

**T.C.  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ (UYGULAMALI / KLİNİK PSİKOLOJİ)  
ANABİLİM DALI**

**ERGENLİK DÖNEMİNDE ZİHNİ MEŞGUL EDEN  
KONULARLA İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLER: BAĞLANMA  
TARZLARI, ÖZ-ŞEFKAT VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER**

Yüksek Lisans Tezi

Sezin ANDIÇ

Ankara – 2013

**T.C.  
ANKARA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ (UYGULAMALI / KLİNİK PSİKOLOJİ)  
ANABİLİM DALI**

**ERGENLİK DÖNEMİNDE ZİHNİ MEŞGUL EDEN  
KONULARLA İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLER: BAĞLANMA  
TARZLARI, ÖZ-ŞEFKAT VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER**

Yüksek Lisans Tezi

Sezin ANDIÇ

Tez Danışmanı  
Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN

Ankara – 2013



**T.C.**  
**ANKARA ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**PSİKOLOJİ (UYGULAMALI-KLİNİK PSİKOLOJİ)**  
**ANABİLİM DALI**

**ERGENLİK DÖNEMİNDE ZİHNİ MEŞGUL EDEN**  
**KONULARLA İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLER: BAĞLANMA**  
**TARZLARI, ÖZ-ŞEFKAT VE PSİKOLOJİK BELİRTİLER**

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı: **Prof. Dr. Ayşegül DURAK-BATIGÜN**

Tez Jürisi Üyeleri

**Adı ve Soyadı**

**İmzası**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Tez Sınavı Tarihi .....

**T.C.**  
**ANKARA ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

Bu belge ile, bu tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları andığımı ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim.(...../...../20...)

Sezin ANDIÇ

.....

İmzası

.....

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans tez sürecimin her aşamasında verdiği desteği tüm sıcaklığıyla hissettiren ve akademik yolculuğum boyunca yol gösterecek olan tecrübelerini bana koşulsuz aktaran değerli hocam, tez danışmanım Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün' e teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca verdikleri dersler, kurdukları ilişkiler ve akademik duruşları ile kendime örnek aldığım Ankara Üniversitesi Psikoloji Bölümü değerli öğretim üyelerine ve bu yolculukta her zaman desteklerini hissettiren meslektaşlarım Dürdane Kocabay-Gümüştan'e, Ebru Akün'e, Özge Akbalık'a, Fatma Yaşın'a, Melis Çelik'e, Cihat Çelik'e ve İbrahim Yiğit'e teşekkür ederim.

Tezime ve akademik kimliğime olan katkılarından dolayı Başkent Üniversitesi öğretim elemanlarından Prof. Dr. Nesrin Hisli Şahin'e, Prof. Dr. Doğan Kökdemir'e, Yrd. Doç. Dr. Okan Cem Çırakoğlu'na ve Zuhal Yeniçeri'ye teşekkür ederim.

Veri toplama sürecinde desteğini esirgemeyen, Büyük Kolej Lisesi, Fatma Yaşar Önen Ticaret Meslek Lisesi ve Abidinpaşa Anadolu Lisesi müdür, müdür yardımcıları ve öğretmenlerine; tezimin örneklemini oluşturan adı geçen okullardaki öğrencilere ve Ankara Üniversitesi ile Başkent Üniversitesi öğrencilerine teşekkür ederim.

Yaşadığım her zorlukta yardımına koşan, varlıklarıyla bana kendimi daha güçlü hissettiren, tez sürecimde de verdikleri destekle beni çok mutlu eden değerli

dostlarım Selin Köksal-Araç, Özem İspir-Gencer, Begüm Demir, Erdal Araç ve Hayri Gencer iyi ki varsınız.

Her konuda verdiği destek ve değerli görüşleriyle akademik başarılarıma katkıda bulunan değerli hocam Levent Bekir Telli'ye, tez sürecimin her aşamasında desteklerini hissettiğim değerli arkadaşlarım Bilge Kaplan, Leyla Sarı, Ayça Özüdoğru ve Nalan Pulat-Gölcüklü'ye teşekkür ederim.

Akademik hayattaki yolculuğumda bana eşlik eden, önüme çıkan engeller karşısındaki desteği, değerli görüşleri ve özgün fikirleri ile bu süreci keyifli kılan Fırat Başbuğ'a teşekkür ederim.

Son olarak, her zaman bana kendimi değerli hissettiren, her yaşadığım engeli birlikte aştığımız, hüznlerin birlikte olunca azaldığı, mutlulukların çoğaldığı; varlıklarıyla kendimi hep çok şanslı hissettiğim babam Zeki Andiç'e, annem Semiha Andiç'e, biricğim Selin Andiç'e ve kıymetlimiz Sezer Andiç'e teşekkür ederim, iyi ki varsınız.

<b>KABUL VE ONAY.....</b>	<b>i</b>
<b>BİLDİRİM.....</b>	<b>..ii</b>
<b>TEŞEKKÜR.....</b>	<b>..iii</b>
<b>İÇİNDEKİLER.....</b>	<b>vi</b>
<b>TABLolar DİZİNİ.....</b>	<b>x</b>
<b>ŞEKİLLER DİZİNİ.....</b>	<b>xii</b>
<b>EKLER DİZİNİ.....</b>	<b>xiii</b>
<b>KISALTMALAR.....</b>	<b>xiii</b>



# İÇİNDEKİLER

Sayfa No

<b>BÖLÜM 1</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>1.1 ERGENLİK DÖNEMİ</b> .....	<b>5</b>
1.1.1. Ergenliğin Kuramsal Açıdan Ele Alınması .....	7
1.1.2. Ergenlikte Gelişim ve Özellikleri .....	14
1.1.3. Ergenlerin Zihinlerini Meşgul Eden Konular .....	20
1.1.4. Ergenlik Dönemi Konuları ile İlgili Araştırmalar .....	23
<b>1.2. BAĞLANMA</b> .....	<b>28</b>
1.2.1. Bağlanma Kuramı .....	29
1.2.2. İçsel Çalışan Model.....	31
1.2.3. Bağlanma Tarzları .....	32
1.2.4. Ergenlikte Bağlanma.....	34
1.2.5. Bağlanma İle İlgili Araştırmalar .....	36
<b>1.3. ÖZ-ŞEFKAT</b> .....	<b>39</b>
1.3.1. Öz-Şefkatin Alt Boyutları .....	42
1.3.2. Öz-Şefkat ile İlgili Araştırmalar.....	45
<b>1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI</b> .....	<b>49</b>
1.4.1. Araştırmanın Önemi.....	50
<b>BÖLÜM 2</b> .....	<b>51</b>
<b>YÖNTEM</b> .....	<b>51</b>
<b>2.1. ÖRNEKLEM</b> .....	<b>51</b>
<b>2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI</b> .....	<b>54</b>
2.2.1. Bilgilendirme ve Onam Formu .....	54

2.2.2. Demografik Bilgi Formu.....	55
2.2.3. Ergenlik Konuları Ölçeği .....	55
2.2.4. Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği .....	56
2.2.5. Öz-şefkat Ölçeği.....	57
2.2.6. Kısa Semptom Envanteri .....	58
<b>2.3. İŞLEM.....</b>	<b>60</b>
<b>BÖLÜM 3.....</b>	<b>61</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>61</b>
<b>3.1. FAKTÖR ANALİZİ .....</b>	<b>62</b>
3.1.1. Ergenlik Konuları Ölçeğinin Faktör Analiz Sonuçları.....	62
3.1.2. Ergenlik Konuları Ölçeğinin Güvenirlilik Analiz Sonuçları.....	65
3.1.3. Ergenlik Konuları Ölçeğinin Faktörlerine İlişkin Korelasyonlar.....	66
3.1.4 Ergenlik Döneminde Zihni En Sık ve En Az Sıklıkla Meşgul Eden Maddelere İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar. ....	67
<b>3.2. KORELASYON ANALİZLERİ.....</b>	<b>68</b>
3.2.1. Ergenlik Konuları Ölçeği ile Diğer Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar .	68
3.2.2.Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği Alt Boyutları ile Öz-Şefkat Ölçeği Alt Boyutları ve Toplam Puanı Arasındaki Korelasyonlar .....	72
3.2.3. Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği Alt Boyutları ile Öz-Şefkat Ölçeği Alt Boyutları ve Toplam Puanı ile Kısa Semptom Envanteri Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlar .....	75
<b>3.3. REGRESYON ANALİZİ .....</b>	<b>77</b>
3.3.1. Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler.....	77
<b>3.4. MODEL TESTLERİNE İLİŞKİN ANALİZLER.....</b>	<b>80</b>

