımaktadır. Her an olumsuz bir durumun yaşanabileceği beklentisi hakimdir bu durumdaki pek çok birey psikolojik zarar görmenin korkusunu taşır (Beck, 2015).

Beck, Emery ve Greenberg (1985), anksiyetede korkunun etkisini değerlendirmişlerdir. Buna göre birey dünyanın tehlikeli bir yer olduğu, insanların kendisine zarar verebileceği, her an felaketlerin olabileceği korkusunu aşırı bir şekilde abartarak düşünür. Saldırıya uğramak gibi oluşacak kötü durumlarla başa çıkamayacağını öngörür (Akt.; Sharf, 2014).

Anksiyete bozukluklarının yaygınlığı ülkemizde % 7-8 arasındadır bir yılda oluşan yeni vakaların oranı ise % 2-4 arasında değişmektedir (Köknel, 2014).

Çocuk ve ergen psikiyatrisi polikliniğine başvuran hastalarda belirti ve tanı dağılımını araştıran bir çalışmada en sık verilen ikinci tanı anksiyete bozukluklarıdır. 763 ergenin katıldığı çalışmada anksiyete bozukluğu yaşayanların sayısı 42 ve yaklaşık % 5,5'tir (Aktepe ve diğ., 2010).

Erkan (2002), yaptığı sosyal anksiyete düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin yaptığı çalışmaya göre sosyal anksiyete düzeyi yüksek ergenlerin aileleri, sosyal anksiyete düzeyi düşük olan ergenlerin ailelerine göre daha fazla otoriter-baskıcı ve koruyucu aile tutumları göstermektedirler.

2.3.3.Fobiler

Fobilerin temel özelliği kaygılarda oluşan belirsiz korku durumlarından farklı olarak korku nesnesinin veya durumunun belli olmasıdır. Yani birey bir kişi, hayvan, olgu ya da olaya yönelik kaygı yaşar ve kaygı yaşanan durum meydana gelmedikçe bireyde şikayetler görülmez. Fobilerde birey korkunun anlamsızlığının ve yersizliğinin farkındadır fakat korkusu konusunda kontrol sahibi olamaz (Köknel, 2004).

Fobilerde fiziksel veya psikolojik zarar görme beklentisi tahmin edilebilen durumları kapsar. Birey bu durumlardan kendini koruyabildiği sürece tehlike altında olduğunu düşünmez. Fobinin geliştiği durumu yaşamak zorunda kalırsa anksiyete belirtileri gösterir. Bireyin bazı özel durumlara karşı geliştirdiği korkular yani fobik durum, o durumlara atfettiği abartılı olumsuz düşüncelerden ileri gelir. Örneğin yükseklik korkusu yaşayan biri çok yüksek bir binadaysa bulunduğu yerin sallandığı veya pencereden düştüğü imgesini canlandırarak panik yaşar (Beck, 2015).

Fobiler kadınlarda erkeklerden üç kat fazla görülür. Fobiler panik bozukluk, agorafobi, sosyal fobi ve özgül fobi olarak sınıflandırılabilir. Agorafobi açık alanlarda ve meydanlarda durmaktan kaynaklanan aşırı korkudur. Sosyal fobi, toplumsal ortamlarda, insanlarla iletişim ve ilişki kurmada yaşanan aşırı kaygı durumudur. Sosyal fobisi olanlar kendilerini iletişim konusunda yetersiz, beceriksiz görürler ve biriyle iletişime geçeceği zaman yanlış şeyler söylemekten, olumsuz bir davranışta bulunmaktan abartılı şekilde korkarlar. Özgül fobiler genel durumlardan bağımsız bir şekilde belli durum, olay ve nesnelere alakalı oluşur. Fobinin oluşmasına neden olan durum veya kişi ya da nesne olmadığı sürece fobiye dönük belirtiler görülmez. Ülkemizde fobilerin yaygınlığı Türkiye Ruh Sağlığı Profili araştırmasına göre % 5.5'tir (Köknel, 2014).

2005'te 486 ergenle yapılan bir çalışmada sosyal fobi yaygınlığı % 14,4 olarak bulunmuştur. Bu çalışmaya göre sosyal fobi ile depresyonun birlikte görülme olasılığı anlamlı bir şekilde yüksektir. Erkek ve kızlar arasında sosyal fobinin yaygınlığı açısından anlamlı bir sonuç elde edilmemiştir. Ancak ergenlik dönemi içerisinde yaş küçüldükçe sosyal fobi görülme oranının arttığı saptanmıştır (Bayramkaya ve diğ.).

Çocuk ve ergen psikiyatrisi polikliniğine başvuran hastalarda belirti ve tanı dağılımını araştıran 763 kişinin katıldığı bir çalışmada depresyon ve anksiyete bozukluğu tanısı en fazla görülen tanılardır. Bu tanılarla birlikte sosyal fobisi olan ergen sayısı 28 ve yaklaşık % 3,6'dır. birden fazla tanısı olanların oranı %25'tir. Cinsiyete göre tanı dağılımı değerlendirildiğinde DEHB ve kekemeliğin erkeklerde, depresyon ve ilişki sorunlarının kızlarda yaygın olduğu saptanmıştır (Aktepe ve diğ., 2010).

2.3.4. Obsesyonlar ve Kompulsiyonlar

Obsesif- kompulsif bozukluklar çocukluk döneminde başlayabilen ve bir hayli ağır belirtiler gösterebilen bir bozukluktur. Bireyin hayatında yineleyen ve yaşantısını belirgin biçimde sıkıntıya sokan durumlardan oluşur. Günümüzde bu bozukluğun çocukluk ve erişkinlikte benzer şikayetlerle ortaya çıktığı saptanmıştır ve bu bozukluğun belirtilerini taşıyanların yarısından fazlasının çocukluk ve ergenlik dönemi başlangıçlı olduğu belirtilmiştir. Başlangıç yaşı ortalama 7-12 olarak bildirilmekle birlikte bu dönemde erkeklerde daha fazla görülürken, kızlar ve erkekler arasında ergenlik döneminde bir fark saptanmamıştır (Öner ve Aysev, 2001).

Obsesif- kompulsif bozukluklar birey tarafından gereksizliği, anlamsızlığı kabul edilen ancak bireyin başa çıkamadığı zorlu saplantılı ve takıntılı düşünce ve davranışlardır. Obsesyonlar ısrarla oluşan ve bireyin benliğine uzak düşüncelerdir. Kompulsiyonlar ısrarla oluşan bu düşüncelerin duygu yükünü boşaltmak, onlarla başa çıkabilmek için yapılan istemsiz davranışlardır. Obsesyon ve kompulsiyonların kendi başlarına bir anlamı yoktur aksine gelecekte yaşanması beklenen ve aşırı kaygı duyulan bir olayı, olguyu, durumu ortadan kaldırmaya yönelik olarak meydana gelirler (Köknel, 2014).

Obsesyonların içeriğinde genellikle bireyin güvenliği için gerekli olan bir işi yapip yapmadığıyla ilgili şüpheler vardır. Bu durum anksiyeteden farklı olarak bireyin yapmak zorunda olduğu ve olmadığı işlerle alakalıdır. Örneğin evden çıkarken ocağın altını kapatıp kapatmadığı veya ütüyü fişte unutup unutmadığıyla ilgili şüpheler taşır (Beck, 2015).

Obsesif düşüncelere sahip olan insanlar yani sürekli bazı şeyler için endişeli olanlar, diğer bireylerin kendileri için bir problem algılamadıkları durumlardan emin olamazlar ve kesin bir

güven içinde olmak isterler. Arabanın kapısını kilitleyip kilitlemediğini yaklaşık yirmi kere kontrol etmek buna örnek olarak verilebilir (Sharf, 2014).

Kompulsiyonlar ise bireyin obsesyonlarından kurtulma çabasını bazı davranışlarla göstermesidir. Örneğin aşırı el yıkama davranışı bireyin vücudunda olduğunu düşündüğü kirlerden kurtulma çabasıdır. Vücudundaki bu kiri katlanılmaz bir koku ya da kurtulamadığı tehlikeli bir durum olarak algılamaktadır (Beck, 2015).

2010 yılında Mersin’ de yapılan bir çalışmada, OKB oranı erkek/kız olarak bakıldığında 1,3/1 olarak elde edilmiştir. Katılımcıların % 70,2’sinin ilkokul ve ortaokuldan, % 19,1’ inin lise öğrencisi olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada vaka annelerinin % 28,4’ünde ruhsal bir bozukluk olduğu tespit edilmiştir. Bunun dışında annelerin % 9,1’ inde mükemmeliyetçilik, ayrıntıcılık, kuralcılık, her şeyi programlayarak yapmak gibi obsesif- kompulsif eğilimler gözlemlenmiştir (Kütük, 2010).

2.4.YAPILAN ÇALIŞMALAR

Bu kısımda ergenlik döneminde görülen içselleştirme ve dışsallaştırma problemleri konulu bilimsel çalışmalar ele alınacaktır.

2.4.1.Ergenlik Döneminde İçselleştirme ve Dışsallaştırma Problemleri İle İlgili Çalışmalar

Ülkemizde yapılan bir çalışmada duygusal problemler; kendini yalnız hissetme, kendini kötü hissetme, gergin ve sinirli olma, uyku problemleri, baş ve mide ağrıları olarak ön plana çıkmaktadır. Duygusal problemlerin ergenlerde görülme sıklığı değerlendirildiğinde, ergenlerin %40’ı çoğu zaman uyku problemi yaşarken, %45’i çoğu zaman baş ağrısı çekmekte ve %29.2’si çoğu zaman mide ağrısı çekmektedir. Ergenlerin yarısı (%50.4) çoğu zaman kendisini sinirli hissederken, kendisini çoğu zaman gergin hissedenlerin oranı ise %44.6’dır. Ergenlerin büyük bir çoğunluğu (%77.7) arkadaşlık kurmada herhangi bir zorluk yaşamamaktadır. Bu çalışmaya göre duygusal problemlerin yaşanma yoğunluğu kızlarda erkeklerden daha fazladır (Aysan ve diğ., 2005).

1991 yılında, 11-12 yaş aralığında, 1167 işçi ve 1055 öğrenci ile yapılan bir çalışmada sigara, alkol, madde kullanımı ile benlik imajı, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişkiye

bakılmıştır. Buna göre, katılımcıların % 17'si sigara, % 6,7'si alkol, % 2,9'unun diğer uyuşturucu maddeleri kullandığı ortaya çıkmıştır (Özbay, Göka, Aktaş, Öztürk, Şahin, Güngör ve diğ., 1991).

Dokuz ilde yapılan ilk ve ortaöğretim öğrencilerinde tütün, alkol ve madde kullanım yaygınlığını araştıran bir çalışmada; ilköğretim öğrencileri arasında yaşam boyunca en az bir kez tütün kullananların oranı %16.1, alkol kullananların oranı % 15.4, uçucu ve uyuşturucu maddeler için % 1.7'dir. Ortaöğretim için bu oranlar sırasıyla tütün % 55.9, alkol % 45 ve % esrar % 4, uçucu maddeler % 5.1, eroin ve ekstazi kullanımı % 2.5'tir. madde kullanım yaygınlığı erkekler arasında daha fazladır ve özel okullarda risk devlet okullarından fazladır (Ögel, Sır, Tamar, Tot, Doğan, Uğuz ve diğ., 2004).

Akdemir ve Çuhadaroğlu' nun (2008), çocuk ve ergen psikiyatri bölümüne başvuran ergenlerin klinik özelliklerini araştırdıkları çalışmalarında ergenlerde en fazla konulan duygu ve davranış tanıları sırasıyla; yıkıcı davranım bozuklukları, anksiyete bozuklukları ve duygu durum bozukluklarıdır.

Blum ve diğ., (2000) tarafından, 10803 ergenlerin sigara, alkol, intihara teşebbüs, şiddet ve erken cinsel ilişki gibi problemleri ile etnik köken, gelir düzeyi ve aile yapısı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yapılmıştır. Buna göre beyaz ergenlerin siyah ve İspanyol ergenlere göre daha fazla sigara ve alkol kullandıkları saptanmıştır. ancak siyah ve İspanyol ergenlerin de beyaz ergenlere göre daha fazla şiddet yönelimi gösterdikleri ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada sigara ve alkol kullanımının ekonomik düzeyi düşük aile fertlerinde daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Akt.; Arslan, 2012).

Erkan (2002), yaptığı sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin yaptığı çalışmaya göre sosyal kaygı düzeyi yüksek ergenlerin aileleri, sosyal kaygı düzeyi düşük olan ergenlerin ailelerine göre daha fazla otoriter-baskıcı ve koruyucu aile tutumları göstermektedirler.

Kurum deneyimi olan ve olmayan ebeveynlerin ergenlik döneminde olan çocuklarının davranış ve duygusal problemler gösterme bakımından karşılaştırıldığı bir çalışmada içe yönelim problemleri açısından bir farklılık saptanmamıştır. Ancak dışa yönelim sorunları açısından kurum

deneyimi olan ebeveynlerin ergenlik döneminde olan çocuklarında marjinal düzeyde farklılıklar saptanmıştır (Üstün, 2008).

Aile ilişkileri, aile tutumları ve kendilik değeri ile davranış problemleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya göre, benlik saygısının düşük olması ergenlerde, içe yönelim ve dışa yönelim problemlerinde açıklayıcı olmuştur. Aile içerisinde rol dağılımında karışıklık olması, gerekli duygusal tepkilerin eksikliği ve genel işlevlerde aksamaların olması ile ergenlerde görülen problemler arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Baskıcı otoriter aile tutumları dışa yönelim problemlerinde etkili olarak belirtilmiştir (Bahçıvan- Saydam ve Gençöz, 2005).

Cairns ve diğ., (1989) saldırgan davranışlar sergileyen 800 çocuk ve ergenle intihar davranışlarını araştırdıkları çalışmalarında, çocuk ve ergenlerin %13.2'sinde intihar girişimi davranışının görüldüğü saptanmıştır. Ergenlerin çocuklardan daha yüksek oranda intihar eğilimi gösterdikleri bu oranın 14-18 yaş arasında yoğunlaştığı ortaya çıkmıştır(Akt.; Savi, 2008).

Aile ilişkileri, çocuk yetiştirme tutumu ve kendilik değerinin ergenler tarafından belirtilen davranış problemleri ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada, benlik saygısının düşük olmasının ergenlerde toplam problem, içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin artışında etkili ve açıklayıcı olduğu belirlenmiştir. Aile içinde, genel işlevlerde, duygusal tepki vermede, rol dağılımında ortaya çıkan problemlerin, ergenlerde görülen davranış problemleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Baskıcı-otoriter aile tutumlarının davranış problemleriyle ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır (Saydam ve Gençöz, 2005).

Tanrıverdi ve diğ., (2011) 446 ortaöğretim öğrencisinin yeme tutumları, yeme davranışları ve benlik saygısını araştırdıkları bir çalışmada, öğrencilerin % 69.5' i gün içinde öğün atladıklarını ve en fazla atladıkları öğünün kahvaltı olduğu ifade etmişlerdir. % 81.4'lük bir oran fast food tarzı yiyecekler tükettiklerini belirtmişlerdir. Çalışma sonucunda kahvaltı, öğlen ve akşam yemeklerini düzenli bir şekilde yeme alışkanlığının oldukça düşük olduğu, ders çalışırken veya televizyon izlerken çok fazla abur cubur tüketildiği saptanmıştır.

Moore ve diğ., (1997) 570 ergenle ergenlikte görülen davranış problemlerini belirlemeye yönelik yaptıkları araştırma sonucunda belirlenen on başlık şöyledir: sigara içme, alkol kullanma,

araba kullanma, uyuşturucu kullanma, suç işleme, sporda riskli davranışlar, anti-sosyal davranışlar, isyankarlık, okulla ilgili problemler ve cinsel problemler (Akt.; Yılmaz, 2000).

İstanbul'da onuncu sınıf öğrencileri arasında tütün, alkol ve madde kullanım yaygınlığının araştırıldığı bir çalışmada; yaşam boyu en az bir kez tütün kullanımı % 37, alkol kullanımı %51.2, uçucu madde kullanımı % 5.9, esrar %5.8, flunitrazepam % 4.4, benzodiazepin %3.7, ekstazi % 3.1, eroin % 1.6 olarak bulunmuştur. Madde kullanımının benzodiazepin hariç diğer tüm maddelerde erkeklerde kızlara göre daha fazla kullanıldığı ortaya çıkmıştır (Ögel ve diğ., 2006).

2.5. KARAKTER GÜÇLERİ VE ERDEMLİ OLUŞ

Son zamanlarda psikologlar araştırma konularını tarihsel olarak değerlendirdiğinde yönlerini araştırmacılar tarafından dikkate alınmayan pozitif başlıklara çevirmişlerdir. Anlama, davranma ve psikolojik bozuklukları engelleme konularında denenmemiş adımlar atılmaktadır (Biswar ve Diener, 2006; Steen, Kachorek ve Peterson, 2003).

Psikologlar yeni araştırmalar için yönlerini ahlak, erken toparlanma, iyi oluş gibi pozitif fenomenlere çevirmişlerdir. Bu depresyon, kaygı gibi psikolojik problemlerin anlaşılması ve tedavisi üzerine yoğunlaşan geleneksel bakış açısından ayrıdır. (Cassel, 2001; Akt., Biswar ve Diener, 2006).

Pozitif psikoloji çalışmaları yaklaşık olarak son yirmi yıldır ortaya çıkmış genç bir yaklaşım olmasıyla birlikte oldukça etkili olmuş ve dikkat çekmiştir. Pozitif psikoloji öznel düzeyde pozitif deneyimler, iyi oluş, yaşam coşkusu, mutluluk, iyilik, umut gibi güçler bireyler bazında ise karakterli olmaya yönelten sorumluluk alma, ahlaklı olma, diğergamlık, hoşgörülü olma, uyumlu olma gibi yeterlilikler üzerinde durur.

Bireylerin yeterliliğine dönük yaklaşımlar psikolojik danışmanlık ve psikoloji alanında oldukça dikkat çekmeye başlanmıştır. Yetersizlikleri vurgulayan ve ön plana çıkaran problem odaklı yaklaşımlar yerine yeterlilikleri ön plana çıkaran pozitif danışmanlık yaklaşımları daha fazla ilgi çekmektedir. Yeterlilik odaklı danışmanlık ruh sağlığı çalışanları için önemli bir bakış

açısı değişikliği yaratmıştır. Bu yaklaşım bireyin problemleriyle başa çıkmada hangi güçlerini kullandığına ve yeterliliklerinin neler olduğuna yöneliktir (Smith, 2006; Akt.; Kabakçı, 2013).

Sorun çözme odaklı yaklaşımlar genç bireylerin yeterince sağlıklı, mutlu ve tatminkar bir şekilde gelişmelerini sağlayamaz. Yeterlilik temelli yaklaşımlarda ise bu durum farklıdır. Bu yaklaşımlarda genç bireylerin sorunlarını çözmeleriyle birlikte daha mutlu, sağlıklı ve tatminkar bir yaşantıya sahip olmaları temel hedef noktasıdır (Park ve Peterson, 2008a; Akt., Kabakçı, 2013).

Yeterlilik, bireyin yaşamla başa çıkmasını sağlayan kendisi ve çevresi için daha tatmin edici biçimde yaşamasını sağlayan özelliklerdir. Bu özellikler kültürden kültüre değişebilir, durağan değil dinamiktir. Öğrenilebilir ve öğretilir. Kültürel ve kavramsal bir yanı vardır yaşam boyu sürme eğilimindedir. Yeterlilikler kalıtım, çevre ve ikisinin etkileşiminden meydana gelir (Smith, 2006; Akt.; Kabakçı, 2013).