3.4.1. Bağlanma Tarzı ile Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı (Mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler.....	82
3.4.1.1. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü.....	83
3.4.1.2. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Ulusal Evrensel Konular Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü.....	86
3.4.1.3. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Benlik ile İlgili Konular Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü .....	89
3.4.1.4. Güvenli Bağlanma Tarzı ile Kişisel Gelecek Arasındaki İlişkide Öz-Şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü.....	92
3.4.1.5. Güvenli Bağlanma Tarzı ile Ulusal Evrensel Konular Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü.....	96
3.4.2. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Kısa Semptom Envanteri Alt Boyutları Arasındaki İlişkide Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı (Mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler.....	100
3.4.2.1. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Anksiyete Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü .....	100
3.4.2.2. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Depresyon Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü.....	104
3.4.2.3. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Olumsuz Benlik Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü .....	107
3.4.2.4. Güvenli Bağlanma Tarzı ile Somatizasyon Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü.....	111
3.4.2.5. Güvenli Bağlanma Tarzı ile Hostilite Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü .....	115
<b>3.5. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE İLİŞKİN BULGULAR.....</b>	<b>119</b>
3.5.1. Yaş, Toplam Gelir, Anne Eğitim ve Baba Eğitim Değişkenlerine ilişkin Korelasyonlar .....	119

3.5.2. Tüm Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi .....	121
<b>BÖLÜM 4.....</b>	<b>124</b>
<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>124</b>
4.1. Ergenlik Konularına İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi.....	124
4.2. Diğer Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi .....	131
4.3. Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenlerin Değerlendirilmesi.....	135
4.4. Model Testlerine İlişkin Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi. ....	137
4.4.1. Bağlanma Tarzları ve Ergenlik Konuları Arasındaki İlişkide Öz-Şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rollerine İlişkin Değerlendirmeler.....	138
4.4.2. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rollerine İlişkin Değerlendirmeler. ....	142
4.5. Demografik Değişkenlere İlişkin Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi .....	146
4.6. Araştırma Sonuçları .....	153
4.7. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler .....	156
<b>ÖZET.....</b>	<b>161</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>163</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>165</b>

## TABLÖLAR DİZİNİ

<b>Tablo 2.1.</b> Katılımcıların demografik özellikleri.....	53
<b>Tablo 3.1.</b> Ergenlik Konuları Ölçeğinin Faktör Analiz Sonuçları .....	65
<b>Tablo3.2.</b> Ergenlik Konuları Ölçeği Faktörlerinin Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayıları .....	66
<b>Tablo 3.3.</b> Ergenlik Konuları Ölçeği Faktörler Arası Korelasyonlar .....	67
<b>Tablo3.4.</b> Ergenlik Dönemindeki Bireylerin En Sık Düşündüğü 10 Madde.....	68
<b>Tablo 3.5.</b> Ergenlik Dönemindeki Bireylerin En Az Sıklıkla Düşündüğü 5 Madde.....	68
<b>Tablo 3.6.</b> EKÖ Alt Boyutları ile Tüm Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar .....	69
<b>Tablo 3.7.</b> Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği Alt Boyutları ile Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutları ve Toplam Puanı Arasındaki Korelasyonlar .....	73
<b>Tablo 3.8.</b> Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği Alt Boyutları ve Öz-şefkat ölçeği alt boyutları ve toplam puan ile Kısa Semptom Envanteri Alt Boyutları ve toplam puanı arasındaki Korelasyonlar.....	75
<b>Tablo 3.9.</b> Psikolojik Belirti Toplam Puanını Yordayan Değişkenler .....	80
<b>Tablo 3.10.</b> Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları.....	86
<b>Tablo 3.11.</b> Ulusal ve Evrensel Konular Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları.....	89
<b>Tablo 3.12.</b> Benlik ile İlgili Konular Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları.....	92
<b>Tablo 3.13.</b> Kişisel Gelecek Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları.....	96

<b>Tablo 3.14.</b> Ulusal ve Evrensel Konular Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları.....	99
<b>Tablo 3.15.</b> Bağlanma Tarzlarının EKÖ Alt Boyutlarını Yordamasında Aracılık Eden ÖŞÖ Alt Boyutları .....	99
<b>Tablo 3.16.</b> Anksiyete Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları .....	104
<b>Tablo.3.17.</b> Depresyon Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları .....	107
<b>Tablo 3.18.</b> Olumsuz Benlik Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları.....	111
<b>Tablo 3.19.</b> Somatizasyon Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları .....	115
<b>Tablo 3.20.</b> Hostilite Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları.....	118
<b>Tablo 3.21.</b> Güvensiz Bağlanma Tarzının KSE Alt Boyutlarını Yordamasında Aracılık Eden EKÖ Alt Boyutları .....	119
<b>Tablo 3.22.</b> Yaş, Toplam Aylık Gelir, Anne Eğitim ve Baba Eğitim Demografik Değişkenleri ile Diğer Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar.....	120
<b>Tablo 3.23.</b> Tüm Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması .....	122

## ŞEKİLLER DİZİNİ

<b>Şekil 3.1.</b> Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenlere İlişkin Hiyerarşik Regresyon an Alizi Aşamaları.....	78
<b>Şekil 3.2.</b> ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	84
<b>Şekil 3.3.</b> ÖŞÖ Alt boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Ulusal ve Evrensel Konular Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	88
<b>Şekil 3.4.</b> ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Benlik ile İlgili Konular Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	91
<b>Şekil 3.5.</b> ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvenli Bağlanma Tarzı ile Kişisel Gelecek Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	94
<b>Şekil 3.6.</b> ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvenli Bağlanma Tarzı ile Ulusal ve Evrensel Konular Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	97
<b>Şekil 3.7.</b> EKÖ Alt Boyutlarının , Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Anksiyete Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	102
<b>Şekil 3.8.</b> EKÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Depresyon Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	106
<b>Şekil 3.9.</b> EKÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Olumsuz Benlik Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	109
<b>Şekil 3.10.</b> EKÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Somatizasyon Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	112
<b>Şekil 3.11.</b> EKÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Hostilite Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini .....	117

## **EKLER**

<b>EK1</b> BİLGİLENDİRME VE ONAM FORMU I .....	1
<b>EK2</b> BİLGİLENDİRME VE ONAM FORMU II .....	2
<b>EK3</b> DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU .....	3
<b>EK4</b> ERGENLİK KONULARI ÖLÇEĞİ .....	4
<b>EK5</b> ÇOK BOYUTLU BAĞLANMA ÖLÇEĞİ.....	5
<b>EK6</b> ÖZ-ŞEFKAT ÖLÇEĞİ .....	6
<b>EK7</b> KISA SEMPTOM ENVANTERİ .....	7

## **KISALTMALAR**

<b>EKÖ:</b>	Ergenlik Konuları Ölçeği
<b>ÇBBÖ:</b>	Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği
<b>ÖŞÖ:</b>	Öz-Şefkat Ölçeği
<b>KSE:</b>	Kısa Semptom Envanteri



# BÖLÜM 1

## GİRİŞ

İnsan gelişiminin her evresinin önemli özellikleri vardır. Bu gelişim evrelerinin en önemlilerinden birisi de ergenlik dönemidir. Ergenlik döneminin bu kadar önemli olması çocukluk dönemi ile yetişkinlik dönemi arasında bir köprü olmasından kaynaklanmaktadır (Karancı, Gençöz ve Bozo, 2011). Ayrıca, herkes için çok tanıdık olan bu gelişim dönemi; ya hala devam etmekte olan, ya bu süreçteki yolculuğun henüz tamamlandığı, ya da bir zamanlar içerisinde yer alınan bir gelişim dönemidir (Gander ve Gardiner, 2007).

Hall (1904) ergenliği “fırtına ve stres zamanı” olarak tanımlamıştır. Her gelişim döneminde olduğu gibi ergenlik döneminde de karmaşık duygular içerisinde olunur. Ancak ergen, bu dönemde bağımsızlaşmak gibi önemli bir adım atma ve atamama arasında, bir taraftan ebeveynleri ve yakın çevresinin görüşleri ve müdahaleleri, diğer taraftan kendi yapmak ve olmak istedikleri arasında gidiş gelişler yaşar. Akranlarının onları çok iyi anladıklarını düşünürken, aileleriyle farklı dünyalardan oldukları hissine kapılabilirler. Danslar, partiler, sinema, spor aktivitelerinde olmak en çok haz duyulan deneyimlerken okul, ödevler ve sınavlar keyiflerini kaçırabilir. Ayna karşısında saatlerce durup fiziksel görünümünü inceleyebilirler. 10 yıl sonra nerede olacakları, neye benzeyecekleri ile ilgili yoğun merak duygusu içerisinde olmaları da muhtemeldir (Gander ve Gardiner, 2007; Yörükoğlu, 2004).

Bu dönemde ergenler, arkadaşlar arasında popüler olabilmenin ya da daha fazla arkadaşına sahip olabilmenin yollarını ararken diğer taraftan alkol, sigara ve madde kullanımının ya da akademik başarısızlıkların kuyısından geçebilir ve bazıları da psikolojik desteğe ihtiyaç duyacak kadar zorluk yaşayabilirler (Gander ve Gardiner, 2007).

Ergenlik dönemindeki bireylerin önemli ortak özelliklerinin bulunmasının yanı sıra, bu dönemde yaşadıkları sorunlar ve sürekli üzerinde düşündükleri konular bireysel farklılıklar göstermektedir. Söz konusu çalışma da buradan hareketle planlanmıştır. Sahip olunan bağlanma tarzı ve öz-şefkat düzeylerinin bireylerin zihinlerini meşgul eden konuları, onların sorunlarını ve psikolojik sağlıklarını etkileyebileceği varsayımıyla hareket edilmiştir.

Bir bireyin bebeklik döneminde, birincil bakım verenlerle kurduğu ilişkinin önemini vurgulayan Bowlby'nin (1988) bağlanma kuramına göre ebeveyn-çocuk arasındaki bu ilişki, çocukluk, ergenlik ve sonrasında da yetişkin yaşamına yansımaktadır. Doğumdan itibaren yakın ilişki kurulan bireylerden sevgi, şefkat, ilgi, değer; diğer bir deyişle kabul görme içselleştirilerek, yaşamın sonraki dönemlerinde de etkisini sürdürür (Hamidi, 2012). Dolayısıyla, bebeklikte kurulan, kişilerarası ilişkilerin niteliği ergenlik dönemine gelindiğinde daha da netleşmekte ve yetişkinliğe erişimdeki süreçte önemli bir rol oynamaktadır. Bebeğin ilk yıllarında bakım vereni ya da bakım verenleri ile kurduğu bağın ya da bağlanma tarzının, yaşamın sonraki yıllarında, örneğin ergenlik döneminde arkadaşlarıyla olan ilişkilerini, yetişkinlikte ise romantik ilişki kuracağı kişilerle olan ilişkilerini ya da sosyal ilişkilerini etkileyebileceği söylenebilir (Bowlby, 1969, 1980, 1988).

Ergenlik döneminin başları, ortaları ya da sonlarını içeren lise, üniversite ve ilk meslek yılları, pek çok insan için stresli yaşam dönemleridir. Bireylerin sahip oldukları bağlanma tarzlarının onların uyum süreçlerini etkileyebileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla, bireylerin ilk sosyal ilişkisi olan anne-bebek ilişkisiyle birlikte geliştirdikleri bağlanma tarzı onların uyum çabalarını etkileyerek akademik ya da mesleki başarılarına ulaşmalarında ya da ulaşamamalarında önemli etkilere sahip olabilmektedir (Kapçı ve Küçüker, 2006; Şahin ve Tuncel, 2008).

Ülkemizde henüz, üzerinde çok yeni araştırmaların yapıldığı öz-şefkat kavramı ise Budizm felsefesinin önemli kavramlarından birisidir. Yapılan araştırmalar sonrasında bu kavramın psikolojik iyi olmaya yönelik yararlı bir alternatif olabileceği düşünülmektedir (Bennett-Goleman, 2001; Brown, 1999; Rosenberg, 2000; Salzberg, 1997).

Öz-şefkat, kişinin kendisine acı veren duygularına açık olması, onlardan kaçınarak ya da onlarla bağlantıyı kopararak değil de onların farkında olarak acılarını hafifletebilmede, bu acıların insanlığın yaşamının doğal bir süreci olduğunu anımsaması ve kendisine nazik olarak yaklaşmasını ifade eder (Neff, 2003a; Akın, Akın ve Abacı, 2007).

Öz-şefkat ile ilgili olarak ergenler arasında yapılan ilk araştırmaların sonuçları, annenin çocuğuna yönelik olarak yaptığı eleştirilerin ve diğer aile üyelerinin ergenlere verdiği mesajların, onlardaki bağlanma şemaları ile öz-şefkat üzerinde etkili olduğunu göstermiştir (Neff, 2008a).

Genellikle yetişkinler üzerinde çalışılan öz-şefkat kavramı, Neff ve McGehee (2010) tarafından 235 ergenden oluşan bir örneklem üzerinde de araştırılmıştır. Araştırmacılar öz-şefkatin, olumsuz kendini izleme (negative self-views) sorunu yaşayan ergenler için etkili bir müdahale hedefi olabileceğini öne sürmektedir.

Bilindiği üzere, ergenlik döneminin gelişimsel ve ruhsal özellikleri birçok bilimsel çalışmaya konu olmuştur ve bu dönem, gelişim dönemleri arasında en çok merak edilen ve çalışılan konulardan biridir. Bu dönemin temel özellikleri ve yaş sınırları açısından evrensel benzerliklerinin olmasının yanı sıra kültürel farklılıkları da mevcuttur. Ergen için verilen tanımlara bakıldığında, ergenin psikolojik problem yaşamasını normal gören görüşler aynı zamanda psikolojik sorun yaşamayanları anormal görme eğilimindedirler (Geelard, 1957, akt., Çuhadaroğlu ve ark. 2004). Bazı görüşler ise sağlıklı bir ergenin psikolojik sorunları olmayan, gelişimsel görevlerini başarı ile tamamlamış, duyguları konusunda esnek olabilen, aile, akran ve sosyal çevresiyle sorunlar yaşamayan ergen olması gerektiğini savunmaktadır (Offer, Ostrov ve Howard, 1989).

Çalışmanın bundan sonraki bölümlerinde sırasıyla, ergenlik dönemi, bağlanma ve öz-şefkat ile ilgili tanımlara ve kuramsal görüşlere; ergenliğin bağlanma tarzları ve öz-şefkat ile ilişkisine ve ilgili araştırmalara; son olarak da mevcut araştırmanın amacı ve önemine yer verilmiştir.

## 1.1. ERGENLİK DÖNEMİ

Türk Dil Kurumu sözlüğünde ergenlik: “Cinsel organların fizyolojik gelişmesiyle başlayan, buluğa ermişlikle yetişkinlik arasındaki dönem, yeni yetmelik, ergenlik çağı” şeklinde tanımlanmaktadır.

Ergen sözcüğü Latince’de büyüme, olgunlaşmak anlamına gelen *adolescere* fiilinin sıfatfiili olan *adulescens* sözcüğünden alınmıştır. Batı literatüründe adolescent sözcüğünün karşılığı olan ergen, bir durumu değil süreci belirtmektedir. Yani Latince’de dahi çocuk daha durağan ve tamamlanmış, yetişkin ise büyüme sürecinin bir sonucu olarak görülürken; ergen bir süreç olarak düşünülmüştür (Rocheplave-Spenle, 1980).

On iki yaş civarında cinsel uyanışla birlikte yeni ruhsal özellikler ve davranışlar kendini göstermeye başlar. Çocukluğun sonu ile ergenliğin başlangıcı arasındaki, bireyin cinsel olarak olgunlaşmaya başladığı bir ya da iki yıllık görece kısa süre, *erinlik* ya da *buluğ çağı* olarak adlandırılır. On iki yaşından yirmi bir yaşına kadar uzanan çocuklukla yetişkinlik arasındaki bedensel, toplumsal ve bilişsel anlamda olgunlaşmayı da içeren uzun döneme ise *ergenlik* ya da *gençlik* adı verilir. Bu dönem, ruhsal anlamda önemli değişikliklerin belirginleştiği, hızlı bir büyüme ve olgunlaşma dönemidir (Bee ve Boyd, 2009; Gander ve Gardiner, 2007; Yörükoğlu, 2004).