Pozitif psikoloji çalışmaları içinde karakter güçleri ve erdemli oluş yeterlilik temelli bir yaklaşım olarak önemli görülmekte ve ele alınmaktadır (Biswar ve Diener, 2006). Karakter güçlerinin kapsamlı çalışmaları psikoloji araştırmaları için yeni bir girişimdir. Güçler ile ilgili çalışmaların henüz en başında olduğu söylenebilir, günümüzdeki çalışmaların hipotezleri keşif niteliğindedir. Son yıllarda pozitif psikolojinin perspektifleri rehberliğinde karakter güçlerinin önemini ölçmeye çalışan ve onların nasıl ölçüleceğiyle ilgilenen projeler yürütülmektedir. Bunlara arasında ön planda olan VIA karakter güçleri sınıflandırması, insanlar ve karakter güçleri hakkında en iyiye yoğunlaşmıştır. Proje ilk olarak iyi karakter bileşenleri tanımlamıştır. Bu konu araştırmacıların ilgisini artarak çekmektedir. Umut, iyimserlik, üretkenlik, zindelik bireysel güçler olarak son yıllarda araştırılmaktadır. Ancak pozitif psikoloji karakter güçlerinin tanımlayıcı, anahtar karakteristikleri paylaşan bir vücut olarak anlaşılabilmesine ve daha geniş bir taslağın parçası olarak birbirleriyle ilişkili oldukları bir perspektif sunmuştur (Park, 2009; Linley, Maltby, Wood, Joseph, Harrington ve diğ., 2007).

Yeterlilik temelli olan karakter güçleri sınıflaması, sorun çözme yaklaşımındansa koruyucu ve önleyici yaklaşımı benimser ve önerir. Bu haliyle karakter güçleri genç bireylerin gelişimi için yaygın olarak kabul görmektedir (Kabakçı, 2013). Karakter bir bireyin düşüncelerinde, davranışlarında ve duygularında açıkça görülen pozitif özelliklerden oluşan bir

bütündür. Karakter psikolojik ve sosyal iyi oluşun merkezindedir. Karakter insan hayatında önemli bir yer tutar ve iyi bir karakterde aile bireylerinin birbirleriyle ve sosyal çevreleriyle olumlu ilişkiler kuruyor olması beklenir. Karakter bireyin yaşantısında sadece problemlerin, patolojilerin var olmaması değil aynı zamanda olumlu özelliklerin sergilenmesi anlamını taşır ve iyi bir karakter olmaksızın birey doğruyu yapma arzusuna sahip olmaz. Karakter iyi bir yaşam için önemli olan, tarih boyunca ve kültürler arasında görülmüş pozitif özelliklerin tümüdür. (Park, 2009; Park ve Peterson, 2008a).

Karakter güçleri; düşüncelere, duygulara ve davranışlara yansıyan pozitif özellikler olarak tanımlanabilir. Karakter güçleri; erdemleri tanımlayan psikolojik süreçler ya da mekanizmalardır. Karakter güçleri ahlaki değerler üzerinde yer edinen kişilik özelliklerinin alt kümesidir. Aynı zamanda ahlaki değerleri içerir. Örneğin içe dönüklük veya dışa dönüklük ahlaki yükü olmayan özelliklerdir ancak iyilik veya merhamet gibi karakter güçleri arasında olan özellikler ahlaki yüke sahip özelliklerdir (Park ve Peterson, 2008a). Karakter güçleri, tutum ve davranışlar olarak gözlemlenip ölçülebileceğinden karakterin somut olarak tanımlanması ve sınıflandırılması şeklinde ifade edilebilir (Kabakçı, 2013).

Karakter güçlerinin birçoğu bir arada görülebilirler. Burada önemli olan güçlerin kullanımındaki dengeliliktir. Bunun meydana gelmesini sağlamak amacıyla birbiriyle ilişkili güçlerin gelişmesi sağlanabilir. Herhangi bir gücünü geliştirmeye odaklı bir birey diğer güçlerinin de farkına varabilir ve onlara da yönelebilir bu aynı zamanda güçlerin gelişimini pekiştirecektir (Kabakçı, 2013).

Karakter güçlerinin bazı özellikleri vardır. Bunlar şu şekilde ele alınabilir (Park, Peterson ve Seligman, 2004; Park ve Peterson, 2008a):

- Pozitif özellikler olarak ortadadırlar sadece olumlu özellikler gösterir.
- Bireylerde farklı oranlarda var olurlar, herkeste farklı derecelerde görülürler.
- Bireylerde çoğul olarak bulunurlar. Çünkü iyi bir karakterin özelliği çoğul olarak olumlu özellikleri içermesinden gelir.
- Ölçülebilir ve deneysel olmaları karakter güçlerinin en önemli özelliği olarak ele alınabilir.

- Karakter güçleri davranışlar üzerinde etkilidir ancak ayrı bir mekanizma olarak çalışmaz. Savunulabilir bir yaşantıda erdemi tercih eden dürüst aktivitelerdir.
- Karakter güçleri yetenekler gibi bireysel farklılıklara dayanarak ayırt edilebilirler.

Farklı toplumlarda yapılan bir çalışmada bireyler 24 karakter gücünün varlığını, önemini ve bunların yaşanılabilir bir toplum için ihtiyaç olduğunu beyan etmişlerdir. VIA sınıflaması kültürel farklılıklara rağmen hem gençler hem de yetişkinler içerisinde onay görmüştür. Erdem sağlıklı bireyler ve toplumsal işleyiş için önemlidir ve VIA sınıflaması bunu sağlamak açısından umut vaat etmektedir (Biswar ve Diener, 2006).

Karakter güçleri ve erdemli oluş sınıflaması pozitif psikoloji akımının temel felsefesinde olduğu gibi DSM ve ICD gibi psikolojik rahatsızlık sınıflamalarına alternatif olarak psikolojik sağlamlığa yönelik oluşturulmuş detaylı ve sistematik bir sınıflamadır. İnsanlarda iyi ve doğru olan özelliklerin tümüne odaklanmak ve bunlardan temel almak koşuluyla çalışmaktadır.

Karakter güçleri sınıflaması 6 geniş erdem boyutu altında 24 karakter gücünün tanımlanması ve açıklanması ile oluşturulmuştur. Bu sınıflama öncelikle karakterde gözlenebilen olumlu özelliklerin hepsini ele almıştır. Önceki çalışmalarda tek bir özellik değerlendirilirken bu yaklaşım tüm özellikleri güçler adı altında ölçmeyi amaçlamıştır. Bireylerde bu özelliklerin farklı derecelerde bulunabileceğini belirtmiştir. Bunun farklı oranlarda ölçülebilmesine imkan tanımıştır. Bu güçler çok geniş kapsamlı çalışmalar neticesinde oluşturulmuş ve belli kültürlerde sınırlı kalan özellikler sınıflama dışında bırakılmıştır (Park ve Peterson, 2006a).

Yapılan çalışmalara göre karakter güçleri bireyde ne kadar yoğun görülüyorsa yaşam doyumu o kadar yüksektir. Yine de bazı güçlerin yaşam doyumu konusunda diğerlerinden daha fazla tatmin edici olduğu saptanmaktadır. Buna göre yaşam coşkusu, karakter güçleri içerisinde yaşam doyumuyla en yüksek ilişkiye sahiptir. Umut, şükür, merak, sevgi ise diğer karakter güçlerinden daha yüksek düzeyde yaşam doyumuyla ilişkili olarak belirtilmiştir. Yaşam doyumu ile en düşük ilişki gösteren güç ise alçakgönüllülüktür (Park, Peterson ve Seligman, 2004).

Karakter güçlerinin psikopatolojideki etkileriyle ilgili çalışmalara bakıldığında yaşam coşkusu, umut ve liderlik güçlerinin içselleştirilmiş bozukluklar dediğimiz depresyon ve anksiyete bozukluklarıyla; yine sebat, dürüstlük, sağduyu ve sevgi güçlerinin ise saldırganlık gibi dışsallaştırılmış bozukluklarla düşük bir ilişki gösterdiği belirtilmiştir (Park, 2009).

2.5.1.Karakter Güçlerinin Sınıflandırılması

VIA erdemli eylemler sınıflaması 24 karakter gücünü geniş bir şekilde tanımlar ve 6 geniş erdem boyutu altında organize eder ve bu karakter güçlerini kültürlerarası değerlendirir. Sözü edilen 6 erdem boyutu; bilgelik, cesaret, insanlık, adalet, mizah ve aşkınlıktır (Biswar, Diener, 2006; Park, 2009; Park, Peterson, 2008a). Burada vurgulanması gereken iki önemli nokta VIA'nın karakteri tanımlarken bir bütün olarak değerlendirse bile güçleri tek tek ele alması ve bireysel farklılıklara rağmen tüm güçlerin var olduğu olgusuyla yaklaşmasıdır ki buna göre karakter bir güçler ailesidir. Diğer önemli nokta ise ahlaki değerleri vurgulayan felsefe geleneğinden besleniyor olmakla birlikte çok açık bir biçimde davranışlar, duygular ve düşünceleri ölçerek karakteri ortaya koymasıyla geçmiş çalışmalardan ayrılmaktadır (Park ve Peterson, 2006b).

VIA'yı oluşturmak üzere her yerde sık rastlanan erdemleri tanıma aşamasında 200'ü aşkın dini ve felsefik metin gözden geçirilmiştir. Sınıflandırmada birçok toplum ve topluluktan kaynak materyaller kullanılmıştır. Bu süreç sonunda tanımlanan 24 gücün evrensel temel güçleri yansıttığına inanılır (Peterson ve Seligman, 2004).

Bu sınıflandırma karakterin çok boyutlu yapısını ortaya koymak için bir set halinde iyi özellikleri karakter güçleri olarak isimlendirerek açıklar. Karakter güçleri pozitif gençlik gelişiminin temelindedir. İyi karakter çoğuldur, bireyin düşünce, duygu ve davranışlarında bulunan pozitif özelliklerin bir bütünüdür. Araştırma bulguları karakter güçlerinin akademik başarı, yaşam memnuniyeti, genç ve çocukların iyi oluşuyla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Park, 2009).

VIA'nın belirttiği 24 karakter gücü ve 6 erdem boyutu aşağıda açıklanmıştır (Kabakçı, 2013; Park, Peterson ve Seligman, 2004; 2013; Peterson ve Park, 2009; Peterson, Park ve Seligman, 2006;).

Tablo 1. Karakter Güçleri ve Erdemli Oluş Boyutları

-
- 1. Bilgelik**
 - Özgünlük
 - Merak
 - Öğrenmeye Açık Oluş
 - Açık Fikirlilik
 - Çok Yönlü Bakış Açısı
 - 2. Cesaret**
 - Dürüstlük
 - Cesur Olma
 - Sebatkarlık
 - Yaşam Coşkusu
 - 3. İnsanlık**
 - İyi Yüreklilik
 - Sevme Sevilme
 - Sosyal Zeka
 - 4. Adillik**
 - Hakkaniyet
 - Liderlik
 - Sorumluluk
 - 5. Ölçülülük**
 - Affedicilik
 - Alçakgönüllülük
 - Tedbirlilik
 - Özdenetim
 - 6. Aşkınlık**
 - Estetik ve Mükemmelliğin Takdiri
 - Şükür
 - Umut
 - Mizah
 - Maneviyat
-

Tablo 1’ de Karakter Güçleri sınıflaması gösterilmektedir. Buna göre altı erdem boyutu altında yirmi dört karakter gücü listelenmektedir.

1.Bilgelik (Wisdom and Knowledge): Burada bilginin kullanımı ve kazanımları kapsayan bilişsel güçler ele alınmaktadır. Karakter güçleri sınıflamasından özgünlük, merak, öğrenmeye açık oluş, açık fikirlilik, çok yönlü bakış açısı güçlerini kapsar. Burada ele alınan bilgi ve bilgelikte salt akademik başarı veya genel zeka durumu değildir. Bireyin elde ettiği bilgilerden ziyade bu bilgileri aktarıp aktarmadığıyla ilgilidir.

Özgünlük, pratik zeka ve orjinallik (Creativity, ingenuity, and originality): Yeni ve orijinal şeyler düşünme ve bir şeyler yapabilmek için farklı yollar arayışta kasteder. Sorunların çözümünde bu orijinalliğin kullanılmasını bekler. Sanata da vurgu yapar ancak bireyin fark edilecek kadar şaşırtıcı üretimler gerçekleştirmesi beklenir. Bu yeterlilik alanı bireysel farklılıkların oldukça fazla olduğu bir alandır. Bazı bireyler için alışılmadık, orijinal fikirler yaşantısında ender olarak görülürken, örneğin yazarlar, şairler, müzisyenler bu konuda oldukça fazla fikir ortaya koyabilirler.

Merak (Curiosity): Süregelen olayların tümünde ilgili olma, farklı ve ilginç şeyler bulmaya çalışma, sıra dışılığı aramak, sürekli deneyim yaşamaya ilgi duymak, etkileyici bütün konularla ilgilenmek, keşfetmek ve icat etmek değerlendirilebilir. Bunun bireyin yaşantısındaki karşılığı kişiden kişiye farklılık göstermekle beraber temelde ilgi ekici ve farklı olana ilgi duymak ve farkında olmakla yaşamını buna göre düzenlemek şeklinde açıklanabilir.

Öğrenmeye açık oluş (Love of learning): yeni konuları, becerileri ve bilgileri merak duygusuyla da ilişkili olarak öğrenme isteği denebilir. Burada kişinin bilgilerine sistematik olarak yenilerini eklemeye meyilli olması. Yeni beceriler ve konularda kendini geliştirme ve bilginin kazanımını içerir. Bu özelliğe sahip bireyler yeni bilgi ve beceriler edinmeye istekli, var olan bilgi ve beceri düzeylerini arttırmaya eğilimlidirler ve bunu yapmaktan mutluluk duyarlar.

Muhakeme, eleştirel düşünme ve açık fikirlilik (Judgment, critical thinking, and open-mindedness): Bir durumu tüm yönleriyle düşünüp incelemek ve hemen sonuca varmamak anlamındadır. Veriler ışığında birinin fikirlerini etkileyebilme, olayları tüm yönleriyle objektif bir biçimde ele alma ve değerlendirmedir. Bir şeyleri ele alırken etraflıca değerlendirme yapmayı ve tüm yönleriyle analiz etmeyi içerir.

Çok yönlü bakış açısı (Perspective): Dünyaya farklı pencerelerden bakabilmek ve insanlara mantıklı seçenekler sunabilme, bilgece öğütler verebilmeyi içerir. Bu ancak bilgi ve yaşantılar sonucu oluşan bir durumdur ancak bunlardan daha fazlasını barındırır. Sosyal bağlamda işlerliği olan bu özellikte bireyin kendi sınırlarının ve yeterliliklerinin farkında olma, diğerlerini dinleme ve onları önemseme bunun sonucunda onlara akılcı önerilerde bulunma vardır.

2. Cesaret (Courage): Korkuya meydan okumak, zorluk ve acıdan yılmamak, istenilenin tam tersi olsa bile doğruları dile getirmek ve genel kabul görmese veya popülaritesi olmasa da inançla hareket olarak değerlendirilmiştir. İçsel ya da dışsal tüm engeller karşısında hedefi başarma isteğine yönelik duygusal yeterliliklerdir. Cesaret davranışı meydana getiren bütün süreçleri (duygu, biliş, güdü vs) içerir.

Dürüstlük, doğruluk ve gerçeklik (Honesty, authenticity, and genuineness): Kişinin duygularının ve eylemlerinin sorumluluğunu alması, dürüst olması, gerçeği yorum katmadan içtenlikle konuşması ve kendince en doğru yoldan ilerleme olarak açıklanabilir. Burada vurgulanan bireyin kendi olmayı kabul etmesi ve kendine dürüst davranmasının, bazı kazançlar için yalan söylemesinden veya samimi davranmamasından daha önemli olduğudur. Bu özelliğe sahip insanlar popüler olmaksızın kendileri olmayı tercih ederler.

Cesur olma ve mertlik (Bravery and valor): Acılar ve zorluklar karşısında güçlü olma ve meydan okumayı içerir. Tehditlere rağmen geri çekilmeme, korkunç durumlara katlanabilme şeklinde açıklanabilir. Burada sözü edilen sadece fiziksel cesaret değildir, bunu içermekle birlikte her alanda başa çıkmaya cesaret etme olarak değerlendirilebilir.

Çalışkanlık, azim ve sebatkârlık (Industry, diligence, and perseverance): Bireyin başladığı tüm işlerde istikrarlı olması ve azmederek süreci sonlandırması anlamındadır. Bireyin var olan engellere rağmen işini bitirmekle duyacağı memnuniyeti içerir, her türlü engelle başa çıkabilme sabrı ve sükuneti göstererek işini bitirmeye odaklanmaktır. Bu özellikteki bireylerde destekleyici bir diğer güç öz denetim olmalıdır.

Yaşam coşkusu, istek ve enerji (Zest, enthusiasm, and energy): Hayatı eğlenceli bir macera gibi düşünmek ve canlı, aktif, heyecanlı yaşamak. Bireyin bir takım şeyler yaparken yarım yamalak yapmak yerine aktif bir şekilde zevkle yapması anlamına gelir. Bu özelliğe sahip insanlar yaşamın her alanına enerji ve heyecanla yaklaşırlar. Yaşam coşkusu bireylerin tükendiği durumlarda ortaya çıkmasından dolayı oldukça dikkat çekicidir bu özelliğiyle cesaret erdeminin alt boyutu konumundadır.

3. İnsanlık (Humanity): Diğer insanlara yönelmeyi, onlarla arkadaş olmayı, toplumsallaşma ve sosyalleşmeyi içeren kişiler arası erdem boyutudur. Bu özelliğe sahip bireyler diğer insanlara yakın davranmayı ve iyilik yapmayı seven ve bu durumları onaylayan kişilerdir.

İyi yüreklilik ve cömertlik (Kindness and generosity): Karşılıksız sevgi gösterme diğer insanlara el uzatma, yardımda bulunma anlamındadır. Aynı zamanda insanları koruma ve onlara bakmayı içerir. Burada bireyin kendini biricik ve yaşamın merkezinde görmesi yerine herkesi önemsemesi, sadece aile bireyelerine değil herkese yardımcı olması söz konusudur. Bu basit bir biçimde arabada yaşlılara yer vermekten ihtiyacı olan bir akrabaya bir organını vermeye kadar geniş ve çeşitlidir.

Sevme ve sevilme kapasitesi (Capacity to love and be loved): Bu karakter gücü diğer insanlarla olan yakın ilişkilerle ilgilidir ve bu ilişkilere değer vermeyi içerir. Diğer insanlarla paylaşım yapma, yakın olma onlara değer verme ve önemseme anlamında kullanılmaktadır. Bu karakter gücü duygusal ilişki, ebeveyn- çocuk ilişkisi, takım arkadaşları arasındaki ilişkiler, aynı işyerinde çalışanlar arasında olan sevgi ilişkilerinin hepsini kapsar. Sevme- sevilme kapasitesi doğuştandır ancak yaşantıdan edinilen olumlu veya olumsuz deneyimler bu kapasite üzerinde oldukça etkilidir.