Ergenlik insanda bedence, boyca büyümenin; hormonal, cinsel, sosyal, duygusal, kişisel ve zihinsel değişme ve gelişmelerin olduğu; erinlikle başlayan ve bedence büyümenin sona ermesi ile sonlandığı düşünülen özel bir evredir. Gençlik

ise ergenliği de kapsayan ve üst yaş sınırının daha geniş olduğu bir çağdır. Gençlik deyiminin “ergenlik” yerine kullanılması yanlış olmaz. Ancak ergenlik derken büyüme ve gelişmenin olduğu özel bir çağ kastedilmektedir. Genç, okuyan veya tam bir meslek sahibi olmamış, evlenmemiş, anne ve babası ile beraber yaşayan veya anne-babasının (ailesinin) desteğinde yaşamını sürdüren bir birey olarak da tanımlanabilir (Kulaksızıoğlu, 2001).

Erinlik ya da cinsel olgunlaşma hayvanlarda da var olan gelişmelerdir ve ergenliği bu kadar basit tanımlamak yeterli olmayacaktır (Rocheplave-Spenle, 1980). Bu görüşü destekler nitelikte, Gander ve Gardiner’ ın (2007, s.440) tanımına göre ise “Ergenlik bedensel, toplumsal, bilişsel olgunlaşma dönemidir.”

Yörükoğlu’na göre (2004) ergenlik, gençlik ya da delikanlılık adı verilen, çocukluk ve erişkinlik dönemleri arasında yer alan, ruhsal alanda önemli değişikliklerin ortaya çıktığı hızlı bir büyüme ve olgunlaşmanın görüldüğu uzun bir dönemdir.

Lewin, ergen için “eşikteki yetişkin” kavramını kullanmıştır. Piaget ise ergenliği meslek seçimi ve evlilik hayatı gibi konularda belirleyici bir dönüm noktası olarak görmüştür (Günce ve ark., 1985).

Milli Eğitim Bakanlığı’na göre gençlik; “Buluğ çağına girmeyeyle ortaya çıkan biyo- psikolojik bakımdan çocukluğun sonu ile toplum hayatı içerisinde sorumluluk alma dönemi olarak nitelendirilen çocukluk ve genç yetişkinlik dönemleri arasında kalan 12- 24 yaşları arasındaki gruptur.” (Ünver, Tolan, Bulut ve Dağdaş, 1986).

UNESCO'ya göre genç, öğrenimini sürdüren ve hayatını sürdürebilmek için henüz çalışma zorunluluğu olmayan ve kendisine ait bir evi olmayan 15-25 yaşları arasındaki insanlardır. Birleşmiş Milletler örgütüne göre ise genç, 12-25 yaşları arasındaki bireylerdir (Kulaksızoğlu, 2001).

Özbay ve Öztürk'e (1992) göre, ergenlik, bireyin biyolojik ve duygusal süreçlerindeki değişimlerle başlayıp cinsel ve fizyolojik olgunluğa doğru ilerlemesi ile kronik şekilde devam eden normal bir gelişim ve değişim dönemidir. Ne zaman tamamlanacağı kesin olarak bilinmeyen değişim, bireyin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazanması ile son bulur. Ergen olmanın çocuk olmaktan çocuk sahibi olabilmeye bir geçiş dönemi olduğu şeklinde de görüşler vardır (Atabek, 2002).

### **1.1.1. Ergenliğin Kuramsal Açıdan Ele Alınması**

Ergenlik dönemi birçok kuram ve yaklaşıma konu olmuş; bu dönemdeki değişiklik ve gelişmelerin nedenleri ve nasıl ortaya çıktığı da birçok araştırma tarafından açıklanmaya çalışılmıştır. Aşağıda ele alınacak bazı kuramlar birbirine paralel ve birbirini tamamlayan tanımlama ve açıklamalarda bulunurken; bazı kuramlar ise birbirine tamamen zıt görüşler ortaya koymuştur.

Ergenlik dönemi ile ilgili yapılan tanımlamalar ve araştırmalar Antik Çağ'dan itibaren süregelmektedir. *Aristo*'ya göre gençler, mantıklı olmayan, dürtülerini kontrol edemeyen ve tutkularına yenik düşen ve eleştirilmeyi kabul etmeyen yaratıklarken aynı zamanda da cesur, iyimser ve başarı hazzı olan kişilerdir. *Sokrates*'e göre ise gençler, kötü davranışlara sahip olan, otoriteye saygı duymayan

ve lüks dükünü olan kişilerdir. *Platon* ise gençliğin bir tür ruhsal sarhoşluk dönemi olduğunu ifade etmiştir (Dacey ve Travers, 1996; Muuss, 2006).

İnsan anlayışının teolojinin egemenliği altında olduğu Orta Çağ'da çocuk, yetişkinin minyatür hali olarak görülüyor ve ergenlik gibi bir gelişim evresi dikkate alınmıyordu. Bu dönemdeki görüşe göre bebeklik yedi yaşında biter ve yetişkinlik dönemi başlardı (Postman, 1995).

Rönesans ile birlikte Çek Psikopos *Comenius*'un (1592-1670) katkılarıyla birlikte insan gelişimi kavramının yeni biçimleri ortaya çıkmıştır. Comenius 12-18 yaşları arasında verilecek eğitimin muhakeme yeteneğini geliştirmeye yönelik olması gerektiğini, 18-24 yaşlarındaki gençlerde de eğitimin kendini denetleme ve irade gelişimini sağlayacak şekilde olması gerektiği görüşünü savunuyordu (Muuss, 2006). Eğitim konusundaki bu farklı düşünce ergenlik dönemindeki bireylerin bilişsel olarak çocukluktan farklılaştığının kabul edilmesi anlamına gelmektedir.

17. ve 18. yüzyıllarda, İngiltere'de *John Locke* ve Fransa'da *Jean-Jacques Rousseau* insan gelişimi ile ilgili olarak yeni görüşler getirmişlerdir. Locke'a göre yeni doğmuş çocuğun zihni bomboş bir kağıt gibidir ve küçük çocukluktaki etkinlikten ergenliğin bilişsel etkinliğine doğru, ergenler içerisinde geliştikleri çevreye bağlı olarak farklı yetkinlik düzeylerine erişeceklerdir. Rousseau'nun ise insan gelişimi ile ilgili olarak önerdiği, küçük çocukluktan başlayan dört gelişim evresinden üçüncüsü gençlik (12-15 yaşlar) ve dördüncü evre ergenlik (15-20) evresidir (Gallatin, 1995; Muuss, 2006).



*Darwin* ergenliği özel bir gelişim dönemi olarak önermemekle birlikte onun biyolojik evrim kuramı birçok gelişim kuramcısının görüşlerini etkilemiştir (Muuss, 2006).

Ergenlik dönemi ile ilgili ilk bilimsel çalışma *G. Stanley Hall*'un "Adolescence" adlı kitabıdır. Hall, Darwin'in evrim teorisinden etkilenerek onun görüşlerini çocukluk ve ergenlik dönemindeki gelişmelere aktarmış ve ergenlik dönemi kavramını psikolojiye kazandırmış ünlü bir bilim adamıdır. Hall'e göre ergenlik dönemi insanlığın vahşilik ve uygarlık arasındaki evresinin bir özümsemesini ve insan evrimindeki ilkelikten uygarlığa geçişini simgelemektedir. Bu evrede insan hala ilkeldir, ancak yavaş yavaş kültürünün temellerini anlamaya başlar. Ergenliği çocuklukla yetişkinlik dönemi arasında çok önemli bir geçiş dönemi olarak gören Hall, ayrıca ergenliği bir stres ve fırtınalar dönemi olarak nitelendirmiştir. Bu stres ve fırtınaların varlığı ergenin ilkel birtakım tepkileriyle, insani olan bazı değerleri arasında yaşadığı çelişkilerden kaynaklanır. Diğer taraftan bu dönem, bireysellik duygusunun geliştiği bir yeniden doğuş dönemi olarak da algılanabilir. Ergenlik, gelecek yaşamın akışını değiştirebilecek, toplumsal rollerin belirlendiği, değerlendirmelerin gelişen akıl yürütme ve daha olgun bakış açılarıyla yapıldığı, kişilerarası ilişkilerin de bu gelişen yeteneklerle kurulduğu bir dönemdir (Gallatin, 1995; Kulaksızoğlu, 2001).

*Psikoanalitik kuram* temelde insanın çocukluk dönemi ile ilgilenmesine ve ergenliğe ikinci derecede önem vermesine rağmen Hall'un ergenlik hakkındaki görüşleri ile psikoanalitik görüşler arasında bazı benzerliklere de rastlanmaktadır. Her iki görüş de ergenlik dönemindeki kargaşayı açıklamak için özümseme

ilkesinden yararlanır. Ancak Hall'un görüşüne göre bunun nedeni ergenliğin insan evrimindeki kritik evre olması; psikoanalitik kurama göre bu karışıklıkların nedenlerinin çocuklukta cinsellikte aranması gerektiğidir. *Freud*, erken çocuklukta çelişkilerin erenlik döneminde ortaya çıktığını varsayar. Bu varsayımla birlikte ona göre ergenlikteki çelişkiler çocukluğun bir yansımasıdır; dolayısıyla ergenlik çok önemli bir gelişim dönemi olmadığından çocukluğa göre daha az önem verilebilir (Kulaksızoğlu, 2001).