Sosyal zekâ (Social intelligence): Duygusal veya kişisel zeka olarak ele alınabilir. Duygusal zeka içsel ya da dışsal duygusal bilgiyi kullanmayı ele alır. Kişisel zeka içsel duygusal süreçlerle ilgili mantık yürütmeyi de içeren kendini tanıma ve değerlendirmeyi içerir. Bireyin diğer insanların ve kendi duygularının ve güdülerinin farkında olması, şeklinde açıklanabilir. Farklı durum ve yaşantılara açık olmak, uyum sağlayabilmek için neler yapılabileceğini ve diğer insanları neyin etkileyeceğini neyin onları harekete geçireceğini bilmek şeklinde değerlendirilebilir.

4. Adillik (Justice): Bu erdem boyutunda sağlıklı toplum düzeninin oluşması için olmazsa olmaz adalet kavramı değerlendirilmektedir. Hayatın insanlar için daha eşit ve adil olması anlamını taşımaktadır. Toplum ve insan arasındaki en uygun yaşam biçimini ele alır.

Hakkaniyet, eşitlik ve adalet (Fairness, equity, and justice): Bütün insanlara adalet kavramın göre davranmak ve diğer insanlar hakkında kişisel duygularla, önyargılı kararlar verilmesine engel olmak anlamında kullanılmıştır. Herkesin adil bir biçimde bir şansı hak ettiğini ifade eder. Bu

karakter gücü önyargısız herkese eşit yaklaşmayı ayırt etmeden benzer şekillerde davranmayı içerir. Kişinin kendisine yapılmasını istemediğini başkasına da yapmaması olarak ele alınabilir. Birine olumsuz davranmanın kendisine olumsuz davranılmasıyla aynı olduğunu düşünmek olarak değerlendirilebilir.

Liderlik (Leadership): Grup içerisindeki ilişkileri organize etmek, bireylerin grup içindeki tutum ve davranışlarını izleyip doğru değerlendirebilmek ve bu nedenle kabul görmek anlamındadır. Bu karakter gücüne sahip bireyler grup üyeleriyle ve grup üyeleri arasında devamlı ve süregelen ilişkiler kurulmasını sağlar. Bu ilişkilerin yürütülmesinde grup üyelerini cesaretlendirir onların moral ve motivasyonlarını yukarı çeker. Burada temel olarak vurgulanması gereken bir grup liderinin iki işlevi vardır. Bunlardan birincisi takım üyelerini yapmaları gereken şeye güdülemek ikincisi üyeler arasında güçlü ve sağlam ilişkiler oluşturmak için çabalamaktır. Liderlik karakter gücüne sahip bireyler baskın kişilikler olarak dikkat çekerler ve ortamda fark edilirler dolayısıyla öncü görevler almaya eğilim gösterirler.

Vatandaşlık, ekip çalışması ve sadakat (Citizenship, teamwork, and loyalty): Ben değil biz duygusuyla kendini bir takımın üyesi gibi hissetme ve sadık bir biçimde bu takım için çalışmak anlamındaki karakter gücüdür. Bu karakter gücüne sahip bireylerde örneğin genel olarak çevre temizliğinden kendini sorumlu tutmak veya ekonomik politikalarla ilgili fikirler taşımak, derneklere üye olmak gibi hem içinde yaşadığı toplumu hem de dünyayı değiştirecek olumlu deneyimler sergilenmesi beklenir. Bu bireylerde sorumluluk duygusu oldukça gelişmiştir, üretkendirler, gruba duydukları sadakat çok önemlidir ve çok iyi bir grup elemanıdır.

5. Ölçülülük (Temperance): Aşırılıklara karşı koruyan karakter güçlerini içeren erdem boyutudur. Bu erdem boyutunda bireylerin iradelerini kontrol edebildikleri, yönetebildikleri ifade edilir. Bireyler aşırı ve uç boyutlardaki yapıp etmelerden uzakta daha dengelidirler. Psikolojik ve zihinsel rahatlamayla ve mutlulukla ilişkilidir.

Affedicilik ve merhamet (Forgiveness and mercy): Hatalı olan yanlış yapan insanları affetme, bağışlama ve ikinci bir şans tanıma anlamını içerir. Bu karakter gücüne sahip bireyler intikamcılık ve kincilik özelliklerinden oldukça uzaktırlar. Olumsuz duygular ve davranışlar yerine olumlu olmayı ve öyle davranmayı tercih ederler. Bu durum bireyleri psikolojik olarak rahatlatır ve mutlu olmalarında rol oynar. Bu bireylerde öfkelenildiğinde başa çıkabilme, uzun süre

kin taşıyamama, kendisini inciten bireyle olumlu ilişkiler geliştirebilmek için çabalama gibi özellikler gözlemlenir.

Tevazu ve alçakgönüllülük (Modesty and humility): Sürekli olarak kendi başarılarından bahsetmemek diğer insanların başarılarını dile getirmesini dinlemek, onlara müsaade etmek ve bireyin başarılarıyla birlikte hatalarını, eksikliklerini de kabul etmesi olarak açıklanabilir. Bireyin kendini diğer insanlardan farklı ve özel görmemesidir. Mütavazilik dışsal alçakgönüllülük ise içseldir. Örneğin kişinin giyimi, kullandığı araba gibi nesnelere mütevaziliği konusunda ipuçları oluşturur. Alçakgönüllülük ise içseldir, bireyin kendini her şeyin merkezi olarak görmesi yerine diğer insanlara yönelmesi ve onları dikkate alması olarak değerlendirilebilir.

İhtiyat, tedbirlik ve sağduyu (Caution, prudence, and discretion): Bu karakter gücünün içeriğinde daha sonra pişman olunacak sözler söylenmemesi ve bu tür davranışlarda bulunulmaması vardır. Bu özellikleri taşıyan bireyler seçimleri konusunda her zaman dikkatli davranmaya çabalarlar. Yersiz bir şekilde risk almamaya çalışırlar. Tedbirli olmak uzun vadeli amaçların gerçekleşmesini kısa vadeli kazançlara tercih ederek en yüksek doyumunu elde etmeyi açıklar. Böyle bireyler gelecek hakkında planlıdırlar, birikim yaparlar, gün içinde oluşan olaylara karşı çoklu bakış açısı geliştirerek en makulünü gerçekleştirmeye eğilimlidirler. Bunların yanında ilgilerini ve isteklerini planlı, çatışmasız, uygulanabilir bir hale getirerek dengeli sonuçlar almaya odaklıdırlar.

Öz-denetim ve öz-düzenleme (Self-control and self-regulation): Öz düzenleme sadece davranış ve tutumları düzenleme değil aynı zamanda bireyin içsel süreçlerinde de kontrollü olmalarını ifade eder. Burada vurgulanan kişinin disiplinli oluşu ve kurallara uygun bir şekilde davranmaya özen göstermesidir. Bireyin özellikle toplumsal değerler ve kuralları önemseyerek, bu kurallar ve değerlerin dışına taşmadan davranış ve duygularını bunlara uyarlaması ön plana çıkmaktadır. Öz düzenleme öz denetimi içeren bir yapıdadır ve tüm yaşam alanlarında kendini gösteren davranış, duygu ve düşünce ve performansları içerir.

6. Aşkınlık (Transcendence): Daha büyük bir evren anlayışı içinde daha büyük varlıklarla ilişki içinde olma ve bunu anlamlandırarak anlam bulma erdem boyutu olarak değerlendirilmiştir. Burada vurgulanan maneviyattır, manevi olana inanç ve bağlılık vardır. Geri kalan tüm erdem boyutları ve karakter güçlerinin aksine bu erdem boyutunda insanlar ve toplumsal yaşamla sınırlı

kalma yoktur, aşkın olana, manevi olarak inanılan büyük bir varlığa inanç ve bununla ilgili yaşamı anlamlandırma söz konusudur.

Estetik ve mükemmelliğin takdiri (Appreciation of beauty and excellence): Burada sözü edilen doğadan sanata, matematikten geri kalan tüm bilim dallarına ve günlük deneyimlere kadar hayatın içindeki tüm alanlarda güzellik, mükemmellik, başarı ve performansın fark edilmesi ve takdir edilmesidir. Bu özelliğe sahip insanlar yaşadıkları her ortamdan bir sinema eseri veya kitap gibi hayranlık potansiyeline sahiptirler. Bunu bulup çıkarırlar ve hayranlık duydukları bu güzellik üzerine uzun süre konuşabilirler. Mükemmelliği ve güzelliği takdir eden insanlar yaşamdan daha fazla eğlence üretirler, sanatsal zevklerinden dolayı yaşamı daha anlamlı hale getirebilirler ve böylelikle diğer insanlarla daha derin bağlar kurabilirler.

Şükür (Gratitude): bu karakter gücünü gösteren bireylerde genel olarak yaşama karşı bir memnuniyet ve şükran duygusu vardır. Bu bireyler yaşantılarında gerçekleşen iyi olayların farkındadırlar ve bunu sürekli bir memnuniyet ve hoşnutlukla dile getirirler. Kişisel ve kişi-ötesi şükür olmak üzere iki türlü şükran ifadesi mevcuttur. Bunlardan ilki hayatta hep yanında olan, işlerini kolaylaştıran, destek aldığı kişilere şükran duymak ikincisi ise verdikleri hatta vermedikleri için ilahi güce, yaradana şükretmektir. Bu güce sahip bireylerde yaşamın büyük bir hediye olduğunu düşünme, diğer insanların varlığıyla hayatının ne kadar kolaylaştığını fark etme, anne ve babasına emeklerinden dolayı minnettar olma hatta olumsuz durumlarda bile şükredecek bir şeyler bulma gibi özellikler söz konusudur.

Umut, iyimserlik ve gelecek yönelimli olma (Hope, optimism, and future-mindedness): Hayattan en iyisinin geleceği yönünde bakış açısına sahip olarak yaşamak, her zaman iyimser olmak ve en iyisinin olabilmesi için çalışmak anlamındaki karakter gücüdür. Bu güce sahip bireylerde iyi bir geleceğin olumlu düşünmeyle paralel gerçekleşebileceğine olan inanç vardır. Bu bireylerin özellikleri arasında gelecekle ilgili zihinsel haritasında hep olumlu yaşantılar, sonu kaybetmeye gidebilecek rekabet ve yarıştan uzak olma, zorluklara rağmen başarılı olacağına dair inanç, her zaman iyiliğin kötülüğü alt edeceği, hedeflerin kazanılacağı inancı vardır.

Mizah ve şakacılık (Humor and playfulness): Gülmeyi ve güldürmeyi sevme, şakacılık yönünün ön plana çıkması bu karakter gücünün göstergelerindedir. Mizah yaşantıda insanlara moral vermek ve iyi hissetmelerini sağlamak için oldukça önemlidir. Mizahta şakalarla birlikte

durumun farklı boyutlarının ortaya çıkarılması vardır ve farklı bir bakış açısı gerektirir. Bu karakter gücüne sahip bireylerde gülme, olumsuz zamanlarda bile şakalarla kötü hisseden bireylerle bağlantı kurma, yapılan işlerde mizahı işin içine dahil ederek durumu farklı ve yaratıcı boyutlarla ele alma özellikleri gözlemlenmektedir.

Maneviyat, amaç duygusu ve dindarlık (Spirituality, sense of purpose, and faith): Bu karakter gücü evrenin anlamı ve daha yüksek amaçlar hakkında edinilmiş tutarlı inançlara sahip olmak anlamındadır. Bu inançlar tutum ve davranışlara şekil verir ve bireyleri yönlendirir. Bununla birlikte bireyin hayatını anlamlandırır. Hayatın anlamı bu inançlar doğrultusunda şekillenir. Maneviyat gücü yaşamın metafizik boyutunu ele alır ve bu içerikle ilgilenir. Bu karakter gücünün varlığını gösteren özellikler arasında bireyin ilahi bir gücün varlığına inanması, diğer dünyaya olan inancı, dini ritüelleri gerçekleştirmeye gayret etmesi, hayatın bir anlamının ve amacının olduğuna inanması vardır.

2.5.2.Karakter Güçleri ve Erdemli Oluş Konusunda Yapılan Araştırmalar: 2006' da farklı kültürlerin, VIA erdemler sınıflandırmasındaki erdemlere karşı tutumları araştırılmıştır. Bu araştırmaya Kenta-Maasai' den 123 su ve elektriği olmayan göçebe, Grönland'dan hala avcılık yaşam tarzını süren 71 birey ve endüstrileşmiş, modernleşmiş grup olarak Illinois Üniversitesi'nden 519 kişi katılmıştır. Bu araştırmaya göre katılımcıların tümü bu 24 karakter gücünün varlığının, öneminin ve ihtiyaç olduğunun farkındadırlar. VIA hem gençler hem de yetişkinlerce onaylanmıştır. Cinsiyete göre iyilik puanları bayanlarda, öz- kontrol puanları erkeklerde daha yüksek bulunmuştur. Üç karakter gücünde mizah, huşu ve alçak gönüllükte üç grupta diğer güçlere göre daha düşük oranlar bildirmişlerdir (Biswar, Diener, 2006).

Michigan'da yirmi farklı liseden 459 öğrencinin katılımıyla karakter güçleri sınıflandırmasına ilişkin tartışma grupları oluşturularak yürütülen bir araştırmada, öğrencilerin ilgili oldukları saptanmıştır. Tartışmalara samimiyet ve dürüstlikle katılım sağlandığı gözlemlenmiştir. Öğrenciler karakter güçlerinin çoğunun doğuştan geldiğini ancak yaşam deneyimleriyle birlikte geliştiğini ifade etmişlerdir. En fazla vurgulanan güçler; liderlik, pratik zeka, açık fikirli olma, sosyal zeka, öğrenmeye açık oluş, sevme ve sevilme kapasitesidir (Steen ve diğ., 2003).

Üç ve yedi yaşında çocukları olan 680 aileyle internet üzerinden mutluluk ile karakter güçleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Sevgi, yaşam coşkusu ve umut ile mutluluk arasında ilişki bulundu. Daha büyük çocuklarda şükür karakter gücünün de mutlulukla ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır (Park ve Peterson, 2006b).

2011 yılında yapılan bir araştırmada, pozitif psikoloji temelli ergenlerde yaşam memnuniyeti üzerine bir müdahale çalışmasının etkililiği incelenmiştir. Bu çalışmaya katılan toplam 319 ergenin 218'i okulda uygulanan bu müdahale programına katılanlardan, 101'i ise katılmayanlardan oluşmaktadır. Çalışmanın sonucuna göre müdahale programına katılanların katılmayanlara kıyasla yaşam memnuniyeti düzeylerinin önemli ölçüde arttığı saptanmıştır. Bu çalışma, okullarda karakter güçlerini içeren müdahale programlarının kullanılması için cesaret veren ve destekleyici veriler sağlamıştır (Proctor, Tsukayama, Wood, Maltby, Eades, Linley, 2011).

2087 bireyin katıldığı web tabanlı bir araştırmada karakter güçlerinin hastalıkların iyileşmesiyle ilişkisinin olup olmadığına bakılmıştır. Bu araştırmaya göre fiziksel hastalık geçmişleri ile estetiğin ve mükemmelliğin takdiri, cesaret, mizah, şükür, maneviyat, affedicilik, merak, öğrenmeye açık oluş, iyi yüreklilik arasında düşük ama güvenilir ilişkiler bulunmuştur. Psikolojik bozuklukların geçmişi ile estetiğin ve mükemmelliğin takdiri, özgünlük, merak, öğrenmeye açık oluş ve şükür güçleri arasında da ilişki bulunmuştur. Bireylerden tamamen iyileşemeyenlerin problem geçmişi ile düşük yaşam doyumu arasında ilişki saptanmıştır. Buna göre hastalıkların düzelmesi sürecinde karakter güçlerinin etkili olduğu belirtilmiştir (Peterson, Park, Seligman, 2006).

178 ergen üzerinde yürütülen güç temelli bir müdahalenin değerlendirilmesine ilişkin ön hazırlık çalışması niteliğindeki bir araştırmada, yaşam doyumunun artırılmasında merak, şükür, umut, mizah ve moral güçlerinin etkililiği araştırılmıştır. VIA sınıflandırmasının içerdiği güçleri içeren bu müdahaleye katılan deney grubuna yaşam doyumuyla yüksek ilişki gösteren merak, şükür, umut, mizah ve keyif güçlerini içeren müdahale programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna yaşam doyumuyla düşük ilişki gösteren estetiğin ve mükemmelliğin takdiri, özgünlük, iyilik, öğrenmeye açık oluş, çok yönlü bakış açısı güçleri uygulanmıştır. Sonrasında yapılan analizlerde deney grubunda bulunanların yaşam doyumu puanlarının kontrol grubuna göre daha yüksek

olduğu saptanmıştır. Fakat araştırma sonucunda iki grubun da puanlarında artış olduğu belirlenmiştir. Genel olarak yapılan çalışmalar güç temelli müdahalelerin iyi oluş potansiyelini vurgulamaktadır (Proyer, Ruch ve Buschor, 2012).

Hırvatistan’ da iyi oluş ve karakter güçleri üzerine 881 öğrenci üzerinde deneysel bir araştırma yapılmıştır. Bu çalışmada klasik VIA sınıflandırmasının genellemesinin farklı kültürlerde uyumlu olup olmadığı incelenmiştir. Ancak bu çalışmada uygulanan faktör analizi sonucunda altı yerine dört temel erdem başlığı oluşmuştur. Bunlar; kişiler arası güçler, yılmazlık, cesaret ve tedbirlilik olarak elde edilmiş ve başlıklandırılmıştır. (Brdar ve Kashdan, 2010).

İngiltere’de 17056 kişi üzerinde yapılan araştırma sonuçlarına göre kadınlar erkelere oranla daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Ancak en önemli görünen beş gücün dördünde kadınlar ve erkekler yakın puanlar almışlardır. Bunlar açık fikirlilik, merak, öğrenmeye açık oluş, tarafsızlık ve adil olmaktır. Yaşın yükselmesiyle güçlerin görülme oranı artmaktadır. Yaş ile en güçlü bağı gösteren güçler merak ve öğrenmeye açık oluş (akıl güçleri ve bilgi), adillik ve affediciliktir (ölçülülük güçleri). Cinsiyetler arası farklılıklarda aşırılıklar bulunmamıştır (Linley ve diğ., 2007).

5299 birey üzerinden karakter güçleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Yaşam doyumuyla en yüksek ilişki gösteren güçler; umut, şükür, sevme ve sevilme, coşku ve meraktır. Öğrenmeye açık oluş, estetiğin ve mükemmelliğin takdiri, özgünlük, alçakgönüllülük güçleri ise yaşam doyumuyla düşük ilişki göstermiştir. Araştırmaya göre karakter güçleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide güçlerin aşırılığının bir zararı yoktur diğer bir deyişle güçler arttıkça yaşam doyumu da artmaktadır (Park, Peterson ve Seligman, 2004).

Park’ın (2004b) pozitif gençlik gelişiminde öznel iyi oluşla ilgili yaptığı çalışmada yaşam doyumu düştükçe psikolojik, sosyal ve davranışsal problemlerin arttığı gözlemlenmiştir. Yaşam doyumu arttıkça psikolojik ve davranışsal sorunlar azalmakta, gençlerin yaşamın stresli olaylarının negatif etkilerinden korunduğu belirtilmiştir. Yaşam doyumunun artışında ebeveyn desteği, sorumluluk alma, olumlu yaşantılar, diğer insanlarla edinilen kaliteli ilişkilerin destekleyici olduğu bulunmuştur.

Türkiye'nin de dahil olduğu 54 farklı ülkede karakter güçlerinin yaygınlığı araştırılmıştır. İnternet tabanlı bu araştırmaya 117,676 yetişkin katılmıştır. En yüksek puanı alan güçler, dürüstlük, şükür, sevgi, iyi yüreklilik, hakkaniyet, mizah ve açık fikirliliktir. En düşük puana sahip güçler ise alçakgönüllülük, öz denetim, tedbirlilik olarak ortaya çıkmıştır (Park, Peterson ve Seligman, 2006).

Karakter güçlerinin öznel iyi oluşu yordayıp yordamadığıyla ilgili bir çalışma yapılmıştır. Daha önce yapılan çalışmalarda öznel iyi oluş ile karakter güçleri arasında pozitif ilişkiler saptanmıştır. Bu çalışmada 149 dokuzuncu sınıf öğrencisine onuncu sınıfa kadar VIA ölçümleri gerçekleştirilmiştir. Buna göre iyilik ve sorumluluk- takım çalışması güçlerinin depresyonun semptomlarının küçük bir bölümünü yordadığını, sevgi gücünün ise yüksek yaşam doyumunun büyük bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır (Gillham, Deutsch, Werner, Reivich, Heindl, Linkins ve diğ., 2011).

Yapılan literatür taraması sonucunda ülkemizde karakter güçleri konusunda yapılmış tek çalışmaya rastlanmıştır. Kabakçı (2013) 'nın yaptığı bu çalışmada lise öğrencilerinin sahip oldukları karakter güçlerinin, öznel iyi oluş, yılmazlık ve akademik başarı düzeylerini yordama gücü incelenmiştir. Buna göre lise öğrencilerinde umut, sevmeye ve sevilme, yaşam coşkusu, çok yönlü bakış açısı, şükür, sorumluluk, affedicilik karakter güçlerinin öznel iyi oluşu anlamlı olarak yordadığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca sebatkârlık, umut, çok yönlü bakış açısı, özgünlük, öğrenmeye açık oluş, sosyal zekâ, affedicilik, yaşam coşkusu, liderlik, öz-denetim, merak karakter güçleri öğrencilerin yılmazlık düzeylerini önemli ölçüde yordamıştır. Yılmazlığın kararlılık, “girişimcilik ve iletişim”, “öz-yetkinlik ve umut” ile problem çözme becerileri boyutları da farklı karakter güçleri tarafından yordandı. Öğrenmeye açık oluş, maneviyat, yaşam coşkusu, liderlik, sebatkarlık, merak, affedicilik karakter güçleri ise öğrencilerin akademik başarılarını istatistiksel önemli düzeyde yordamıştır.

Türkiye 'de karakter güçleri konusunda sadece bir çalışma yürütülmüş olması, değerler konusunda araştırma yapılmadığı anlamına gelmemektedir. Aksine bu konuda oldukça fazla araştırma mevcuttur. Burada değerler, karakter eğitimi, iyi oluş gibi konularda yapılan çalışmaların bazılarını değinilecektir.

Değerler eğitimi konusunda; Dilmaç (2007) de lise öğrencileriyle bir insani değerler programının etkililiği üzerine çalışmıştır. Deney grubu ön test son test sonuçlarına göre değerlerin öğrenilmesi ve deneyimlenmesinde artış olduğu saptanmıştır. Dilmaç (1999) ' da ilköğretim öğrencilerine yönelik olarak insani değerler eğitimi vermiş ve sonrasında bunun etkililiğini ölçmüştür. Sonuç olarak, deney grubu ön test son test puanları arasında önemli bir artış olduğu saptanmıştır. Başka bir değerler eğitimi konulu çalışmada, ilköğretim öğrencilerine yönelik evrensellik, iyilikseverlik değerlerini kazandırmaya yönelik hazırlanan bir programın çocukların bilişsel davranış, duyuşsal özellik ve değerleri gösterme düzeyine etkisi araştırılmıştır. Buna göre, deney grubu değerlere ilişkin bilişsel davranış puanlarında olumlu yönde değişimler göstermiştir. Duyuşsal özellikler bakımından iki grup arasında bir farklılığa rastlanmazken, değerlerin yansıtıldığı davranışların gösterilme eğiliminin deney grubunda oldukça artmış olduğu saptanmıştır (Işcan, 2007).

Karakter eğitimi konusunda; yapılan nitel bir çalışmada eğitimci görüşleri araştırılmıştır. Buna göre eğitimcilerin karakter eğitimini çok acil bir ihtiyaç olarak belirtmişler ve bu eğitimi verme konusunda ailelerin yetersiz kaldığını ifade etmişlerdir. Öğretmenlerin iş yükü nedeniyle bu konuya zaman ayıramadıkları ve eğitim sisteminin sınav odaklı olmasının değerler eğitimi sürecini sekteye uğrattığı verileri elde edilmiştir (Üstünyer, 2009). 9-14 yaş arası öğrencilerde adalet algısının oluşumu ve gelişimini ortaya koymak amaçlı yapılan bir çalışmanın sonuçlarında çocuklarda adalet algısının dört başlıkta algılandığı saptanmıştır. Bunlar; kendinde adalet, kişiler arası ilişkilerde adalet, eşyada- nesnede adalet ve adalet algısı başlıklarıdır (Sırrı, 2015).

İyi oluş konusunda; üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeyi ile öznel ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Buna göre, bu üç kavramın ilişkili olduğu saptanmıştır. Öznel iyi oluş ile psikolojik iyi oluş arasında önemli düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Özgeciliğin öznel ve psikolojik iyi oluşu yordamada yetersiz olduğu bulunmuştur (Topuz, 2013). Uludağ Üniversitesi'nin öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri il affetme ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada, öznel iyi oluş ile sözü edilen değişkenler arasında ilişkiler saptanmıştır. Buna göre, öznel iyi oluş düzeyi cinsiyet ve sürece hastalık durumuna göre farklılık göstermektedir (Yaşar, 2015).

Karakter güçleri ve değerler konusunda yapılan araştırmalar ele alındığında, bu çalışmaların daha gelişimsel özellikler ve pozitif psikolojik özelliklerle birlikte ele alındığı görülmüştür. Diğer taraftan gelişimsel olarak ergenlerde ortaya çıkan içselleştirme ve dışsallaştırma sorunlarını ve bu sorunların altında yatan nedenleri ele alan çalışmaların, pozitif psikolojinin bakış açısından çok klinik bir yaklaşımla konuları kavramlaştırmaya ve açıklamalar getirmeye çalıştığı görülmektedir. Bu anlamda karakter güçlerinin ergenlik döneminde içselleştirme ve dışsallaştırma davranışlarıyla ilişkisinin ele alındığı bu çalışmayla alan yazına önemli bir katkı sunulacağı değerlendirilmektedir.



3.BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem seçimi, veri toplama araçlarının psikometrik özellikleri ile araştırmada elde edilen verilerin toplanması ve istatistiksel çözümlenmelerinde kullanılan tekniklere ilişkin bilgiler yer almaktadır.

3.1.ARAŞTIRMANIN MODELİ

Orta öğretime devam eden ergenlerin içselleştirme ve dışsallaştırma belirtilerine yönelik olarak karakter güçlerinin koruyucu etkisinin olup olmadığını araştıran bu çalışma; değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemeyi içeren ilişkisel tarama modelindedir. Tarama modeli geçmişte ve halen var olan durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır. Korelasyonel araştırma, iki ya da daha çok değişken arasındaki birlikte değişimin bu değişkenlere müdahale edilmeden derecesini veya varlığını belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir. (Karasar, 2002).

3.2.EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini Van İli Büyükşehir Belediyesi sınırları içerisinde bulunan üç merkez ilçede (Edremit, İpekyolu, Tuşba) ortaöğretim düzeyinde eğitimine devam eden 9, 10, 11, 12. sınıf ve bir ortaokul öğrencileri oluşturmaktadır.

Örneklem grubu bu üç ilçenin nüfus yoğunlukları göz önünde bulundurularak büyük ilçelerden üç görece daha küçük olan ilçeden iki olmak üzere toplam yedi ortaöğretim kurumu ve bir ortaokuldan olmak üzere, 1250 ergenden oluşmuştur. Örneklem grubuna Van İli merkez ilçeleri ele alındığında tabakalı ve basit seçkisiz örneklem metotlarıyla ulaşılmıştır. Tabakalı örnekleme, evrendeki alt grupların belirlendiği ve bunların evrendeki yer alma oranıyla orantılı olarak temsil edildiği, basit seçkisiz örnekleme ise her bir birimin örnekleme eşit seçilme olasılığına sahip olduğu örnekleme yöntemleridir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014). Uygulamalar neticesinde kullanılacak düzeyde 1138 ölçeğe ulaşıldığından analizler bu sayı üzerinden gerçekleştirilmiştir.

Tablo 2' de araştırmanın örnekleme ait tanımlayıcı istatistik verileri paylaşılmıştır.

Tablo 2. Araştırmanın Örneklemini Oluşturan Öğrencilere Ait Sosyo-Demografik Özellikler

| Yaş | (Ortalama, SD) | 15.29 | 1.52 |
|--------------------|-----------------------|--------|------------|
| Cinsiyet | Erkek | (N, %) | 484 %42.53 |
| | Kadın | (N, %) | 654 %57.47 |
| Aile Gelir Düzeyi | Düşük | (N, %) | 85 %7.47 |
| | Orta | (N, %) | 974 %85.59 |
| | Yüksek | (N, %) | 79 %6.94 |
| Sınıf | 8 | (N, %) | 171 %15.03 |
| | 9 | (N, %) | 215 %18.89 |
| | 10 | (N, %) | 340 %29.88 |
| | 11 | (N, %) | 230 %20.21 |
| | 12 | (N, %) | 182 %15.99 |
| Anne Eğitim Düzeyi | Eğitimsiz | (N, %) | 170 %14.94 |
| | Okuma- Yazma Biliyor | (N, %) | 255 %22.41 |
| | İlk Okul | (N, %) | 337 %29.61 |
| | Orta Okul | (N, %) | 167 %14.67 |
| | Lise | (N, %) | 145 %12.74 |
| | Üniversite | (N, %) | 50 %4.39 |
| | Yüksek Lisans/Doktora | (N, %) | 14 %1.23 |
| Baba Eğitim Düzeyi | Eğitimsiz | (N, %) | 35 %3.08 |
| | Okuma-Yazma Biliyor | (N, %) | 115 %10.11 |
| | İlk Okul | (N, %) | 299 %26.27 |
| | Orta Okul | (N, %) | 182 %15.99 |
| | Lise | (N, %) | 265 %23.29 |
| | Üniversite | (N, %) | 185 %16.26 |
| | Yüksek Lisans/Doktora | (N, %) | 57 %5.01 |

Tablo 2' de görüldüğü gibi araştırmaya katılanların % 42.53'ü erkek, % 57.47' si kızdır. Katılımcıların yaş ortalaması 15,29'dur. Katılımcıların aile gelir düzeyleri düşük olanlar örneklemin % 7.47, orta olanlar % 85.59, yüksek olanlar ise % 6.94'ünü oluşturmaktadır. Araştırmaya katılanların sınıflar düzeyinde temsili 8. sınıflarda % 15.03, 9. sınıflarda % 18.89, 10. sınıflarda % 29.88, 11. sınıflarda % 20.21, 12. sınıflarda % 15.99'dur. Katılımcıların anne eğitim düzeyine göre dağılımlarına bakıldığında annesi eğitimsiz olanlar % 14.94, sadece okuma yazma bilenler % 22.41, ilk okul mezunu olanlar % 29.61, orta okul mezunu olanlar % 14.67, lise mezunu olanlar % 12.74, üniversite mezunu olanlar % 4.39, yüksek lisans veya doktora

düzeyinde olanlar ise % 1.23'tür. Katılımcıların baba eğitim düzeyine göre dağılımlarına bakıldığında ise babası eğitimsiz olanlar % 3.08 , sadece okuma yazma bilenler % 10.11, ilk okul mezunu olanlar % 26.27 , orta okul mezunu olanlar % 15.99, lise mezunu olanlar % 23.29, üniversite mezunu olanlar % 16.26 , yüksek lisans veya doktora düzeyinde olanlar ise % 5.01'dir.

3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada Demografik Bilgi Formu, 11-18 Yaş Grubu Gençler İçin Kendini Değerlendirme Ölçeği (Youth Self Report –YSR-11/18), Kısa Belirti Tarama Listesi-53 (SCL-53), VIA Gençlik Taraması -96 (VIA Youth Survey) kullanılmıştır.

3.3.1.Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından araştırmaya katılan bireyler hakkında bazı temel bilgileri edinmek amacıyla oluşturulan, bireylerin yaşı, cinsiyeti, sınıf düzeyi, ebeveynlerinin eğitim düzeyi ve gelir durumlarını sorgulayan altı bir soruluk formdur.

3.3.2.11-18 Yaş Grubu Gençler İçin Kendini Değerlendirme Ölçeği (Youth Self Report – YSR-11/18)

Ergenler için Kendini Değerlendirme Ölçeği (Youth Self Report- YSR), 11-18 yaş aralığındaki ergenlerin davranışsal ve duygusal problemleri ile yeterlilik alanlarını değerlendirmek üzere geliştirilmiş, bireyin kendi bildirimlerine dayalı bir ölçektir (Achenbach ve Edelbrock, 1986; Achenbach, 1991, Akt; Erol ve Şimşek, 2010).

Ölçek toplamda 112 madde, 'başladığım şeyleri bitiremem' veya 'başkalarının bana bilerek sorun yaşatmaya çalıştığını düşünürüm' şeklinde birinci tekil şahısla kurulan bildirimler ve son altı ayda görülme sıklığına göre 0 (Doğru Değil), 1 (Bazen ya da Biraz Doğru) ve 2 (Çok ya da Sıklıkla Doğru) şeklinde işaretlenen maddelerden oluşmaktadır. Ölçek, bir istatistik programı aracılığıyla veya elle değerlendirilmektedir. Ölçek verileri girildikten sonra bireysel ve gruba ait toplam problem puanları ve profiller elde edilmektedir (Erol ve Şimşek, 2010).

Ölçme aracı davranış sorunlarına ilişkin bütünsel bir bakış açısını temsil etmektedir. Dışsallaştırma davranışlarının duygusal problemlerle ilişkisi de dikkate alınarak ölçek sekiz alt

ölçekte ölçüm vermektedir: Anksiyete/ depresyon, Kaygılı/Depresif, İçine Kapanık/Depresif, Somatik Şikayetler, Sosyal Problemler, Düşünce Problemleri, Dikkat Problemleri, Kural-Dışı Davranışlar ve Saldırgan Davranışlar (Achenbach ve Rescorla, 2001; 2007, Akt; Erol ve Şimşek, 2010).

Ölçeğin test- tekrar test güvenilirlik katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır. İç tutarlılık cronbach alpha katsayısı ölçeğin geneli için .95 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin faktör yapısına ilişkin yapılan faktör analizi çalışmalarında ölçeğin sözü edilen problemleri olumlu ve yeterli düzeyde ortaya koyduğu anlaşılmıştır. Bu sonuçlar ışığında ölçeğin güvenilirlik ve iç tutarlılık katsayıları göz önüne alındığında bütün ortamlarda güvenilir olarak kullanılabilceği saptanmıştır (Erol ve Şimşek, 2010).

3.3.3.Kısa Belirti Tarama Listesi-53 (SCL-53)

Kısa Semptom Envanteri (KSE) (Brief Symptom Inventory), Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiş 53 maddelik kendini değerlendirme türü bir envanterdir. Normal örneklemlerde olduğu gibi, çeşitli psikolojik semptomları yakalamak amacıyla geliştirilmiş çok boyutlu bir semptom tarama ölçeğidir. KSE, SCL-90 olarak bilinen 90 maddelik Semptom Belirleme Listesi'nin kısaltılmış, yaklaşık olarak 5-10 dakika içinde doldurulabilen bir formudur. SCL-90'da olduğu gibi 9 alt ölçek ve 3 global indeksten oluşmaktadır. Bu kısa formun daha güçlü psikometrik özelliklere sahip olduğu ve 26 dile çevrilerek yaygın bir biçimde kullanıldığı belirtilmektedir (Derogatis ve Lazarus 1994; Akt, Şahin, Batıgün ve Uğurtaş, 2002).

Maddeler “hiç” ve “çok fazla” ifadelerine karşılık gelen 0- 4 değerleri arasında derecelendirilmiştir. Ölçeğin orijinalinde yer alan alt ölçekler, “somatizasyon”, “obsesif-kompulsif bozukluk”, “kişilerarası duyarlılık”, “depresyon”, “anksiyete”, “hostilite”, “fobik anksiyete”, “paranoid düşünceler” ve “psikotizm”dir (Şahin ve diğ., 2002).

Ölçeğin geçerliği ve güvenilirliği ile ilgili yapılmış pek çok araştırma mevcuttur. Derogatis (1992), 719 psikiyatrik hasta üzerinde yapmış olduğu bir çalışmada, dokuz alt ölçek için iç tutarlılık katsayılarının .71 (psikotizm) ile .85 (depresyon) arasında değiştiğini belirtmektedir. Ayrıca 60 normal yetişkin üzerinde iki hafta ara ile yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayıları, $r=.68$ (somatizasyon) ve $r = .91$ (fobik anksiyete) arasında değişmektedir.

Üç global rahatsızlık ölçeğinde ise bu katsayıların $r = .90$ (GSI), $r = .87$ (PSDI) ve $r = .80$ (PST) oldukları görülmüştür (Şahin ve diğ., 2002).

KSE'nin Türkiye uyarlaması üç ayrı çalışma ile Şahin ve Durak (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar sonucunda ölçeğin “anksiyete”, “depresyon”, “olumsuz benlik”, “somatizasyon” ve “hostilite” adı verilen beş faktörden oluştuğu belirtilmiştir. KSE'nin ergen yaş grubu için güvenilirliğini saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları sırasıyla depresyon .85, anksiyete .81, olumsuz benlik .80, somatizasyon .71, hostilite .72 olarak elde edilmiştir. KSE'nin ergen yaş grubu için geçerliğine ilişkin kanıtlar elde edebilmek amacıyla, ölçüt bağımlı geçerlik kriterleri olarak kullanılan SKÖ, BDE, SKE ve YMÖ ile korelasyonlarına bakılmıştır. Şahin ve Durak (1994)'ın önerdikleri faktör alt ölçeklerine göre elde edilen korelasyon katsayıları SKÖ ile $r = -.21$ (somatizasyon) ve $r = -.40$ (olumsuz benlik), BDE ile $r = .41$ (somatizasyon) ve $r = .63$ (depresyon), SKE ile $r = .40$ (somatizasyon) ve $r = .70$ (depresyon) ve YMÖ ile $r = -.24$ (somatizasyon) ve $r = -.43$ (depresyon) olarak elde edilmiştir (Akt; Şahin, Batıgün ve Uğurtaş, 2002).

3.3.4.VIA- Gençlik Taraması (VIA Youth Survey-96)

24 karakter gücünü değerlendirebilmek amacıyla geliştirilmiş olan 240 soruluk uzun formdan (Peterson ve Park, 2009; Peterson, Seligman, 2004) ergenler için revize edilerek 96 soruluk kısa form elde edilmiştir. Cevaplama sistemi beşli likert tipinde derecelmelidir (5=Bana tamamen uygun, 1=Bana hiç uygun değil). Alt ölçeklerden oluşan bir batarya olarak oluşturulmuş olmakla birlikte alt ölçekler ayrı da kullanılabilir. Hem erdem boyutlarına ilişkin puan hem de alt ölçeklerin puanlarını alacak şekilde kullanılabilir. Alt ölçek puanları ilgili ölçeğe verilen yanıtların ortalaması alınarak oluşturulmaktadır. Her bir alt ölçek farklı bir karakter gücünü değerlendirmeye yöneliktir. Alt ölçeklerden oluşan bir batarya olarak oluşturulmuş olmakla birlikte alt ölçekler ayrı da kullanılabilir. Hem erdem boyutlarına ilişkin puan hem de alt ölçeklerin puanlarını alacak şekilde kullanılabilir (Gillham, Adams-Deutsch, Werner, Reivich, Coulter- Heindl, Linkins ve diğ., 2011).