*Anna Freud*'a göre ergenlik döneminde, kararsızlık ve dengesizliklerin var olduğu kargaşa beklenen bir şeydir. Çünkü bu karışıklık, ergenin iç dünyasında meydana gelen isyanların ve çelişkilerin dışa vurulma şeklidir (Kulaksızoğlu, 2001).

Ergenliğin, çocukluk ve yetişkinlik arasında bir köprü görevi gördüğü üzerine çoğu kuram birleşirken, sosyal öğrenme kuramcıları insan gelişiminin evrelere ayrılmayacak olan devamlı bir süreç olduğunun üzerinde durmuştur. *Sosyal öğrenme kuramcılarına* göre, ergenlik bazı bireyler için geçiş dönemi olma özelliği gösterse bile bu durumun nedeni gelişim özellikleri değil toplumsal koşullardır (Günce ve ark., 1985).

*McCandless* (1970) ergenlik döneminde, cinselliğin önemli bir yeri olduğu konusunda, psikoanalitik görüşe katılmanın yanı sıra hayal kırıklığı, saldırganlık, endişe, merak ve bağımlılık gibi öğrenilmiş ya da öğrenilmemiş dürtü ve isteklerin bireyi harekete geçirdiğini belirterek, sosyal öğrenme kuramının esaslarını ergenlik gelişimine uyarlamaya çalışmıştır (akt. Kulaksızoğlu, 2001).

Ergenliği açıklamaya çalışan bir diğer öğrenme kuramcısı olan *A. Bandura*, McCandless'tan farklı olarak ergenliğin bunalımlı bir dönem olduğu fikrine karşı çıkmıştır. Bandura, yaptığı araştırmalardan yola çıkararak düzenli, istikrarlı, duyarlı ve sevecen ailelere sahip olan ergenlerin bu dönemi rahat geçirdiklerine dikkat çekmiştir. Ayrıca ergenlikte bunalımlı bir dönemi tecrübe edenlerin yeterince sosyalleşmemiş olduklarını da ifade etmiştir (Kulaksızıoğlu, 2001).

*H. S. Sullivan* kişilerarası kuramı ile psikoanalitik kuramın cinselliğin hayattaki en önemli dürtü olduğu görüşünü eleştirmiştir. Ona göre insanın her şeyden önemli olan ihtiyaı güvende olduğunu hissetmesidir. Bu ihtiyaç endişeden arınmış olma ihtiyaıdır ve bu endişe insanın bebeklikle beraber başkalarına bağlı ve muhtaç olmasından kaynaklanır. Cinsel istek ve davranışlara verilen tepkiler de bu endişeleri arttırmaktadır. Ergenler de bu gerilimlerden kurtulabilmek, aynı zamanda da cinsel ihtiyaçlarını gidermek için çabalarlar. Sullivan'a göre de ergen ne yaparsa yapsın ergenlik döneminde hayatı bir cehennem hayatına dönecektir. Ancak diğer çoğu kuramcı gibi Sullivan da kuramının erkek çocuklar için daha geçerli olduğunu ifade etmektedir (Geçtan, 2005; Kulaksızıoğlu, 2001).

*Lewin*'e göre bireyin kendisi yaşam alanındaki kişisel ve çevresel faktörlerle birlikte sürekli değişmektedir. Bu değişimler yavaş yavaş olduğunda bireyin onları düzenlemesi ve değişime uyum sağlaması kolay olurken, çok hızlı değişimlerin olduğu zamanlarda birey yoğun stresli bir dönem geçirir. Ergenlik de hızlı değişmelere bağlı olarak uyum sağlamanın zor olduğu stresli bir dönemdir. Çünkü ergenlikteki birey birdenbire bedeninin çok hızlı büyümesi gibi fiziksel değişimlerle başa çıkmak zorunda kalırken, aynı zamanda yeni talepler ve beklentilerle karşılaşır

ve gelecekteki yaşamı ile ilgili yeni bazı hedefler belirleme zamanı gelmiştir (Kulaksızoğlu, 2001).

Antropoloji kuramının önde gelenlerinden *Margaret Mead* 1928'de Samoa Adası yerlileri üzerinde yaptığı araştırma sonuçlarıyla ilgili yazısında, ergenlik döneminde yaşanan “fırtınalar ve stresin” evrensel bir sorun olmadığından bahsetmiştir (Günce ve ark., 1985; Kulaksızoğlu, 2001). Ergenlik döneminin buhranlı bir dönem olduğunu kabul eden pek çok kuramcı olmakla birlikte yapılan araştırmalar ergenlik buhranının bir norm olmaktan çok, bir istisna olduğuna işaret etmektedir. Bu görüşteki araştırmacılar, ergenliğin yeni bir uyum dönemi olduğunda görüş birliğindeyken, bu dönemin kesinlikle fırtınalı geçeceği fikrine ise karşı çıkmaktadırlar (Kulaksızoğlu, 2001).

Ergenliğin bir fırtına ve stres dönemi olduğuna fikrine karşı çıkan kuramcılardan biri de *Edward Spranger*'dir. Bu fikre karşı çıkmasının arkasındaki en önemli neden, her insanın farklı olduğuna yönündeki görüşüdür. Spranger, “bireysellik değişebilirliği” adlı kuramında ergenlikte ortaya çıkabilecek üç çeşit büyüme modelinin olabileceğini öne sürmüştür. İlk model, sözü edilen fırtına ve stresle başı derde giren ergen grubunu içerir. Bu ergenler için çocukluktan yetişkinliğe geçiş, acı verici ve romantik olmaktadır. İkinci model olan, yavaş ve sürekli gelişim modelinin temsilcileri olan gençler ise bu dönemi büyük ölçüde zarar görmeden geçirenleri içerir. Bu ergenler çatışma ve stres yaşamaksızın, yavaş ve huzurlu bir biçimde yetişkin olma yolunda ilerler. Dinamik model olarak adlandırılan üçüncü model ise diğer iki modelin kesişimi olarak nitelendirilebilir. Bu modelin içerisindeki gençler, bu dönemde karşılaştıkları zorluklar ve krizlerle başa

çıkabilmek için bilinçli bir şekilde çaba gösterirler. Sonuç olarak ergenlik döneminin zor bir dönem olup olmayacağı ergenin kişiliği ile ilişkilidir (Kulaksızoğlu, 2001).

Ergenliğe geçerken, sürekli gelişme, aniden gelişme ve düzensiz, kargaşalı gelişme olmak üzere üç gelişme biçimi olduğu Offer (1974, 1975) tarafından ergenlikteki erkek çocuklar üzerinde yapılan araştırmalarda da vurgulanmıştır (Akt. Kulaksızoğlu, 2001).

Tüm ergenlik kuramlarını değerlendirdiğimizde, *Erikson*'un ergenlik gelişimi kuramı, ilgili kuramlar içerisinde en anlaşılabilir olanıdır. Erikson'a göre bu dönem ergenin ne olduğunu anlamaya başladığı ve ne olabileceği hakkında fikir edinmeye başlayacağı önemli bir dönemdir. Erikson ergenlik için "Kimliğe Karşılık Kimlik Karmaşası" dönemini tanımlamaktadır. Bu dönemde ergenin toplumsal beklentiler ve dürtüleri nedeniyle kafası karışır. Ergenin bu evredeki görevi kim olduğuna ve daha geniş toplumsal düzende yerinin ne olduğuna ilişkin bir ego kimliği duygusu geliştirmektir. Bu evrede her şey yolunda gittiği takdirde ergenin var olan çatışmaları çözme mücadelesi sağlıklı bir kimlik kazanması ile sonuçlanabilir. Birey sadece ergenlik dönemindeyken kendisini tanımlamaya ve bir kimlik oluşturmaya karşı güdülüdür. Erikson'a göre ergenlikteki en önemli değişim "kimlik krizi" olarak adlandırılan değişimdir. Yine bu dönemde, ergen o güne kadar ne yaptığının ve ne olduğunun ayırımına varmakta ve ondan sonraki hayatının gidişatını belirlemektedir. (Günce ve ark., 1985; Kulaksızoğlu, 2001).