Söz konusu ölçme aracının Türkçe versiyonunun çevirisi VIA Character Strengths Institute tarafından yapılmış ve bu çalışmaya özel olarak kullanım izni verilmiştir.

3.4.VERİ TOPLAMA SÜRECİ

Araştırmada kullanılacak olan veri toplama araçları 2015-2016 eğitim-öğretim yılı başında ortaöğretim kurumlarında öğrenimlerine devam eden öğrencilere doğrudan araştırmacı tarafından ders saatlerinde uygulanmıştır. Uygulama yapılan sınıflara araştırmanın amacı araştırmacı tarafından açıklanmış ve ölçeği doldurmanın bir zorunluluk olmadığı belirtilmiştir. Ölçeklerin tamamlanması yaklaşık bir ders saati sürmüştür. Araştırma kapsamında öğrencilerin kendilerini rahatlıkla ifade edebilmeleri için öğrencilerin adı ve soyadı istenmemiştir ancak araştırma sonrasına bilgi almak isteyenler için rumuz ve e-mail adreslerini kullanabilecekleri bu şekilde kendilerine bilgi sağlanabileceği ifade edilmiştir.

Söz konusu araştırmada uygulanan prosedürlerin etik ilke ve kuralara uyarlığına ilişkin Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan gerekli izin alınmıştır.

3.5.VERİLERİN ANALİZ EDİLMESİ

Verilerin çözümlenmesinde ilk olarak örneklemin sosyo-demografik özellikleri gibi karakteristik niteliklerini belirlemek için tanımlayıcı istatistik verileri analiz edildi. Daha sonra VIA Gençlik Taraması-96'nın 24 alt-ölçeğini alt boyutlarına ayırabilmek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi ile (EFA) yapılan faktör analizi çalışması sonucunda dört temel erdem boyutu elde edildi. Yapısal eşitlik modellemesiyle VIA Gençlik Taraması-96 alt boyutlarının içselleştirme ve dışsallaştırma davranışları gizil değişkeniyle doğrudan ve dolaylı ilişkileri araştırılmıştır.

4.BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde çalışmaya katılan ergenlerden, ölçekler aracılığıyla elde edilen verilerin analiz sonuçlarına yer verilecektir.

4.1.VIA GENÇLİK TARAMASI-96'NİN ALT-ÖLÇEKLERİ İÇİN FAKTÖR ANALİZİ SONUÇLARI

VIA Gençlik Taraması-96'nın 24 alt ölçeği için yapılan faktör analizi çalışmaları iki aşamada gerçekleştirildi. İlk olarak Vista 7 kullanılarak kullanılan VIA Gençlik Taraması-96'nın alt ölçekleri için optimal faktör sayısı Horn'nun paralel analiziyle tanımlandı (Ledesma & Valero-Mora, 2007). Veri setinde gözlenen dört özdeğerin tahminlenen özdeğerlerden daha büyük olduğu gözlemlendi ($p < .05$). Gözlemlenen bu dört temel özdeğerin değerleri sırasıyla 8.775, 1.739, 1.437, 1.207 olarak saptanmıştır.

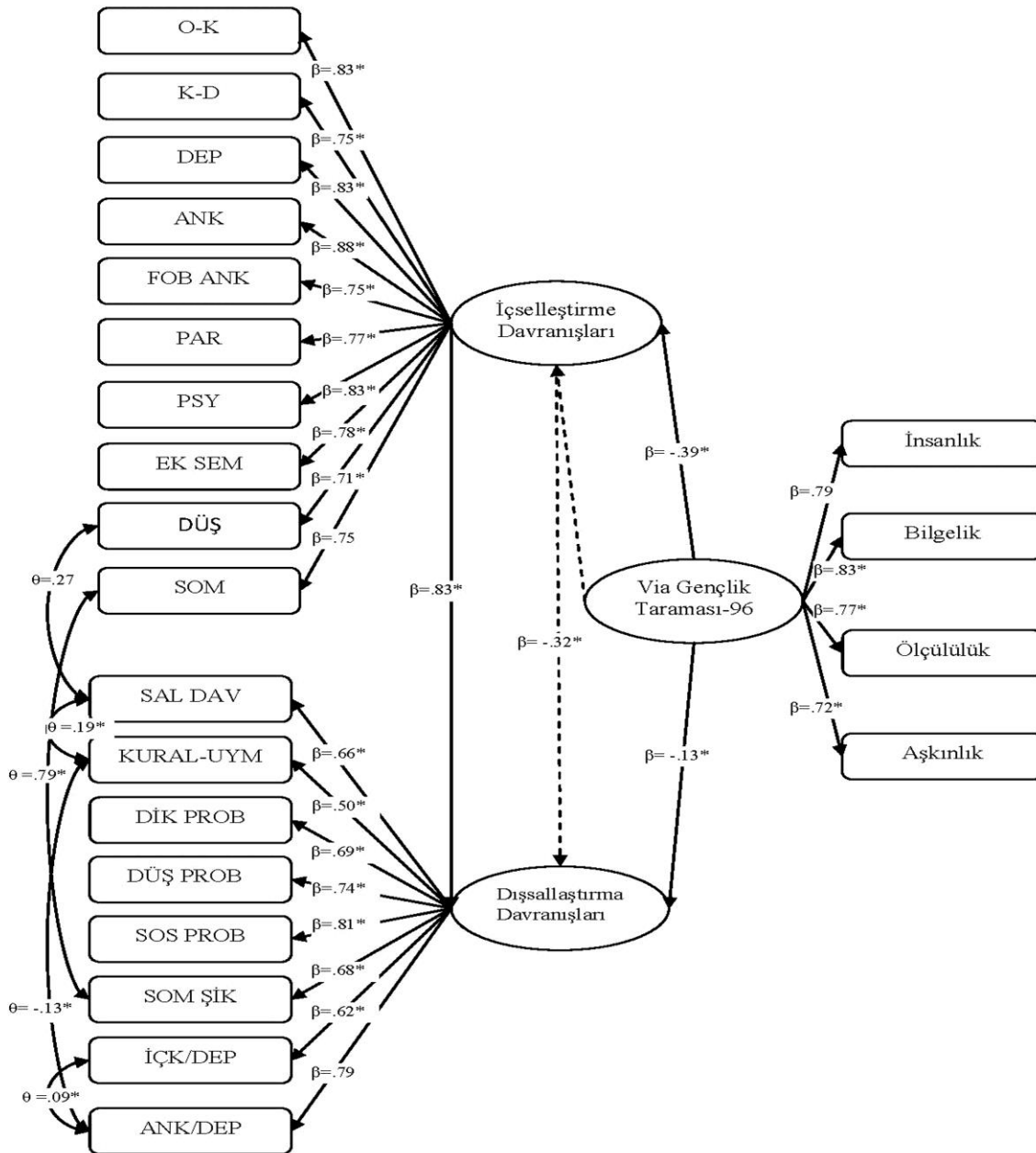
İkinci aşamada, temel bileşenler analizi yapıldı. Buna göre Kaiser–Meyer–Olkin (KMO) örnekleme yeterliliği ölçüt değerinin yeterli düzeyde ve iyi bir değer olduğu belirlendi (KMO= 0, 935). Diğer taraftan, VIA Gençlik Taraması-96'nın yapısal eşdeğerlik değeri Bartlett Küresellik Testinde ki-kare değeri olumlu bir değer belirtmektedir (11669.048 $df=276$, $p < .001$). Bu dört temel bileşen varyansın % 54.825'ini açıklamıştır. Varimaks rotasyonlu faktör yükleri 0,40' tan büyüktür. VIA Gençlik Taraması-96 için elde ettiğimiz bu dört boyut: İnsanlık, Bilgelik, Ölçülülük ve Aşkındır.

VIA Gençlik Taraması-96'nın alt ölçekleri için EFA analizi faktör yükleri Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. VIA Gençli Taraması-96 alt ölçekleri için EFA faktör yükleri

| | Bileşenler | | | |
|----------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| | İnsanlık | Bilgelik | Ölçülülük | Aşkınlık |
| İyi Yüreklilik | .687 | .156 | .161 | .272 |
| Cesur Olma | .679 | .276 | -.050 | .226 |
| Hakkaniyet | .625 | .191 | .350 | .076 |
| Dürüstlük | .624 | .107 | .319 | .125 |
| Ekip Çalışması | .575 | .344 | .216 | .356 |
| Alçakgönüllülük | .560 | .062 | .136 | -.151 |
| Sosyal Zeka | .472 | .259 | .329 | .329 |
| Merak | .120 | .774 | .060 | .148 |
| Öğrenmeye Açık Oluş | .183 | .752 | .223 | .089 |
| Özgünlük | .334 | .657 | -.049 | .349 |
| Muhakeme | .435 | .523 | .423 | .008 |
| Sebatkarlık | .204 | .501 | .341 | .343 |
| Estetik ve Mükemmelliğin Takdiri | .262 | .395 | .267 | .279 |
| Öz-Düzenleme | .094 | .189 | .682 | -.153 |
| Şükür | .238 | .145 | .611 | .310 |
| Affedicilik | .316 | -.093 | .555 | .058 |
| Tedbirlilik | .176 | .471 | .534 | .007 |
| Umut | .027 | .455 | .486 | .368 |
| Maneviyat | .334 | .095 | .433 | .262 |
| Mizah ve Şakacılık | .124 | .022 | -.046 | .741 |
| Yaşam Coşkusu | -.073 | .277 | .357 | .654 |
| Liderlik | .241 | .369 | -.098 | .563 |
| Sevme ve Sevilme | .164 | .163 | .435 | .532 |
| Çok Yönlü Bakış Açısı | .498 | .379 | .094 | .509 |

Not: (EFA)= Açımlayıcı Faktör Analizi; herbir alt boyuta ait faktör yükleri koyu harfle gösterilmiştir. (faktör yükleri ≥ 0.40).



Şekil 1. Gizil yapısal model VIA Gençlik Ölçeği-96 ile dışsallaştırma davranışları ve içselleştirme davranışları arasındaki çok değişkenli ilişkileri göstermektedir (*: $p < .01$). Noktalı çizgi olarak gösterilen kısımda ise içselleştirilmiş davranışların dışsallaştırılmış davranışlar üzerindeki dolaylı etkisi belirtilmektedir.

SOM= Somatizasyon; O-K= Obsesif-Kompulsif; K-D= Kişiler arası Duyarlılık; DEP= Depresyon; ANK= Anksiyete; DÜŞ= Düşmanlık; FOBA= Fobik Anksiyete; PAR= Paranoid Düşünce; PSK= Psiktisizm; EKS= Ek Semptomlar; ANK/DEP= Kaygılı/Depresif; İÇK/DEP= İçine kapanık/Depresif; SOM ŞİK= Somatik Şikayetler; SOS PROB= Sosyal Problemler; DÜŞ PROB= Düşünce Problemleri; DİK PROB= Dikkat Problemleri; KURAL-UY= Kurallara Uymayan Davranışlar; SAL DAV= Saldırgan Davranışlar.

Yapısal eşitlikle test edilen modelin Satorra-Bentler ölçeklenmiş χ^2 (201)=2028.051 $p<.001$, RMSEA değeri 0.09, CFI değeri 0.90 ve SRMR değeri 0.07 olarak elde edilmiştir. Özelleştirilen modele ilişkin elde edilen model uyum indeksleri test edilen yapısal eşitlik modelinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğunu göstermiştir (Hu ve Bentler, 1999).

Modelde içselleştirilmiş davranışlar dışsallaştırılmış davranışlar gizil değişkenini istatistik olarak önemli düzeyde yordamaktadır ($\beta= 0.83, p<.01$). VIA Gençlik Taraması-96 puanları hem içselleştirilmiş davranışlar ($\beta= -0.39, p<.01$) hem de dışsallaştırılmış davranışlar ($\beta= -0.13, p<.01$) üzerine doğrudan etki etmiştir. VIA Gençlik Taraması'nın dolaylı etkisiyle ilişkili olarak, değerler içselleştirme davranışında azalmaya yol açarak dışsallaştırılmış davranışların sıklığında önemli ölçüde düşüşe neden olmuştur ($\beta= -0.32, p<.01$).

4.2.SCL-53, DAVRANIŞ KONTROL LİSTESİ, VE VIA GENÇLİK TARAMASI-96'NİN SINIF VE CİNSİYET ETKİLEŞİMİNE GÖRE ÇOK DEĞİŞKENLİ KOVARYANS ANALİZİ SONUÇLARI

Burada sınıf ve cinsiyet etkileşimine göre yaş, aile gelir düzeyi, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyinin içselleştirme ve dışsallaştırma davranışlarına olan etkileri değerlendirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 2' de gösterilmektedir.

Tablo 4. SCL-53, Davranış Kontrol Listesi, ve Via Gençlik Taraması-96'nın sınıf ve cinsiyet etkileşimine göre çok değişkenli kovaryans analizi sonuçları

| | Sınıf | | | | | | | | | | Cinsiyet | | | | | | | | | |
|------------------------|-------------------|------|-------------------|------|--------------------|------|--------------------|------|--------------------|------|----------------|--------------|----------------|-------|------------|-------|----------|---------------|--------------|--------------|
| | 8. Sınıf n=171 | | 9. Sınıf n=215 | | 10. Sınıf n=340 | | 11. Sınıf n=230 | | 12. Sınıf n=182 | | Erkek n=484 | | Kadın n=654 | | F(1, 1124) | P | η^2 | F(1, 1124) | P | η^2 |
| | M | SD | M | SD | M | SD | M | SD | M | SD | M | SD | M | SD | | | | | | |
| Somatizasyon | 1.02 | 0.82 | 0.84 | 0.79 | 0.94 | 0.83 | 1.02 | 0.84 | 1.04 | 0.87 | 2.205 | 0.066 | 0.008 | 0.86 | 0.77 | 1.05 | 0.86 | 11.318 | 0.001 | 0.010 |
| OKB | 1.48 | 0.89 | 1.37 | 0.90 | 1.48 | 0.90 | 1.59 | 0.92 | 1.66 | 0.84 | 2.081 | 0.081 | 0.007 | 1.33 | 0.84 | 1.64 | 0.92 | 28.054 | 0.000 | 0.024 |
| Kişilerarası prob. | 1.32 | 0.87 | 1.22 | 0.87 | 1.46 | 1.02 | 1.42 | 0.94 | 1.41 | 0.91 | 1.733 | 0.140 | 0.006 | 1.13 | 0.87 | 1.56 | 0.95 | 47.274 | 0.000 | 0.040 |
| Depresyon | 0.98 | 0.90 | 0.94 | 0.90 | 1.21 | 1.01 | 1.19 | 0.88 | 1.31 | 1.00 | 1.736 | 0.140 | 0.006 | 1.02 | 0.89 | 1.22 | 0.99 | 6.811 | 0.009 | 0.006 |
| Anksiyete | 1.19 | 0.90 | 1.06 | 0.93 | 1.18 | 0.91 | 1.19 | 0.92 | 1.29 | 0.89 | 1.506 | 0.198 | 0.005 | 0.98 | 0.82 | 1.33 | 0.95 | 33.690 | 0.000 | 0.029 |
| Düşmanlık | 1.33 | 0.87 | 1.20 | 1.01 | 1.34 | 0.97 | 1.35 | 0.94 | 1.31 | 0.91 | 2.039 | 0.087 | 0.007 | 1.28 | 0.93 | 1.33 | 0.96 | 0.154 | 0.694 | 0.000 |
| Fobik Anksiyete | 1.17 | 0.84 | 0.97 | 0.85 | 1.00 | 0.85 | 1.08 | 0.82 | 1.10 | 0.76 | 2.333 | 0.054 | 0.008 | 0.91 | 0.76 | 1.15 | 0.86 | 24.514 | 0.000 | 0.021 |
| Paranoid Düşünce | 1.35 | 0.88 | 1.30 | 0.84 | 1.48 | 0.92 | 1.47 | 0.85 | 1.47 | 0.76 | 1.375 | 0.240 | 0.005 | 1.33 | 0.83 | 1.49 | 0.88 | 5.009 | 0.025 | 0.004 |
| Psikotizizm | 1.24 | 0.83 | 1.16 | 0.84 | 1.25 | 0.90 | 1.34 | 0.80 | 1.35 | 0.78 | 0.911 | 0.456 | 0.003 | 1.19 | 0.81 | 1.32 | 0.86 | 2.847 | 0.092 | 0.003 |
| Ek Semptomlar | 1.19 | 0.92 | 1.08 | 0.90 | 1.31 | 0.97 | 1.26 | 0.91 | 1.48 | 0.91 | 2.354 | 0.052 | 0.008 | 1.16 | 0.91 | 1.35 | 0.95 | 7.499 | 0.006 | 0.007 |
| Kaygılı/Depresyon | 0.68 | 0.32 | 0.65 | 0.36 | 0.74 | 0.40 | 0.71 | 0.37 | 0.72 | 0.35 | 1.727 | 0.142 | 0.006 | 0.59 | 0.34 | 0.79 | 0.37 | 72.421 | 0.000 | 0.061 |
| İçine Kapanık/Depresif | 0.80 | 0.36 | 0.78 | 0.35 | 0.87 | 0.40 | 0.88 | 0.36 | 0.91 | 0.35 | 1.152 | 0.330 | 0.004 | 0.79 | 0.35 | 0.90 | 0.38 | 17.665 | 0.000 | 0.015 |
| Somatik Şikayetler | 0.59 | 0.39 | 0.50 | 0.38 | 0.54 | 0.38 | 0.55 | 0.36 | 0.59 | 0.41 | 1.910 | 0.106 | 0.007 | 0.48 | 0.36 | 0.61 | 0.39 | 25.471 | 0.000 | 0.022 |
| Sosyal Problemler | 0.56 | 0.30 | 0.51 | 0.32 | 0.55 | 0.33 | 0.55 | 0.31 | 0.54 | 0.31 | 1.321 | 0.260 | 0.005 | 0.55 | 0.34 | 0.53 | 0.30 | 2.587 | 0.108 | 0.002 |
| Düşünce Problemleri | 0.61 | 0.33 | 0.57 | 0.32 | 0.63 | 0.37 | 0.62 | 0.33 | 0.61 | 0.33 | 1.447 | 0.216 | 0.005 | 0.63 | 0.35 | 0.60 | 0.34 | 3.828 | 0.051 | 0.003 |
| Dikkat Problemleri | 0.89 | 0.35 | 0.88 | 0.38 | 0.96 | 0.40 | 0.95 | 0.40 | 0.95 | 0.41 | 2.991 | 0.018 | 0.011 | 0.90 | 0.39 | 0.95 | 0.38 | 2.705 | 0.100 | 0.002 |
| Kural-Dışı Davranışlar | 0.24 | 0.23 | 0.25 | 0.27 | 0.26 | 0.25 | 0.25 | 0.24 | 0.27 | 0.26 | 1.456 | 0.213 | 0.005 | 0.34 | 0.29 | 0.19 | 0.20 | 98.569 | 0.000 | 0.081 |
| Saldırgan Davranışlar | 0.51 | 0.28 | 0.49 | 0.31 | 0.55 | 0.31 | 0.53 | 0.30 | 0.50 | 0.29 | 1.790 | 0.128 | 0.006 | 0.53 | 0.32 | 0.52 | 0.29 | 1.382 | 0.240 | 0.001 |
| İnsanlık | 26.95 | 3.40 | 27.87 | 3.56 | 27.19 | 4.11 | 26.91 | 3.78 | 27.05 | 3.67 | 4.515 | 0.001 | 0.016 | 26.33 | 3.95 | 27.85 | 3.51 | 47.608 | 0.000 | 0.041 |
| Bilgelik | 23.50 | 3.18 | 23.12 | 3.45 | 22.35 | 3.81 | 22.09 | 3.42 | 22.33 | 3.68 | 3.737 | 0.005 | 0.013 | 22.45 | 3.57 | 22.73 | 3.59 | 6.052 | 0.014 | 0.005 |
| Ölçülülük | 22.51 | 2.96 | 22.49 | 3.58 | 21.81 | 3.59 | 22.01 | 3.35 | 22.31 | 3.57 | 2.564 | 0.037 | 0.009 | 22.01 | 3.42 | 22.28 | 3.48 | 3.727 | 0.054 | 0.003 |
| Aşkınlık | 18.31 | 2.71 | 18.11 | 3.31 | 17.63 | 3.66 | 17.09 | 3.13 | 16.89 | 3.31 | 2.948 | 0.019 | 0.010 | 17.50 | 3.32 | 17.66 | 3.35 | 1.682 | 0.195 | 0.001 |

Not. Anlamlı P değerleri koyu renkte gösterilmektedir.