Erikson da Spranger gibi her bireyin biricik olduğuna inanmakta, aynı kültürlerde yaşasalar bile iki farklı insanın gelişiminin aynı olamayacağını ve ergenliğin de bu açıdan kişisel bir konu olduğu görüşündedir. Bir toplum içerisinde

yaşayan gençler neredeyse aynı sorunlarla karşılaşır ve aynı sürece maruz kalırlar, fakat çözüm biçimleri bireyden bireye değişkenlik gösterebilir. Bu görüşten hareketle ergenlik döneminin fırtınalı, stresli, karmaşık ve zorlu bir süreç olabileceği de olmayabileceği de düşünülebilir.

### **1.1.2. Ergenlikte Gelişim ve Özellikleri**

Çocuk, ailesinin gözetimine ve korumasına daha az gereksinim duymaya başladığında, fizyolojik ve hormonal gelişimi yetişkin düzeyine yaklaştığında ve fizyolojik olgunluk çocuğu toplumda sorumluluk yüklenmeye zorladığında, ergenlik başlamıştır (Adams, 1995). Kızlarda 11-13, erkeklerde 13-15 olarak kabul edilen erinlik çağı başlangıcı birbiriyle etkileşim içerisinde olan genetik ve çevresel faktörler tarafından belirlenen, bireyden bireye ve cinsiyete göre farklılık gösteren bir süreçtir. Erkekler erinliğe kızlardan yaklaşık iki yıl kadar sonra girer, ancak cinsel açıdan fiziksel olgunluğa erişmeleri hemen hemen aynı yaşlarda olmaktadır (Bee ve Boyd, 2009; Özbay ve Öztürk, 1992).

Erinlik çağı genellikle tek bir olay gibi düşünülse de aslında üreme yeteneğini kazanmayla doruğa ulaşan bir dizi dönüm noktasından oluşur. Cinsellik ve gelişim hormonlarının düzeyinde meydana gelen artış bedende iki önemli değişime neden olur. Bunlardan ilki cinsellik organlarının gelişmesi iken ikincisi beyin, kemik, kas ve diğer organlarda meydana gelen daha geniş değişimlerin varlığıdır (Bee ve Boyd, 2009). Erinlikteki en belirgin değişim, cinsel olgunlaşmayla ilgilidir. Erkeklerde testislerin ve penisin; kızlarda yumurtalık, rahim ve vajinanın gelişmesi gibi cinsel

organlardaki değişmeler *birincil cinsiyet özelliklerindeki* değişimlerdir. Kızlarda göğüslerin gelişmesi, erkeklerde ses kalınlığının değişerek sakalların çıkması ve hem kızlarda hem de erkeklerde vücutta tüylenmelerin olması gibi beden yapısındaki değişimler ise *ikincil cinsiyet özelliklerindeki* değişmeleri oluşturur (Bee ve Boyd, 2009; Özbay ve Öztürk, 1992).

Bu yaşlarda, çoğunlukla uyumlu, dengeli, derslerini ve okul yaşantısını önemseyen çocuğun yerini, tedirgin, çabuk tepki gösteren, çok zor beğenen, çok hızlı duygu değişimleri gösteren bir ergen alır. Ergenlerin çabuk öfkelenen, sevinen, çok kolay üzülen; çok yoğun duygu dalgalanmaları gösterip, olur olmaz her şeyi sorun edebilen ve tepkileri önceden kestirilemeyen bireyler haline dönüştükleri gözlenir (Yörükoğlu, 2004).

Ergenlik dönemindeki bedensel değişimlerin yanında *bilişsel gelişim*, ergenin yetişkin düşüncesine özgü bilişsel yetileri kazanması açısından son derece önemlidir. Çocuk ve ergenlerde düşünce gelişimini sistematik olarak inceleyen J. Piaget bilişsel gelişimi dört evreye ayırmıştır. Bilişsel gelişimin dördüncü evresi olan soyut işlemler dönemi 11-12 yaşlarında başlar ve 14-15 yaşlarında kararlılık kazanır. Somut işlem düşüncesi içerisinde olan bir çocuk şimdiki zamanda var olan gerçek sorunlarla uğraşırken, soyut işlem düşüncesine sahip olan bir ergen ise geçmiş ya da gelecekle ilişkili olabilecek olası sorunlarla zihnini meşgul edebilir (Gander ve Gardiner, 2007).

*Benmerkezlilik* de ergenlik döneminde gözlenen önemli özelliklerden biridir. Elkind (1970) tarafından geliştirilen bu kavram, ergenlerin kendi davranış ve görünüşleriyle saplantılı bir biçimde uğraşmaları, çevrelerindeki insanların da en az kendileri kadar onların davranış ve görünüşleriyle ilgilendiklerine inanmaları

anlamına gelmektedir. Bu özelliğe sahip ergenler, kendilerini yanlış biçimde sürekli olarak çevredeki her insanın onlara baktıkları bir sahnedeymiş gibi hissederler; böyle olduğuna inanırlar ve benlik bilinçleri arttıkça da kendilerine hayranlık duyarlar ya da kendilerini eleştirirler. Çoğu zaman göklere çıkma ve yerin dibine girme arasında geliş gidişler yaşarlar. Ergenler birbirleriyle karşılaştıklarında da her biri gözlemleyen olmaktan çok gözlemlenen olmakla ilgilidirler. Ergenlerin sahip oldukları bu tutumlar kendi yarattıkları, “diğerlerinden önemli oldukları” düşüncesiyle birlikte onlara kendilerinin özel ve biricik olduklarını hissettirir. 18 yaş ve sonrasında yetişkinlik dönemine yaklaştıkça bu düşüncelerin gerçek olmadığını farkına varmaları beklenir.

*Ahlak gelişimi* de ergenlik dönemindeki bilişsel değişimlerle yakından ilişkili olan bir kavramdır. Ergenin davranışları hakkında düşünmesi; davranış ya da tutumlarını iyi ya da kötü olarak değerlendirebilme yolunu ifade eder (Kohlberg, 1976). Ergenin ahlaki tutumları git gide daha soyut ve daha az ben merkezci olmakta, neyin yanlış olduğuyla daha az ilgili ve neyin doğru ve haklı olduğuyla daha fazla ilgili olmaktadır (Gander ve Gardiner, 2007). Kohlberg (1976), ergenlik dönemindeki bir bireyin cinsel davranış, alkol ve madde kullanımı, çevresindekilerden ya da alışveriş yaptığı mağaza ve dükkanlardan bir şeyler aşırma gibi küçük yasal olmayan davranışlarla ilgili olarak giderek artış gösteren birtakım ahlaki çelişkilerle yüz yüze gelebileceğini de ifade etmiştir.

Ergenlik döneminde, bedende hızlı fizyolojik değişimlerin olması ve bazı hormonların etkinliklerinin artmasıyla, cinsel nitelikli olanlar başta olmak üzere çeşitli dürtüler ortaya çıkar. Ergenin ahlak gelişimi oluşurken ahlaki çelişkiler



yaşaması, aynı zamanda ortaya çıkan dürtülerinden kaynaklanabilir. Bilişsel ve psikolojik değişimlerle de birlikte ergenden, akılcı ve eğitime ilişkin kararlar vermesi gerekliliğiyle aile ve toplum tarafından bir dizi yeni rolü üstlenmesi beklenir. Ergenlik döneminde bir taraftan yetişkin erkek ya da kadın bedensel özellikleri kazanılırken diğer taraftan ergen, toplumun kendisinden beklediği erkek ya da kadın rolünü üstlenmekle ve bu durumu benimsemekle de yükümlüdür (Geçtan, 2005).

Ergenin olgunlaşabilmesi için bedensel ve bilişsel gelişiminin yanı sıra sosyal gelişimin de olması gerekmektedir. *Sosyal gelişim*, bireyin doğumundan itibaren ilk olarak anne ve baba iletişimiyle başlayıp, yaşamı boyunca devam eden; içerisinde yaşadığı toplum tarafından kabul edilebilir şekilde davranmayı öğrenme sürecidir (Kulaksızoğlu, 2001).

Cüceloğlu'na (1992, s.404) göre, "Kişilik, bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu, diğer bireylerden ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimidir." Kişiliğin temelleri yaşamın ilk altı yılında atılır, ergenliğin sonlarına doğruysa son şeklini almaya başlar. Bu kadar uzun sürede biçimlenen kişiliğin, yaşamın sonraki dönemlerinde değiştirilmesi çok zordur. Kişilik bir anlamda da bireyin fiziksel, bilişsel, ahlaki ve sosyal özelliklerinin bütünleşmesiyle ortaya çıkacaktır (Kulaksızoğlu, 2001). Ergenin bu dönemde *kişilik gelişimi* için tamamlaması gereken gelişim görevleri vardır. Bu gelişim görevleri: Bedensel değişiklikler ile cinsel olgunluk ve bunlarla birlikte ortaya çıkan duygulara uyum sağlamak, anne ve babalarıyla olan ilişkileri bağımlılıktan bağımsızlığa dönüştürmek, hemcinsleri ve karşı cinsten olan akranlarıyla ilişkiler geliştirmek, ekonomik bağımsızlık için bir meslek seçimine hazırlanmak ve belki de tüm bu görevler arasında en önemlisi olan

kimlik kazanma göreviyle uğraşmaktır. (Grotevant ve Thorbecke, 1982; Havighurst, 1972).

Ergenlik dönemindeki birey, kendine göre kendisinin kim olduğu ve ne olacağı, ayrıca başkalarına göre de kendisinin kim olduğu ve ne olacağı sorularına yanıt arar (Öztürk ve Uluşahin, 2008). Ancak ergen bu dönemde “Olmam gereken kişi değilim, olacağım kişi değilim, ama olduğum kişi de değilim.” (Erikson, 1959, s.93) gibi düşünceler arasında gidip gelir. “Ben kimim?” sorusu ergenlerin zihnini sürekli meşgul eder. Bu da içerisinde olduğu dönemin karmaşıklığının ve süreci tamamlamadaki zorlukların bir göstergesi olabilir.

Ergenden bu dönemde beklenen en temel görev çocukluktan getirdiği çeşitli özdeşleşmeleri bütünleştirerek bir kimlikte bir araya getirmesidir. Oluşan bu yeni bütün, parçaların toplamından daha büyük olacaktır. Ergenliğin yeni ihtiyaçları ve hedefleri için önceki özdeşleşmelerin bütünleştirildiği böyle bir kimlik gereklidir. Eğer çocukluktan getirilen özdeşleşimler, roller ya da benler bütünleştirilerek kimlik oluşturulamazsa “kimlik dağınıklığı” ile karşı karşıya kalınabilir. Bu çekirdeksiz, parçalı bir kişilik demek olacaktır ki bunun çeşitli nedenleri olabilir. Anne ya da babayla fazla özdeşleşmiş olma ya da herhangi biriyle özdeşim kuramama; cinsel yönelimi ile ilgili kararsızlıkların olması; içerisinden birine karar veremediği mesleki rollerin varlığı bu nedenler arasında gösterilebilir. Ergenler çoğunlukla, gerçek benliklerini akran grupları, sosyal gruplar, din ya da politik hareketler aracılığıyla aramaktadırlar. Ergenin büyüme isteğinin doğal sonucu olarak içsel çatışmalar ortaya çıkar. Ergenlik geçici rol kararsızlığı dönemidir ve bu dönemde çeşitli roller, düşünceler, idealler ve değerler denenir; bazıları benimsenir, sonrasında terk

edilebilir ve yenileri aranmaya başlanır. Tıpkı, bir alışveriş merkezinde kendine en uygun olan ceket ararcasına ergenin yeni roller giyinip çıkarması ve sonunda uygun olan ceket; yani rolü bulması beklenir (Geçtan, 2005; Miller, 2008).

Ergen bazı durumlarda yıkıcılığa kadar varabilen kararlı bir bağımsızlık gösterirken; başka bir durumda bebeksi bir bağımlılık gösterebilir. Bir dönem için benimsenen inanç ve ideallerden kısa bir süre sonra tamamen vazgeçilebilir. Sürekli olarak ileriye ve geriye gidiş gelişler yaşayabilir (Geçtan, 2005).

Ergenlik döneminde cinsel ve saldırganlık dürtüleri de artar. Bu artış ile birlikte önceki gelişim dönemlerindeki çatışmalar da yeniden canlanır. Ergenlik döneminde bu çatışmalara yeni çözümler aranır, çözümlere ulaşıldıkça da yetişkin bir kimlik kazanma yolunda hızla sona yaklaşılır (Geçtan, 2005).

Ergenlik döneminde anne-babalar geçici bir süre için ergenin gözünde anlam ve değerlerini yitirebilirler. Çünkü ergenlik çağına erişen çocuk, bağımsızlaşma yolunda anne-babanın güçlü imgelerini yıkabilmek için onların yerine geçebilecek başka birilerini ararlar ve yalancı önderlerin güç gösterilerine kendilerini kaptırabilirler. Otorite etkisinden ve davranışlarının kontrolünü diğer kişilerin denetiminden çıkarabilmek için ergenin defalarca denemeler yaparak çabalaması gerekir. Bu denemeler başarıya ulaştıkça yetişkinliğe biraz daha yaklaşılmış olunacaktır (Geçtan, 2005).

Ergenin çözümlenmesi gereken sorunlar ya da yerine getirmesi gereken görevlerden biri de öğrenimine ve gelecekteki mesleğine ilişkin kalıcı bir karar verebilme ve seçim yapabilme zorunluluğudur. Ergen kendisine uygun bir öğrenim

seçimi (özel okul, anadolu lisesi, üniversite gibi) ve meslek seçimi (üniversite de okuyacağı bölüm, yapacağı iş) yapabildiğinde rolünün belki de en önemli kısmını yerine getirmiş olacaktır (Geçtan, 2005).

Toplumun onayladığı değer yargılarına uygun tutum ve davranışlar geliştirmek ergenin en önemli görevlerinden biridir. Yetişkin olma yolunda ergenin kendini denetleyebilme mekanizmalarının yeterince gelişmiş olması gerekir (Geçtan, 2005).

Freud'a göre olgunluğun iki ölçütü vardır: sevebilmek ve çalışabilmek. Ergenlik dönemindeki görevlerini yerine getiren ergende, doyurucu cinsel etkinlikler ve tutarlı bir kimlikle sağlanan olgun bir kişiliğe ulaşılır. Ancak bu şekilde olgun kişiliğe ulaşabilen genç, anlamlı sevgi ilişkileri kurabilir ve kendisine haz verecek hedeflere ulaşmak için çalışır, yaratıcı ve üretken bir insan olabilir (Geçtan, 2005).

### **1.1.3. Ergenlerin Zihinlerini Meşgul Eden Konular**

“Ergenlik döneminde zihni meşgul eden konular”, ergenlik dönemindeki bir bireyin endişe uyandıran düşüncelerinin olduğu bu dönemde, zaman alan ve duygularını etkileyen, hayatındaki önemli konular olarak tanımlanmıştır (Şahin ve Şahin, 1995).

Ergenlik dönemindeki gençlerle yapılan araştırmalar, ergenlerin zihinlerini meşgul eden konuların, içerisinde yer aldıkları yaş grubuna, eğitim hayatının devam edip etmemesine, anne-baba tutumlarına, ergenin zekasına ve mizacına, çevresi

tarafından kabul edilme derecesine göre değiştiğini göstermiştir. Araştırmalardaki ortak sonuçlara bakıldığında ise ergenlerin en çok düşündükleri ya da diğer bir deyişle, sorun ettikleri konunun gelecekte ne yapacakları; istedikleri okula girip, istedikleri mesleği edinip edinemeyecekleri olduğu görülmektedir (Kulaksızoğlu, 2001).

Okullardaki eğitim sisteminin ezbere dayalı olması, renilen bilgilerin günlük yaşamda işlevselliğinin olup olmaması, başarının değerlendirilme sistemi ve üniversitelere girme sınavı da ergenlerin eleştirdiği konular arasındadır (Malrieu, 1985). Okuldaki arkadaş ilişkileri, retmenlerin tutum ve davranışları, okullardaki fiziki imkanların da ergenlerin okuldaki motivasyonlarını etkileyebileceği düşünülmektedir. Başka birileri tarafından anlaşılma isteğinin, kişinin kendisini tanımak ve anlamak istemesinden dolayı ortaya çıktığı ileri sürülmektedir. Bu bilgiden yola çıkılarak da ergenlerin okuldaki arkadaşları ve üretmenleri tarafından tanınmak ve anlaşılmak istemeleri daha anlaşılır olmaktadır (Origlia ve Ouillon, 1985).