Sınıf ve cinsiyet etkileşiminin bağımlı değişkenler üzerine etkisini yaş, aile gelir düzeyi, baba eğitim düzeyi ve anne eğitim düzeyi için kontrol ettikten sonra değerlendirmeye alabilmek için çok değişkenli kovaryans analizi yapılmıştır (MANCOVA).

MANCOVA'nın sonuçlarına göre sınıf ve cinsiyet değişkenlerinin etkisi istatistiksel açıdan anlamlı değildir (Wilks' Lambda = 0.914, $F(88, 4364,050) = 1.137$; $P = 0.182$ kısmi $\eta^2 = 0.022$), oysa ki sınıf (Wilks' Lambda = 0.894, $F(88, 4364,050) = 1.429$; $p = 0.006$ kısmi $\eta^2 = 0.028$) ve cinsiyet (Wilks' Lambda = 0.730, $F(22, 1103,000) = 18.578$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.270$) çok değişkenli temel etkiler istatistiksel olarak anlamlıdır. Sosyo-demografik ortak değişken yaş (Wilks' Lambda = 0.980, $F(22, 1103,000) = 1.009$; $p = 0.449$ kısmi $\eta^2 = 0.020$), aile gelir düzeyi (Wilks' Lambda = 0.975, $F(22, 1103,000) = 1.278$; $p = 0.175$ kısmi $\eta^2 = 0.025$) ve baba eğitim düzeyinin (Wilks' Lambda = 0.979, $F(22, 1103,000) = 1.100$; $p = 0.339$ kısmi $\eta^2 = 0.021$) ölçek puanlarının çok değişkenli varyansları üzerinde istatistik olarak önemli bir etkisi bulunamazken, anne eğitim düzeyinin (Wilks' Lambda = 0.948, $F(22, 1103,000) = 2.737$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.052$) istatistik olarak önemli bir karıştırıcı değişken olduğu görülmüştür.

MANCOVA analizinde karıştırıcı değişken olarak bulunan anne eğitim düzeyiyle ilişkili olarak, anne eğitim düzeyi yükseldikçe kural dışı davranışlar ($F(1, 1124) = 4.484$; $p < 0.05$ kısmi $\eta^2 = 0.004$; $r = 0.07$) ve dikkat problemlerinin arttığı ($F(1, 1124) = 5.379$; $p < 0.05$ kısmi $\eta^2 = 0.005$; $r = 0.07$), bilgelik ($F(1, 1124) = 11.357$; $p < 0.01$ kısmi $\eta^2 = 0.010$; $r = -0.10$) ile ölçülülük ($F(1, 1124) = 16.579$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.015$; $r = -0.12$) düzeylerinde önemli ölçüde düşüş olduğu gözlenmiştir.

İstatistik olarak anlamlı bulunan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına S-N-K post-hoc analizi kullanılarak, sınıf düzeyi yükseldikçe öğrencilerde dikkat problemlerinde artış olduğu ($F(1, 1124) = 2.991$; $p < 0.05$ kısmi $\eta^2 = 0.11$); bununla birlikte öğrencilerde eğitim arttıkça İnsanlık ($F(1, 1124) = 4.515$; $p < 0.01$ kısmi $\eta^2 = 0.016$), Bilgelik ($F(1, 1124) = 3.737$;

$p < 0.01$ kısmi $\eta^2 = 0.013$), Ölçülülük ($F(1, 1124) = 2.564$; $p < 0.05$ kısmi $\eta^2 = 0.009$), ve Aşkınılık ($F(1, 1124) = 2.948$; $p < 0.05$ kısmi $\eta^2 = 0.010$) erdem boyutlarında anlamlı düzeyde düşüşler olduğu gözlenmiştir.

Cinsiyet farklılıkları ele alındığında, SCL-53'ün alt ölçekleri olan Somatizasyon ($F(1, 1124) = 11.318$; $p < 0.01$ kısmi $\eta^2 = 0.010$), Obsesif-kompulsif Bozukluk ($F(1, 1124) = 28.054$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.024$), Kişilerarası problemler ($F(1, 1124) = 47.274$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.040$), Depresyon ($F(1, 1124) = 6.811$; $p < 0.01$ kısmi $\eta^2 = 0.006$), Anksiyete ($F(1, 1124) = 33.690$; $p < 0.001$, kısmi $\eta^2 = 0.029$), Fobik Anksiyete ($F(1, 1124) = 24.514$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.021$), Paranoid Düşünce ($F(1, 1124) = 5.009$; $p < 0.05$ kısmi $\eta^2 = 0.004$), Ek Semptomlar ($F(1, 1124) = 7.499$; $p < 0.01$ kısmi $\eta^2 = 0.007$) ve Davranış Kontrol Listesi alt ölçekleri olan Kaygılı /Depresif ($F(1, 1124) = 72.421$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.061$), İçine kapanık/Depresif ($F(1, 1124) = 17.665$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.015$), ve somatik şikayetlerde ($F(1, 1124) = 25.471$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.022$) kızların önemli ölçüde yüksek puanlar aldıkları gözlenmiştir. Erkeklerin puanları kural-dışı davranışlarda daha yüksek ($F(1, 1124) = 98.569$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.081$); ancak İnsanlık ($F(1, 1124) = 47.608$; $p < 0.001$ kısmi $\eta^2 = 0.041$) ve Bilgelik ($F(1, 1124) = 6.052$; $p < 0.05$ kısmi $\eta^2 = 0.005$) erdem boyutlarında anlamlı düzeyde düşüktür.

4. BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu araştırmada ergenlik döneminde görülen içselleştirme ve dışsallaştırma davranışlarına yönelik karakter güçlerinin koruyucu etkilerinin olup olmadığı ve sosyo-demografik özelliklerin içselleştirme ve dışsallaştırma davranışlarına etkisi araştırılmıştır. İlk olarak sosyo-demografik özelliklere ilişkin analizler literatür ışığında değerlendirilecek daha sonra karakter güçlerinin içselleştirme ve dışsallaştırma davranışlarına olan koruyucu etkisine ilişkin bulgular yorumlanacaktır.

5.1.SOSYO-DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERE İLİŞKİN BULGULAR

Araştırma sonuçlarına göre sosyo-demografik özellikler içinde anne eğitim düzeyi önemli bir faktör olarak önümüze çıkmaktadır. Buna göre annesi daha eğitilmiş olan ergenlerde daha fazla dikkat problemleri, kural dışı davranışlar meydana gelmektedir. Bununla birlikte anne eğitim düzeyi yüksek olan ergenlerin Bilgelik ve Ölçülülük erdem boyutlarına ilişkin özellikleri göstermede yetersiz oldukları ortaya çıkmıştır.

Literatürde anne eğitim düzeyinin değerler açısından farklılıklar oluşturduğunu saptayan çalışmalar mevcuttur (Aydın, 2005; Akkaya, 2013; Keskin, 2014). Diğer taraftan anne eğitim düzeyinin değerlerin gelişimi konusunda hiçbir etkiye sahip olmadığını belirleyen çalışmalar da vardır (Aladağ, 2012; Altunay ve Yalçınkaya, 2011; Coşkun ve Yıldırım, 2009; Eser, 2012). Ayrıca anne eğitim düzeyi düşük olan ergenlerde daha fazla somatik şikayetler, sosyal sorunlar, düşünce sorunları ve içselleştirilmiş sorunlar olduğunu saptayan çalışmalara da rastlanmaktadır (Savi, 2008).

Keskin (2014)'in çalışmasında anne eğitim düzeyi düşük olanların maneviyat değer boyutunda düşük puanlar aldığı, anne eğitim düzeyi yüksek olanların ise maneviyat değerlerinin düşük olduğu saptanmıştır. Anne eğitim düzeyi üniversite olanların ise kariyer değerleri ile entelektüel toplumsal değer puanlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar bizim çalışmamızdaki anne eğitim düzeyinin yüksek olması sonucu erdem boyutlarının karşılanmaması ile örtüşmektedir. Anne eğitim düzeyi yükseldikçe annelerin çocuklarından beklentileri artabilir veya hata karşısında toleransları düşebilir. Mükemmeliyetçi bir tutumla birlikte eleştirel değerlendirmeler yapılması çocukta daha fazla

duygusal dolayısıyla davranışsal problem meydana getirebilir. Diğer taraftan eğitim düzeyinin artmasıyla annenin çocuğun yetiştirilmesi sürecinde yeterince katkı sunamaması, çocukla paylaşımlarının yetersiz düzeyde kalması da ilerleyen süreçlerde çocuk için bir takım duygusal dolayısıyla davranışsal riskler oluşturuyor olabilir.

Araştırmamızda kızların erkeklere oranla aşırı olarak içselleştirme problemleri yaşadığı ve yaşanan bu problemlerin sınıf düzeylerine göre değişmediği saptanmıştır. Erkeklerde ise yoğun bir şekilde dışsallaştırma problemleri yaşadığı saptanmıştır, erkekler kızlara oranla yüksek miktarda dışsallaştırma problemleri göstermektedir.

Araştırma sonuçları literatürle uyumaktadır. Ülkemizde yapılan çalışmaların birçoğunda kızların erkeklere göre daha fazla içselleştirme problemleri yaşadığı belirlenmiştir (Aktepe ve diğ., 2010; Aysan ve diğ.,2005; Balat ve Akman, 2006; Eskin 2000; Özusta, 1995; Savi, 2008, Şimşek, 2010). Dışsallaştırma problemleriyle ilgili literatürde cinsiyetler arası anlamlı bir farklılık bulamayan çalışmalar olmakla birlikte (Metin, 2013), çalışmaların büyük çoğunluğunda erkeklerde dışsallaştırma problemlerinin kızlara oranla daha fazla olduğu saptanmıştır (Bulut, 2010; Güler ve diğ.,2009; Savi, 2008; Siyez, 2006; Şimşek ve Önder, 2011; Yılmaz, 2000).

Eskin ve diğ., (2008)'nin ortaöğretime devam eden ergenlerde depresyonun yaygınlığını inceledikleri araştırmalarında katılımcıların %17,5'i depresyon envanteri kesim noktasının üzerinde puan almıştır ve bunların çoğu kız öğrencilerdir. Ögel ve diğ., (2006)'nin İstanbul' da ortaöğretim öğrencilerine yönelik yaptıkları, tütün, alkol ve madde kullanım yaygınlığının araştırıldığı bir çalışmada erkeklerin kızlara göre bezodiazepin dışında geri kalan tüm maddeler için daha yüksek oranda risk taşıdıkları saptanmıştır.

Ergenlerde ruhsal sorunları araştıran bir çalışmanın sonuçlarında erkeklerde okulda ve işte sorunlar, anti-sosyal davranışlar, dikkat eksikliği-hiperaktivite bozukluğu, karşıt olma bozukluğu, davranım bozukluğu gibi dışsallaştırma problemlerinin daha sık görüldüğü belirlenmiştir. Kızlarda ise anksiyete ve depresyon gibi içselleştirilmiş davranış sorunları ve sosyal ilişkilerde sorunlar ortaya çıkmıştır (Öztop, 2012).

Elde edilen bulgular doğrultusunda kızların içselleştirme erkeklerin dışsallaştırma problemlerini daha fazla göstermelerinde çevresel faktörler değerlendirildiğinde toplumsal normların etkisinden söz edilebilir. Erkeklerin saldırgan tutumları, kavga eğilimleri normal

karşılanırken kızlar için bu durum hoş görülemez bir durumdur. Dolayısıyla erkekler var olan problemlerini dışarıya yansıtabilirken kızlar bunları içlerinde tutmak durumunda kalabilirler. Ancak farklı toplumlarda yapılan araştırmalarda da bulguların genellikle bu yönde olması (Leadbeater, Kuperminc, Blatt, Hertzog, 1999; Kramer, Krueger, Hicks, 2008; Jose, Kilburg Iii, 2007) biyolojik faktörleri akla getirmektedir. Burada kadınların erkeklere oranla daha duygusal ve empatik bir alt yapıya sahip olmaları etkili olmuş olabilir.

Araştırmamızda karakter güçleri yani değerler açısından değerlendirildiğinde erkeklerin değerlere sahip olma oranı kızlara göre daha düşük bulunmuştur.

Literatüre bakıldığında tutarlı sonuçların olmadığı ancak genel eğilimin kızların değerlere erkeklerden daha fazla sahip olduğu yönünde olduğu görülmüştür. Değerler açısından cinsiyetler arasında farklılık belirtmeyen (Özkul, 2007; Turan ve Aktan, 2008; Yılmaz, 2009) ve erkeklerin daha yüksek oranda değerlere sahip olduğunu belirleyen çalışmalar mevcuttur (Sarı, 2005). Bununla beraber iki cinsiyet açısından farklı değerlerin daha önemli olduğunu belirleyen çalışmalar vardır. Bu çalışmalarda da kadınların puan ortalamaları birçok değer grubunda daha yüksek bulunmuştur. (Çalışkur, Demirhan ve Bozkurt, 2012; Dilmaç, Deniz ve Deniz, 2009, Kayır, 2011; Keskin, 2014; Sesli, 2014).

Brdar, Anic ve Rijavec (2012)'in yaptığı çalışmada kadınların ve erkeklerin on karakter gücü bakımından farklılaştığı saptanmıştır. Kadınların yüksek puanlar aldığı güçler iyilik, sevgi, şükür ve adalettir. Erkeklerin yüksek puan aldığı güçler ise umut, mizah, şükür ve meraktır.

Ancak kadınların değerlere sahip olma oranının erkeklerden daha fazla olduğunu gösteren çalışmalar yoğunluktadır. (Jacobs, Lanza, Osgood, Eccles ve Wikfield, 2002; Yıldırım, 2014). Üniversite öğrencilerinin değer yargılarının düzeyini ölçmeye yönelik yapılan bir çalışmada, öğrencilerin değer düzeyleri oldukça yüksek çıkmakla birlikte kız öğrencilerin değerleri erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur (Coşkun ve Yıldırım, 2009). Altunay ve Yalçınkaya (2011)'nin öğretmen adaylarının değerlere ilişkin görüşlerinin değerlendirildiği çalışmalarında kadınların değerlere sahip olma oranı erkeklerden yüksek olarak saptanmıştır. Eser (2012)'nin yaptığı çalışmaya göre insani değerler bakımından kız öğrencilerin puanları erkek öğrencilerin puanlarından daha yüksektir.

Bu konudaki literatür farklılığı daha fazla araştırma yapılması gerektiğine vurgu yapmaktadır. Yapılacak çalışmaların boylamsal olması daha derin ve tutarlı bilgilerin elde edilmesini sağlayabilir. Değerler, hem bilişsel süreçleri, bireysel tutum ve davranışları etkiler hem de toplumun kültürel yapısının getirdikleriyle etkileşimde bulunur. Kültürün getirdiklerini yansıtır (Altunay ve Yalçinkaya, 2011). Kızların değerlere daha fazla oranda sahip olması kültürel yapımızın bir yansıması olarak ele alınabilir. Toplumumuzda kadınların daha anlayışlı, sabırlı, yardımsever, koruyucu, saygılı, sevgi dolu vb değerler yönünden kendini eğitmesi beklenmekte bu hem aile içinde hem de tüm sosyal ortamlarda kızlardan beklenmektedir.

Bunun yanında kadınların değerlere daha fazla önem verdiği düşünülebilir. Özellikle anne olmanın bir gereği olarak topluma yön veren kişiler olmanın bilinci doğrultusunda toplumda değerlerin sürdürülmesi gerektiği inancıyla değerlere daha bağlı oldukları düşünülebilir.

Sınıflar arasında yapılan karşılaştırma neticesinde sınıflar yükseldikçe karakter güçleri yani değerlerde düşüş olduğu, alt sınıflarda değerlerin daha yoğun olarak gözlemlendiği sınıflar büyüdükçe değerlerin yitirildiği bulgusuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte sınıflar yükseldikçe dikkat problemlerinde artış olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Yapılan bazı çalışmalarda değerlerin görülme oranının sınıflar yükseldikçe düştüğü görülmektedir (Jacobs ve diğ.,2002; Kayır, 2011; Keskin, 2014; Yıldırım, 2014). Sınıf düzeyine göre değerlere sahip olma oranının anlamlı bir fark göstermediği çalışmalar da mevcuttur (Coşkun ve Yıldırım, 2009; Eser, 2012).

Keskin (2014)'in üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında son sınıf öğrencileri romantik ilişkiler değer boyutu dışındaki tüm değer boyutlarından en düşük puanları elde etmişlerdir. Bu durum öğrencilerin yaşlarının ve eğitim seviyelerinin artmasıyla birlikte değerlerini yitirdiklerini göstermektedir. Yaşın ilerlemesiyle birlikte aile dışındaki sosyal yapıların bireyin yaşantısında devreye girmesiyle değer eğilimlerindeki farklılıkların bireylerde çatışma yarattığı ve değersizleşmeye doğru götürdüğü düşünülebilir. Önemli bir diğer durum ise eğitim düzeyinin artmasıyla değerlerin azalmasıdır, buradan eğitim sisteminin değerleri daha geri planlarda bırakarak, akademik başarıyı değerler olmadan önceliklendirmesinin olumsuz sonuçlarını görebiliriz.

5.2.KARAKTER GÜÇLERİNİN İÇSELLEŞTİRME VE DIŞSALLAŞTIRMA DAVRANIŞLARINA YÖNELİK ETKİLERİNE İLİŞKİN BULGULAR

Yapısal eşitlik modellemesi ışığında gerçekleştirilen araştırmamızda tüm değişkenler, gizil değişkenler de dahil olmak üzere çok yüksek oranda anlamlı çıkmıştır.

Araştırmamız sonucunda içselleştirme problemleri üzerinde karakter güçleri yani değerlerin çok yüksek oranda koruyucu etkisi olduğu ortaya çıkmıştır. Karakter güçlerine sahip, değerleri gelişmiş bireyler içselleştirilmiş problemlerden daha yüksek oranda korunmaktadır.

Dışsallaştırma problemlerine yönelik olarak karakter güçleri yani değerlerin koruyucu etkisi vardır. Direkt koruyucu etki olarak ele aldığımızda düşük bir oran olarak ortaya çıkmıştır ancak dolaylı koruyucu etki olarak değerlendirildiğinde oldukça yüksek bir etkiye sahiptir. Yaptığımız araştırmada dışsallaştırma problemlerinin altında içselleştirme problemleri olduğu ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla karakter güçleri içselleştirme problemlerine ilişkin koruyucu etkisiyle dolaylı olarak dışsallaştırma problemlerine yönelik olarak da oldukça güçlü koruyucu etkilere sahiptir.

Literatüre bakıldığında manevi değerlerin koruyuculuğu konusunda yapılmış çalışmalara rastlanmaktadır (Emhan ve Çayır, 2010; Karataş, 2011).Ülkemizde yapılan bir çalışmada tinsel değerlerin bireyi stresli dönemlerinde duygu ve öfke patlamalarından, kızgınlık belirtilerinden korumaktadır. Yine bu değerlere ileri düzeyde bağlı olduğunu belirtenlerin stresli dönemlerinde alkol ve madde kullanımı gibi risklerden anlamlı düzeyde korunduğu ortaya saptanmıştır (Emhan ve Çayır, 2010).

Karababa ve Dilmaç (2015)'ın ergenler üzerinde yaptığı çalışmada insani değerlerin sürekli, içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış öfke arasında negatif, kontrollü öfke arasında pozitif yönde bir ilişki vardır. Ergenlerde insani değerler düzeyi arttıkça ergenlikte sıklıkla görülen öfke duygusunun hem daha az hissedildiği hem de doğru ifade biçimleriyle aktarıldığı ortaya çıkmıştır.

Yurtdışında karakter güçlerinin pozitif etkilerini gösteren, yaşam memnuniyeti (Proctor, Tsukayama, Wood, Maltby, Eades, Linley ve diğ., 2011), yaşam doyumu (Proyer ve

diğ., 2011), öznel iyi oluş (Gilham, 2011) konularıyla doğrudan bağlantısını saptayan çalışmalar yapılmıştır. ayrıca karakter güçlerinin fiziksel ve psikolojik bozukluklarla olan ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmada psikolojik bozukluk yaşayıp iyileşenlerin estetik ve mükemmelliğin takdiri, özgünlük, merak, şükür, öğrenmeye açık oluş güçleri hiç psikolojik bozukluk geçirmeyenlerden daha yüksek olarak saptanmıştır (Peterson ve diğ., 2006).

2006' da travma sonrası stres bozukluğu olan ve olmayan eski askerlerle yapılan bir çalışmada, TSSB olan askerlerin olmayanlara göre önemli düzeyde düşük ruhsal şükür gösterdikleri saptanmıştır. Ruhsal şükürün iyi oluş ve günlük pozitif etkileri yordadığı çalışmada ortaya çıkmıştır (Kashdan, Uswatte ve Julian, 2006). Eski askerlerle yapılan başka bir çalışmada ise karakter güçlerinin iyi oluş ve sosyal anksiyete durumlarıyla olan ilişkiye bakılmıştır. TSSB olan askerlerde idare etme negatif kişilik özellikleriyle kendini gösteren sosyal anksiyetenin karakter güçleri ve iyi oluşla negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Çalışmada TSSB olan askerlerin olmayanlara göre karakter güçleri düzeyinin daha düşük olduğu da belirlenmiştir (Kashdan, Julian, Merritt ve Uswatte, 2006).

Park ve Peterson (2008a)' ın yapmış olduğu çalışmada umut, yaşam coşkusu ve liderlik güçlerinin depresyon ve anksiyete ile dürüstlük, sebatkarlık, sevgi ve sağduyu güçlerinin ise agresyon gibi dışsallaştırma problemleri ile daha az ilişkili olduğu belirlenmiştir. Üzüntü ve okulda gösterilen uyumsuzluk tutumlarıyla ilgili yapılan bir araştırmada bu tür içselleştirme ve dışsallaştırma problemleriyle umut gücünün negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır (Gilman, Dooley ve Florell, 2006).

Yapılan çalışmalar araştırmamızla paralel sonuçlar belirtmektedirler. İçselleştirme problemlerine yönelik değerlerin koruyucu etkisi; duygu düzenleme mekanizmasını işlevsel hale getirmesinde ileri geliyor olabilir. Bireyin düşünce, tutum ve davranışları sahip olduğu değer yargılarından etkilenebilir. Belli değer yargıları olan birey yaşam deneyimleri karşısında tutarlı düşünelere sahip olacağından istikrarlı tutumlar takınabilir. Bu durum bireyin duygu durumunu kontrol altında tutmasında kendisine kolaylık sağlayabilir. İçselleştirme problemlerinin temelinde duygular olduğundan bu problemleri yaşama riski düşebilir. Bununla birlikte umut, iyilik, sevgi gibi güçlerin yaşam doyumunu, öznel iyi oluşu, yaşam memnuniyetini dolaysız olarak pozitif yönde etkilediği çalışmalarda mevcuttur (Park ve diğ., 2008a). Bu değerlerin var olması ve geliştirilmesi de değerlerin koruyucu etkisini göstermektedir.

Dışsallaştırma problemlerinin oluşmasının temelinde içselleştirme problemleri vardır. Yani dışsallaştırma problemlerinin varlığı büyük oranda bireydeki içselleştirme problemlerinin varlığı neticesinde ortaya çıkmaktadır.

Araştırmamızda dışsallaştırılmış problemlerin temelinde içselleştirilmiş problemlerin bulunduğu sonucu çıkmıştır. Buna bağlı olarak duygu düzenleme mekanizmasının işlevsel hale gelmesinin dolaylı olarak dışsallaştırma belirtilerini ortadan kaldıracığı düşünülebilir. Yapılan çalışmalarda dürüstlük, sebatkarlık, sevgi gibi güçlerin dışsallaştırma belirtileriyle negatif ilişkili olduğu belirtilmiştir (Park ve diğ., 2008a). Özellikle aşkınlık erdem boyutu ve güçlerinin bireyde var olması veya geliştirilmesinin dışsallaştırma belirtilerine yönelik negatif etkiler göstereceği düşünülmektedir.

Literatüre bakıldığında ülkemizde içselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin birbirini etkilediği, bir problem alanının varlığında genel olarak diğer problem alanının da eşlik ettiğini belirten çalışmalar mevcuttur (Aysan ve diğ., 2005; Siyez, 2006). Bununla birlikte yurtdışında yapılan bazı çalışmalar (Farrell, 1992; Gillmore, 1991; Tildesley, 1995; White ve Labouvie, 1994) ise ergenlerin herhangi bir alanda davranış problemi göstermesinin diğer alanlarda da problem davranışlar göstereceği anlamına gelmediğini göstermektedir (Akt.; Siyez, 2006).

Siyez (2006)' in araştırmasında herhangi bir alanda davranış problemleri gösteren bireylerin diğer alanlarda da problemler sergilemeleri olasılığı hiç problem yaşamayan ergenlerden daha fazla olduğu saptanmıştır.

Okul öncesi öğrencileriyle yapılan çocukların sosyal davranışlarında duygu düzenlemenin rolünün incelendiği bir çalışmada tepkiselliğin olumlu sosyal davranışlarla, odaklanmanın yani sürekliliğin ise saldırganlık ile negatif anlamlı ilişkiler gösterdiği saptanmıştır (Arı ve Yaban, 2016). Çalışmada çocukların stresli ve olumsuz deneyimlerle baş edebilmeleri için kendi kızgınlık ve üzüntü duygularının üstesinden gelebilmeleri gerekmektedir vurgusu yapılmaktadır (Eisenberg ve Fabes, 1992; Akt; Arı ve Yaban, 2016). Nitekim yurtdışında yapılan bir çalışmada tepkiselliğin ve odaklanamamanın davranış sorunları oluşturma riskini arttırdığı belirtilmektedir (Sanson ve diğ., 2009). Bu yaklaşım elde ettiğimiz sonuç ile paraleldir. Duygu kontrolü davranış kontrolünü de beraberinde getirebilir veya davranış problemlerinin temelinde duygusal sorunlar mevcuttur. Davranış problemlerinin başlangıcında duygusal gereksinimlerin karşılanmamış olması olabilir. Sevgi

ve ilginin varlığı, koşulsuz kabul yaklaşımının bireyleri rahatlattığı ve mutlu ettiği bilinen bir durumdur. Bunların yokluğunda ilk olarak duygusal yoksunlukların oluşacağı dolayısıyla bireyin zamanla davranış bozuklukları gösterebileceği düşünülebilir.

5.3.ÖNERİLER

Değerlere sahip olmanın koruyucu olduğu görüldüğünden eğitim sistemi içerisinde değerler konusunun daha fazla yer almasıyla karşılaşılan problemlerin azalacağı düşünülmektedir. Yetkililerce yapılacak düzenlemelerle değerlerin belli saatlerde okullarda diğer müfredatla birlikte uygulamalı olarak öğretiliyor olması bireylerin problemlerden korunmasında daha etkili olabilir.

Özellikle okullarda rehberlik servislerinin ve okul danışmanlarının rolü yetkililerce yapılacak düzenlemelerde bu konuda daha fazla vurgulanabilir. Rehberlik etkinlikleri içerisinde erken yaşlardan itibaren uygulanabilir değerler içerikli müdahale programları geliştirilerek uygulanması sağlanabilir. Kişisel rehberlik alanında çalışmaların yoğunlaştırılması, mesleki ve eğitsel rehberlikle birlikte ilerlemesi olumlu sonuçlar doğurabilir.

İçselleştirme ve dışsallaştırma problemlerinin ortaya çıkışında aile tutumlarının oldukça önemli olduğu görülmektedir. Bu nedenle müdahale çalışmalarında aileler sürece dahil edilebilir ve aile rehberliği öğrencilere yapılan rehberlikle eşgüdümlü olarak ilerleyebilir. Böylece aile problemin oluşmasına neden olmak yerine koruyucu bir mekanizma olarak aktif hale getirilebilir.

Kadınların değerlere daha fazla sahip olması buna karşılık erkeklerin değer puanlarının düşük olması toplumun cinsiyetçi yaklaşımının bir sonucu olabilir. Okulların toplumsallaşmayı sağlayan bir mekanizma olduğu düşünüldüğünde; eğitim kurumlarının bu konuda gerekli tedbirleri alması, cinsiyetçiliğe karşı eğitim süreçlerinin desteklenmesi önemli sonuçlar ortaya çıkarabilir.

Duygusal gelişimin insan hayatındaki önemi ve bu gelişim sürecinde annenin rolü ele alındığında, sağlıklı bir toplumun oluşabilmesi adına annelerin belli bir yaş dönemine kadar çocuklarıyla yeterince zaman geçirebilecekleri şekilde desteklenmeleri gerektiği görülmektedir. Özellikle çalışan anneler konusunda yetkililerce bir takım düzenlemelerin yapılması bireyin dolayısıyla toplumun huzuru için elzem olabilir.

KAYNAKÇA

- Akdemir, D., Çetin- Çuhadaroğlu, F. (2008). Çocuk ve ergen psikiyatrisi bölümüne başvuran ergenlerin klinik özellikleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15 (1), 5-14.
- Akkaya N. (2013). Eğitim fakültesi öğrencilerinin değer tercihleri (deu. buca eğt. fak. örneği). *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 17(2),69-82.
- Aktepe, E., Demirci, K., Çalışkan A., Sönmez, Y. (2010). Çocuk ve ergen psikiyatrisi polikliniğine başvuran hastalarda belirti ve tanı dağılımları. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 23, 100-108.
- Aladağ, S. (2012). İlköğretim sosyal bilgiler öğretiminde değer eğitimi yaklaşımlarının öğrencilerin sorumluluk değerini bilişsel düzeyde kazanmalarına etkisi, *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 16 (1), 123-146.
- Albayrak Kaymak, D.(1994). Kişiler arası davranış biçimlerine dualist bir bakış: içselleştirme ve dışsallaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (32). 35-46.
- Alikaşifoğlu, M. (2008). Ergenlerde davranışsal sorunlar. *Adolesan Sağlığı 2*, Sempozyum Dizisi. 63, 55-59.
- Altun, M., Kutlu, Y. (2015). Ergenlerin yeme davranışları ile ilgili görüşleri: niteliksel çalışma. *F.N. Hem. Dergisi*, 23(3): 174-184.
- Altunay, E., Yalçınkaya, M. (2011). Öğretmen adaylarının bilgi toplumunda değerlere ilişkin görüşlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*. 17(1). 5-28.
- Arı, M., Yaban, H. (2016). Okulöncesi dönemdeki çocukların sosyal davranışları: mizaç ve duygu düzenlemenin rolü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 31(1): 125-141.
- Arslan, G.(2012). *Ortaöğretimde öğrenim gören ergenlerde görülen problem davranışların aile sorunları ve aile yapısı açısından incelenmesi*. Pamukkale Üni: Yüksek Lisans Tezi.

- Atay, İ. M., Kerimoğlu, E. (2003). Ergenlerde intihar davranışı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 10 (3), 128-136.
- Avcı, M. (2006). Ergenlikte toplumsal uyum sorunları. *E-Dergi.Atauni.Edu.Tr*, 7 (1). 39-64.
- Aydın, A. (2005). *Dil ve tarih coğrafya fakültesi öğrencilerinin değer hiyerarşileri ile ilahiyat fakültesi öğrencilerinin değer hiyerarşilerinin karşılaştırılması*. Ankara Üniversitesi : Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Aydın, B. (2015). *Çocuk ve ergen psikolojisi*, (5. Baskı), İstanbul: Nobel Yayınları.
- Aysan, F., Siyez, M.D., Uz Baş, A. (2005). Lise öğrencilerinde görülen duygusal ve davranışsal problemler ile denetim odağı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 21, 43-58.
- Bahçıvan- Saydam, R., Gençöz, T.(2005). Aile ilişkileri, ebeveynin çocuk yetiştirme tutumu ve kendilik değerinin gençler tarafından belirtilen davranış problemleri ile olan ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20 (55), 61-74.
- Balat, G., Akman, B.(2006). Lise öğrencilerinin psikolojik durumlarının sosyodemografik özelliklerine göre incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 13 (1), 3-12.
- Bayramkaya, E., Toros, F., Özge, C.(2005). Ergenlerde sosyal fobi ile depresyon, öz kavram, sigara alışkanlığı arasındaki ilişki. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 15, 165-173.
- Beck, A.T. (2015). *Bilişsel terapi ve duygusal bozukluklar*, (3. Baskı). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Biswas-Diener, R. (2006). From the equator to the north pole. A study of character strengths. *Journal of Happiness Studies*, 7, 293–310.
- Brdar, I. ve Kashdan, T. B. (2010). Character strengths and well-being in Croatia: An empirical investigation of structure and correlates. *Journal of Research in Personality*, 44, 151-154.
- Brdar, I., Anic, P., Rivajec, M. (2012). Character strengths and well-being: are there gender differences? *Springer*, 145-156.

- Bulut, F. (2010). *Ergenlerde görülen kural dışı davranışların aile işlevselliği, aile risk faktörü ve yaşam kalitesi açısından incelenmesi*, Çukurova Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*,(18. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Coşkun, Y., Yıldırım, A.(2009). Üniversite öğrencilerinin değer düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*. 6 (1). 311-328.
- Çalışkan, A., Demirhan, A., Bozkurt, S. (2012). Değerlerin belirli meslek alanları ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. 17 (1). 219-236.
- Çalışkur, A.,Demirhan, A.,Bozkurt,S.(2012). Değerlerin belirli meslek alanları ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 17, (1), 219-236.
- Çavdar, E., Sümer, E., Eliaçık, K., Arslan, A., Koyun, B., Korkmaz, N., Kanık, A., Erginöz, E., Ercan, O., Alikashifoğlu, M. (2015). İzmir’de liseye devam eden ergenlerin sağlık davranışları. *Türk Pediatri Arşivi*, 51: 22-34.
- Çınar, G.(2010). *İlköğretim okulu 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin psikososyal faktörler açısından uyum süreçlerinin değerlendirilmesi*. Maltepe Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Çok, F., Karaman, N., Ercan, H., Büyüköztürk, Ş. (2009). *Ergenlikte riskli davranışların yaygınlığının belirlenmesi ve azaltılması: Okul temelli bir proje*.
- Dereboy, Ç., Şenol, S., Şener, Ş., Dereboy, F. (2007). Connors kısa form öğretmen ve anne-baba değerlendirme ölçeğinin geçerliği. *Türk Psikiyatri Derg*, 18(1):48-58.
- Dilmaç, B. (1999). *İlköğretim öğrencilerine insani değerler eğitimi verilmesi ve ahlaki olgunluk ölçeği ile eğitimin sınanması*. Marmara Üniversitesi: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,
- Dilmaç, B. (2007). *Bir grup fen lisesi öğrencisine verilen insani değerler eğitiminin insani değerler ölçeği ile sınanması*. Selçuk Üniversitesi: Yayınlanmamış Doktora Tezi.

- Dilmaç, B., Deniz, M., Deniz, M. (2009). Üniversite öğrencilerinin öz-anlayışları ile değer tercihlerinin incelenmesi. *Journal of Values Education* .7 (18). 24-12.
- Duy, B., Yıldız, M. A. (2014). Ergenler için duygu düzenleme ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 5 (41), 23-35.
- Ekşi, A. (1985). *Gençlik döneminde uyum ve davranış sorunları*. (Gençlik Yılı Konferansları). İstanbul: Hilâl Matbaası, 25-38.
- Emhan, A., Çayır, C.(2010). Girişimcilerin stres ile baş edebilmesinde tinsel değerlerin etkisi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 24 (2), 101-120.
- Ercan, Oya. (2001). İstanbul lise gençlerinde riskli davranışların sıklığı ve cinsiyete göre dağılımı. *Türk Pediatri Arşivi*, 36: 199-211.
- Erkan, Z. (2002). Sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. *M.Ü.Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10, 76-167.
- Erözkan, A. (2009). İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinde depresyonun yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(2), 334-345.
- Ertem, Ü., Yazıcı, S. (2006). Ergenlik döneminde psiko-sosyal sorunlar ve depresyon. *Aile ve Toplum Dergisi*, 8 (3), 7-12.
- Eser, A.(2012).*İlköğretim öğrencilerinin insani değer düzeyleri ile çevresel tutumları arasındaki ilişki*. Yeditepe Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Eskin, M (2000). Ergen ruh sağlığı sorunları ve intihar davranışıyla ilişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 3, 228-234.
- Eskin, M., Ertekin, K., Harlak, H., Dereboy, Ç. (2008). Lise öğrencisi ergenlerde depresyonun yaygınlığı ve ilişkili olduğu etmenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19 (4), 382-389.
- Geçtan, E. (2013). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*, (21. Baskı), İstanbul: Metis Yayınları.
- Gençtanırım- Kuru, D. (2010). *Ergenlerde riskli davranışların yordanması*. Hacettepe Üniversitesi: Doktora Tezi.

- Gillham, J. Adams-Deutsch, Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M. ve diğeri. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 31-44.
- Gilman, R., Dooley, J., & Florell, D. (2006). Relative levels of hope and their relationship with academic and psychological indicators among adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25 , 166–178.
- Güler, N., Güler, G., Ulusoy, H., Bekar, M. (2009). Lise öğrencileri arasında sigara, alkol kullanımı ve intihar düşüncesi sıklığı. *Cumhuriyet Tıp Dergisi*, 31, 340-345.
- Güney, M. (1998). Ergenlik dönemi depresyonları. *Psikiyatri Dünyası Dergisi*, 2, 41-44.
- Hu, L.; Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55.
- İşcan, C. D. (2007). *İlköğretim düzeyinde değerler eğitimi programının etkililiği*. Hacettepe Üniversitesi: Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Jacobs, J. E., Lanza, D., Osgood, D. W., J. E., Eccles, . Wikfield, A. (2002). Changes in children's Self Competence and values: gender and domain differences across grades one through twelve. *Journal of Child Development*, 73 (2). 509-527.
- Jessor, R. (1991). Risk behavior in adolescence: A psychosocial framework for understanding and action. *Journal of Adolescent Health*, 12, 597-605.
- Jessor, R., (1987). Problem behavior theory, psychosocial development, and adolescent problem drinking. *British Journal of Addiction*, 82, 331-342.
- Jose, P. E., Kilburg Iii, D.F. (2007). Stress and coping in Japanese children and adolescents. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 20 (3). 283-298.
- Kabakçı, Ö.F. (2013). *Karakter güçleri açısından pozitif gençlik gelişiminin incelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi: Yayınlanmamış Doktora Tezi.

- Karababa, A., Dilmaç, B.(2015). Ergenlerde insani değerlerin sürekli öfke ve öfke ifade biçimlerini yordamadaki rolü. *İlköğretim Online*, 14(3), 1149-1158.
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel araştırma yöntemleri*,(11. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- Karataş, M. (2011) . *Where religion, community and consumption meet: a qualitative inquiry into the consumption practices of a religious community*, A Master's Thesis, Ğhsan Doğramacı Bilkent University, Ankara.
- Kashdan T.B., Julian, T., Merritt, K., Uswatte, G.(2006). Social anxiety and posttraumatic stress in combat veterans: Relations to well-being and character strengths. *Behaviour Research and Therapy* , 44, 564-583.
- Kashdan, T.B., Uswatte, G., Julian, T. (2006). Gratitude and hedonic and eudaimonic well-being in Vietnam war veterans. *Behaviour Research and Therapy* , 44, 177-199.
- Kayır, G. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinin değer algılarının incelenmesi: Eskişehir İli Örneği*. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Kaymak, D. (1994). Kişiler arası davranış biçimlerine dualist bir bakış: içselleştirme ve dışsallaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (32), 35-46.
- Keskin, U. (2014). *Sınıf öğretmeni adaylarının insani değerlere sahip olma düzeylerinin incelenmesi*. Sakarya Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Kıran Esen, B. (2003). Ergenlerin akran baskısı düzeyleri ve cinsiyetlerine göre sigara içme davranışlarının incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3 (1), 167-188.
- Köknel, Ö. (2014). *Kaygıdan korkuya*, İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Köknel, Ö.(2004). *Korkular saplantılar takıntılar*, (5. Baskı), İstanbul: Altın Kitaplar.
- Kramer,M.D., Krueger, R.F.,HicksB.M.(2008).The role of internalizing and externalizing liability factors in accounting for gender differences in the prevalence of common psychological syndromes. *Psychological Medicine*, 38, 51-61.
- Kulaksızoğlu, A. (2005). *Ergenlik psikolojisi*, İstanbul: Remzi Yayınları.

- Kulaksızoğlu, A.(1990). Gençlik çağı ve ülkemizde gençlik sorunları. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*.
- Kurtaraner, M. (2012). *Obezitesi olan ve olmayan 14 - 17 yaş aralığındaki ergenlerin ruhsal süreçlerinin, beden algıları, aile özellikleri ve beslenme alışkanlıkları yönünden incelenmesi*. İstanbul Bilim Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Kütük, M. Ö. (2010). *Obsesif kompulsif bozukluğu olan çocuk ve ergenlerin sosyodemografik ve klinik özellikleri*. Mersin Üni: Uzmanlık Tezi.
- Leadbeater, B.J., Kuperminc, G.P. Blatt , S.J. Hertzog, C.(1999). A multivariate model of gender differences in adolescents' internalizing and externalizing problems. *Developmental Psychology*, 35 (5), 1268-1282.
- Ledesma, R. D., & Valero-Mora, P. (2007). Determining the number of factors to retain in EFA: An easy-to-use computer program for carrying out parallel analysis. *Practical Assessment, Research and Evaluation*, 12(2), 1–11.
- Linley, P. A., Maltby, J., Wood, A. M., Joseph, S., Harrington, S., Peterson, C. ve diğerleri. (2007). Character strengths in the united kingdom: The via inventory of strengths. *Personality and Individual Differences*, 43, 341–351.
- Metin, G.(2013). *Düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip ergenlerde olumsuz yaşam olayları ve duygusal-davranışsal uyum ilişkisinde özdenetimin aracı rolü*. İstanbul Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Ögel, K., Çorapçioğlu, A.,Sır, A., Tamar, M., Tot Ş., Doğan, O., Uğuz Ş., Yenilmez, Ç., Bilici, M., Tamar, D., Liman, O., (2004). Dokuz ilde ilk ve ortaöğretim öğrencilerinde tütün, alkol ve madde kullanım yaygınlığı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(2),112-118
- Ögel, K., Taner, S., Eke, C.Y. (2006). Onuncu sınıf öğrencileri arasında sigara, alkol ve madde kullanım yaygınlığı: İstanbul Örnekleme. *Bağımlılık Dergisi*, 7(1), 18-23.
- Öner, P., Aysev, A. (2001). Çocuk ve ergenlerde obsesif kompulsif bozukluk. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 10 (11), 409-411.

- Özbay, H., Göka, E., Aktaş, A., Öztürk, E., Şahin, N., Güngör S., Aybaş, M., Hınçal, G. (1991). Ergenlerde sigara, alkol ve madde kullanımının benlik imajı, sigara, depresyon ve anksiyete ölçümleri ile ilişkileri. *Düşünen Adam*, 4(3), 53-58.
- Özkul, A. S. (2007). *yaşam ve çalışma değerlerini etkileyen faktörler sdü öğrencileri üzerine bir araştırma*. Süleyman Demirel Üniversitesi: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Öztop, D. B. (2012). Adolesanda ruhsal sorunlar. *Türk Aile Hek Dergisi*, 16, 14-18.
- Özusta, H.Ş. (1995). Çocuklar için durumluk-sürekli kaygı envanteri uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10 (34), 32-44.
- Park, N. (2004b). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25-39.
- Park, N. (2009). Building strengths of charecter: keys to positive youth development. *Reclaiming Children and Youth*, 18 (2), 42-47.
- Park, N. ve Peterson, C. (2006a). Moral competence and character strengths among adolescents: The development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. *Journal of Adolescence*, 29 (6), 891-909.
- Park, N. ve Peterson, C. (2006b). Character strengths and happiness among young children: Content analysis of parental descriptions. *Journal of Happiness Studies*, 7, 323-341.
- Park, N., Peterson, C. ve Seligman, M. E. P. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
- Park, N., Peterson, C., ve Seligman, M. E. P. (2006). Character strengths in fifty-four nations and the fifty US states. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 118-129.
- Park, N., ve Peterson, C. (2008a). Positive psychology and character strengths. Application to strengths-based school counseling. *Professional School Counseling*, 12(2), 85-92.
- Peterson, C. ve Park, N. (2004). Classification and measurement of character strengths: Implications for practice. In P. Alex Linley ve S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 433-446). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons Inc.

- Peterson, C., ve Park, N. (2009). Classifying and measuring strengths of character. In S. J. Lopez ve C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology*, 2nd edition (pp. 25-33). New York: Oxford University Press.
- Peterson, C., Park, N. ve Seligman, M. E. P. (2006). Greater strengths of character and recovery from illness. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1), 17–26.
- Proctor, C., Tsukayama, E., Wood, A., Maltby, J., Eades, J., Linley, P. A. (2011). Strengths gym: The impact of a character strengths-based intervention on the life satisfaction and well-being of adolescents. *The Journal of Positive Psychology*, 6(5), 377-388
- Proyer, R. T., Gander, F., Wyss, T. ve Ruch, W. (2011). The relation of character strengths to past, present, and future life satisfaction among german-speaking women. *Applied Psychology: Health And Well-Being*, 3(3), 370-384.
- Proyer, R. T., Ruch, W., ve Buschor, C. (2012). Testing strengths-based interventions: A preliminary study on the effectiveness of a program targeting curiosity, gratitude, hope, humor, and zest for enhancing life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*. DOI 10.1007/s10902-012-9331-9
- Saçan, S. (2010). *Sosyal hizmetler çocuk esirgeme kurumunda korunma altında iken aile yanına döndürülen 6-18 yaş çocuk ve gençlerin duygusal ve davranış sorunları; kütahya ili örneği*, Hacettepe Üniversitesi: Doktora Tezi.
- Sağlık İstatistikleri Yıllığı. (2014). TC Sağlık Bakanlığı.
- Sanson, M., Marie, Y., Paris, S., Idbaih, A., Laffaire, J., Ducray, F., Hallani, S., Boisselier, B., Mokhtari, K., Hoang-Xuan, K., Delattre, J. (2009). Isocitrate dehydrogenase 1 codon 132 mutation is an important prognostic biomarker in gliomas. *Journal of Clinical Oncology*. 27 (25), 4150-4154.
- Sarı, C. (2006). *Lise öğrencilerinde riskli sağlık davranışları*. Marmara Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Sarı, E. (2005). Öğretmen adaylarının değer tercihleri: Giresun Eğitim Fakültesi Örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 3 (10), 73-88.

- Savi, F.(2008). *12–15 yaş arası ilköğretim öğrencilerinin davranış sorunları ile aile işlevleri ve anne-baba kişilik özellikleri arasındaki ilişkisinin incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi: Doktora Tezi.
- Saydam, R., Gençöz,T. (2005). Aile ilişkileri, ebeveynin çocuk yetiştirme tutumu ve kendilik değerinin gençler tarafından belirtilen davranış problemleri ile olan ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20(55), 61-74.
- Sesli, Ç (2014). *Ortaöğretim öğrencilerinin özerklik düzeyleri ile değer yönelimleri ve kendini ayarlama düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Erciyes Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Sharf, S. S. (2014). *Psikoterapi ve psikolojik danışma kuramları kavramlar ve örnek olaylar*. İstanbul: Nobel Yayınları.
- Sırrı, V.(2015). *Karakter eğitimi çerçevesinde çocuklarda adalet algısının oluşumu ve gelişimi*. Marmara Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Siyez, D. M. (2013). *Ergenlerde problem davranışlar. Okul temelli önleme çalışmaları ile ilgili uygulama örnekleri*, (4. Basım), Ankara: Pegem Akademi.
- Siyez, D.M. (2006). *15-17 yaş arası ergenlerde görülen problem davranışların koruyucu ve risk faktörleri açısından incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi: Doktora Tezi.
- Siyez, D.M., Aysan, F. (2007). Ergenlerde görülen problem davranışların psiko-sosyal risk faktörleri ve koruyucu faktörler açısından yordanması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, XX (1), 145-171.
- Steen, T. A., Kachorek, L. V., ve Peterson, C. (2003). Character strengths among youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(1), 5–16.
- Steinberg, L. (2013). *Ergenlik*, (2. Baskı), Ankara: İmge Yayınevi.
- Şahin, Batıgün, Uğurtaş, (2002). Kısa semptom envanteri (KSE): Ergenler için kullanımının geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2):125-135

- Şimşek, S. (2010). *Ergenlerde davranış problemlerinin anne-babadan ve öğretmenlerden algılanan duygusal istismar açısından incelenmesi*. Çukurova Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Şimşek, S., Önder, F. (2011). Ergenlerde davranış problemlerinin, anne-babadan ve öğretmenlerden algılanan duygusal istismar açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(3), 1124-1137.
- Şimşek, Z., Erol, N., Öztop, D., Özer Özcan, Ö. (2008). Kurum bakımındaki çocuk ve ergenlerde davranış ve duygusal sorunların epidemiyolojisi; ulusal örneklemede karşılaştırmalı bir araştırma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3):235-246.
- Tanrıverdi, D., Savaş, E., Gönüllüoğlu, N., Kurdal, E., Balık, G., (2014). Lise öğrencilerinin yeme tutumları, yeme davranışları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Gaziantep Tıp Dergisi*, 17(1):33-39.
- Topuz, C (2013). *Üniversite öğrencilerinde özgeciliğin öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi*. Fatih Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Turan, S. ve Aktan, D. (2008). Okul hayatında var olan ve olması düşünülen sosyal değerler. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6 (2), 227-259.
- Ulusoy, M. D., Demir, N., Baran, A. (2005). Ebeveynin çocuk yetiştirme biçimi ve ergen problemleri: ankara ili örneği. *Hacettepe Edebiyat Dergisi*, 367-386.
- Uzun, N. (2014). *Ergenlerde sağlıklı yaşam biçimi davranışları, algılanan ebeveyn kontrolü ve depresyon ile obezitenin ilişkisi: obezite için koruyucu ve risk faktörleri*, Adnan Menders Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Üstün, B. (2008). *Yetiştirme yurdu deneyimi olan genç yetişkinlerin çocuklarının duygusal ve davranışsal sorunları*, Ankara Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.
- Üstünyer, F. (2009). *Karakter eğitimi ile ilgili eğitimcilerin görüşleri üzerine nitel bir araştırma*. Yeditepe Üniversitesi: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Whisman, M. A. (2010). *Depresyonun uyarlamalı bilişsel terapisi*, İstanbul: Litera Yayıncılık.

Yaşar, K. (2015). *Eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile psikolojik sağlamlık ve affetme düzeyleri arasındaki ilişki*. Uludağ Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.

Yavuzer, H. (2015). *Çocuk psikolojisi*, (38.Baskı), İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2011). *Çocuk ve suç*, (14. Baskı), İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yıldırım, Y. (2014). *Ortaokul 5. ve 6. sınıf öğrencilerinin ahlaki olgunluk düzeyi ile sosyal tutumlarının incelenmesi*. Erzincan Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.

Yılmaz, E. (2009). Öğretmenlerin değer tercihlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7 (17). 109-128.

Yılmaz, T. (2000). *Ergenlerde risk alma davranışının incelenmesi*. Ege Üniversitesi: Yüksek Lisans Tezi.

Yörükoğlu, A. (2012). *Gençlik çağı*, (14.Baskı), İstanbul: Özgür Yayınları.

Yörükoğlu, A. (2015). *Çocuk ruh sağlığı*, (36.Baskı), İstanbul: Özgür Yayınları

EK 1.



VIA Survey Approval/Agreement Form

Dear Senra Kiye,

In order to provide you with your request for the VIA Youth Survey questions in Turkish, we ask that you confirm your agreement with the following statements:

- I agree to keep the information strictly confidential and will not distribute it unless I'm given written permission from VIA. I will not publish the survey questions in my dissertation.
- I agree to use the information for research purposes only.
- I agree to have the responses to the VIA Survey questions or VIA Youth Survey questions entered into the VIA Survey system found at www.viacharacter.org and that no other form of scoring will be used.
- I will limit the application and interpretation of results to that which is provided by VIA and otherwise is scientifically based.
- I understand that the VIA Survey and VIA Youth Survey are provided free of charge, thus I will not charge my participants for taking either version of the VIA Inventory of Strengths.
- I agree to share my findings and outcomes with the VIA Institute, (kellya@viacharacter.org & ryan@viacharacter.org).
- I agree to cite the VIA properly, according to the citations noted here:

Citation in text (depending on the version we've sent you):

- "the 240-item VIA Inventory of Strengths (VIA-IS; VIA Survey)"
- "the 120-item VIA Inventory of Strengths (VIA-IS; VIA Survey)"
- "the 72-item VIA Inventory of Strengths (VIA-IS; VIA Survey)"
- "the 198-item VIA Inventory of Strengths for Youth (VIA Youth Survey)"
- "the 96-item VIA Inventory of Strengths for Youth (VIA Youth Survey)"

Use both of these references for the VIA Inventory of Strengths (VIA-IS):

Peterson, C., & Park, N. (2009). Classifying and measuring strengths of character. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology*, 2nd edition (pp. 25-33). New York: Oxford University Press.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association.

Use this reference for the VIA Classification:

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association.

In signing, I understand and will adhere to ALL of the statements above.

Signature

Name (printed)

Date

EK 2. ETİK KURUL

T.C.
YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Birimler Etik Kurul Başkanlığı



Sayı: *-17-*
Konu :

22/12/2015



Sayın Yrd. Doç. Dr. Murat BOYSAN
(Edebiyat Fakültesi)

Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulunun 21.12.2015 tarih ve 06 sayılı kararı gereğince; Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik danışma programında tez danışmanlığını yürütmekte olduğunuz Semra KİYE'yle "Ergenlerde Karakter Güçlerinin İçselleştirme ve Dışsallaştırma Belirtilerine İlişkin Koruyucu Etkisi" başlıklı Yüksek Lisans Tez çalışması ile ilgili kurulumuzca alınan karar ekte sunulmuştur.

Gereğini bilgilerinize rica ederim.


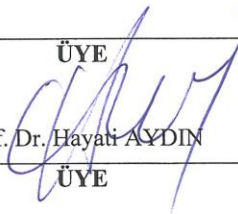
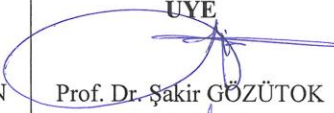
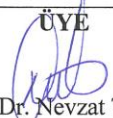
Prof. Dr. Zeki TAŞTAN
YYÜ. Sosyal ve Beşeri Birimler Etik Kurulu Başkanı

Eki: YYÜ Sosyal ve Beşeri Birimler Bilim Etik Kurul Kararı

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>T.C. YÜZÜNCÜ YIL ÜNİVERSİTESİ SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURUL BAŞKANLIĞI</p> <p>ETİK KURUL KARARLARI</p> |  |
| TOPLANTI TARİHİ: 21.12.2015 OTURUM SAYISI: 2015/06 TOPLANTIDA ALINAN KARAR SAYISI: 08 | | Sayfa: 7/8 |

Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu 21.12.2015 tarihinde saat 14.00' da Edebiyat Fakültesi Dekanlığı toplantı salonunda Prof. Dr. Zeki TAŞTAN başkanlığında yapmış olduğu toplantıda aşağıdaki kararı almıştır:

KARAR NO 7: Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi olan Yrd. Doç. Dr. Murat BOYSAN, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik danışma programında tez danışmanlığını yürütmekte olduğunuz Semra KİYE'yle "Ergenlerde Karakter Güçlerinin İçselleştirme ve Dışsallaştırma Belirtilerine İlişkin Koruyucu Etkisi" başlıklı Yüksek Lisans Tez çalışmasında, uygulanacak ölçekler incelenmiş olup, söz konusu araçların ilgili kişilere uygulanmasında Sosyal ve Beşeri Etik Kuralları ve İlkeleri çerçevesinde herhangi bir sakınca olmadığına karar verilmiştir.

| | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | BAŞKAN  Prof. Dr. Zeki TAŞTAN | |
| ÜYE  Prof. Dr. Hayati AYDIN | ÜYE Prof. Dr. Reha SAYDAN | ÜYE  Prof. Dr. Şakir GÖZÜTOK |
| ÜYE Prof. Dr. Fethi SOYALP | ÜYE Prof. Dr. Metin AYIŞIĞI | ÜYE  Prof. Dr. Nevzat TARTI |