Ergenlerin sorunlarının yoğunlaştığı bir diğer alan ise kişisel ve psikolojik ilişkilerdir (Kulaksızoğlu, 2001). Kişilerarası ilişkilerin yanında, ergenlik dönemi yaşamın en sağlıklı dönemleri arasında olmakla birlikte ergenler bağımsızlıklarını kazandıkça, çok sayıda sağlık riskiyle de karşı karşıya kalabilmektedirler (Bee ve Boyd, 2009). Ergenlikteki riskli davranışlar diğer gelişim dönemlerine göre çok daha yaygındır. Bu durumun birkaç önemli nedeni olabilir. Riskli davranışların yaşitlar arasında kabul görmeyi arttırması ve anne baba ve diğer otorite figürlerinden zerkleşmeyi kolaylaştırması yaygın nedenler arasındadır (Jessor, 1998).

Dolayısıyla sağlık bakımı, heyecan arama, alkol ve uyuşturucu kullanımı ve sigara önemli risk alanları arasında yer almaktadır.

Ergenlerin bu önemli gelişim döneminde, toplumsal, ulusal, evrensel konulara ve politikaya da ilgileri artar. Çok yüzeysel olarak edindiği yeni bilgiler, ödünç aldığı görüşlerle birlikte kendilerinden daha büyük kişilerle tartışmalara girişirler. Duygu ve düşüncelerini inanarak savunurlar ve bu dönemde haksızlıklara karşı acımasız bir tutum sergileyebilirler. Hayatın gerçeklerine ya da koşullarına pek fazla aldırmadan toplumsal düzenin birden değişmesini, eşitsizliklerin bir anda ortadan kalkmasını isteyebilir ve zihinleri sürekli bu tür konularla meşgul olabilir (Yörükoğlu, 2004).

Psikoloji bilimi penceresinden, bu çelişkili duyuş ve davranış biçimleri bu dönem açısından doğal olarak değerlendirilir. Ancak kimi ergen için bu dönem çok gürültülü ve zor geçerken; kimi ergen için daha az bir çalkantı ile daha kolay atlatılabilir. Bu dönemde ergen yeni arayışlar içerisinde olur ve her şeyden önce kendini aramakla meşguldür. “Ben kimim?”, “Neyim?”, ve “Ne olacağım?” gibi soruları bazen farkında olarak bazen de bilinçsizce kendine sorar (Yörükoğlu, 2004).

Erikson’un (1959) gelişim dönemleri kuramına göre ergen, kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası ve yakınlığa karşı yalıtılmışlık dönemi yaşamaktadır. Erikson, bireylerin kimlik kazanımıyla birlikte diğer insanlarla yakın ilişkiler kurmaya ve bağlılık yaşamaya hazır olduklarını belirtmiştir. Dolayısıyla ergenlik döneminde, karşı cinsle olan ilişkiler ve deneyimlerin cinsel dürtülerin de artmasıyla birlikte günlük yaşamlarında zihinlerini meşgul eden konular arasında yer aldığı düşünülebilir.

#### **1.1.4. Ergenlik Dönemi Konuları İle İlgili Araştırmalar**

Kulaksızoğlu (1985) tarafından 150 lise son sınıf öğrencisi ile onların problemlerine yönelik olarak yapılan çalışmada, ergenlik dönemindeki öğrencilerin öncelikle gelecekte seçecekleri meslekleri ve girecekleri yüksek okullarla ilgili olarak düşündükleri, bu konuyu sorun ettikleri anlaşılmıştır. Sonrasında ise serbest zamanlarını değerlendirmek konusunda imkanlarının yetersiz olması, okuldaki çalışmalara uyum sağlama konusunda güçlük yaşanması ve arkadaşlarıyla yaşadıkları anlaşmazlıkların, sorunların yoğunlaştığı genel alanlar oldukları bulunmuştur (akt. Kulaksızoğlu, 2001).

Adwere-Boamah ve Curtis (1993) tarafından ergenlerle yapılan bir çalışmada, kentsel ve düşük sosyo ekonomik düzey (SED) kökeninden gelen ergenlerin gün içerisinde karşılaştıkları sorunlar ve kaygılar araştırılmıştır. Bu çalışma Violato ve Holden'in 1988 yılında yaptıkları çalışmayı hem tekrarlamak hem de genişletmek amacıyla benzer bir örneklem üzerinde yapılmıştır. İki çalışmadan da elde edilen benzer sonuçlara göre en ciddi sorunları, kariyer, sınıf, gelecekteki eğitim ve görünüm sorunları oluştururken; en az ciddi dört konuyu ise, cinsel dürtüsellik, uyuşturucu, sigara ve alkol sorunları oluşturmuştur. Bu çalışmanın ikinci amacı ise Violato ve Holden (1988)'in dört faktörlü ergen endişesi modelinin yeniden değerlendirilmesi olmuştur. Bu model ergenlerin ilgi alanları içerisinde olan 14 konunun; sosyal benlik, öz benlik, gelecek-kariyer ve sağlık-madde kullanımı konularından oluşan dört ana tema açısından değerlendirilmesini kapsamıştır. Özellikle, bu modelde cinsiyet farklılığının olup olmadığı belirlenmeye çalışılmış ve sonuçlar modelin erkekler ve kızlar için özdeş olmadığını ortaya koymuştur. Ayrıca

araştırma bulgularının değerlendirilmesiyle, kızların erkeklere göre konulara daha bütünsel olarak yaklaşmış olabileceği de öne sürülmüştür.

Şahin ve Şahin (1995) tarafından Türk ergenlerin kendilerini rapor ettiği ve onlara psikolojik sıkıntı veren konular ile bu konuların türlerini ve önemini araştırmak amacıyla 11-19 yaş arasındaki toplam 957 (471 kız ve 486 erkek) ortaöğretim öğrencisinin oluşturduğu örnekleme bir çalışma yapılmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda, kişisel gelecek, kişilerarası ilişkiler, ulusal-evrensel konular, sosyal kimlik ve madde kullanımı olmak üzere konular beş farklı grupta toplanmıştır. Sosyal kimlik konusu anksiyete puanını en çok yükselten konu olurken, madde kullanımı ise en düşük ilişkili konu olmuştur.

İlköğretim öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada, okul yaşam kalitesi üzerinde etkili olabileceği düşünülen, öğrencilerin zihinlerini meşgul eden konular, “Piers-Harris Çocuklarda Öz-Kavram Ölçeği” nin, *davranış, zihinsel/okul durumu, fiziksel görünüm, kaygı, gözde olma ve mutluluk* alt boyutlarından alınan puanlar aracılığıyla belirlenmeye çalışılmıştır. 493 öğrenci üzerinde yapılan bu çalışmada yapılan analizler sonucunda benlik kavramının mutluluk, kaygı, gözde olma, davranış, fiziksel görünüm ve zihinsel durum boyutlarının tümünün okul yaşam kalitesi üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin okul yaşam kalitesini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yapılan aşamalı regresyon analizi sonucunda ise, “fiziksel görünüm” değişkeni dışındaki diğer tüm değişkenlerin okul yaşam kalitesinin anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur (Sarı ve Cenkseven, 2008).



Ergenlik dönemindeki bireyin problemleriyle çocukluğunda (yaklaşık 5-12 yaş) anne-babası tarafından gösterilen davranışlar arasındaki ilişkileri göstermenin esas amaç olarak belirlendiği, ayrıca ergenlerin en çok problem gösterdikleri alanların cinsiyete göre karşılaştırmalı olarak ortaya konulmaya çalışıldığı bir araştırmaya, 16 yaşında olan toplam 691 ergen katılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, kız öğrencilerin en çok problem gösterdikleri ilk üç alan "istikbal-meslek-tahsil", "öğretim programı-metot", "sosyal boş zaman faaliyetleri" olurken; erkek öğrencilerin en çok problem gösterdikleri ilk üç alan ise; "öğretim programı-metot", "istikbal-meslek-tahsil" ve "okul çalışmalarına uyum" problem alanları olmuştur. Kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı düzeyde farkların olduğu problem alanları, "sosyal boş zaman faaliyetleri", "sosyal-psikolojik ilişkiler", "kişisel-psikolojik ilişkiler", "istikbal-meslek-tahsil" ve "sevgi-cinsiyet-evlilik" alanlarıdır. Bu çalışmada en çok dikkat çeken sonuçlardan biri, çocuklukta duygusal cezalandırma ve ilgi-şefkat gösterme davranışlarının, ergenlik problemleri üzerindeki etkisi olmuştur. Her iki davranışın, ergenlik dönemi problemleri ile ilişkili olması; çocuğun gelişimi esnasında "sevgi" nin ne denli önemli bir unsur olduğuna kanıt olarak gösterilebilir. Diğer taraftan, "öğretim programı-metot" alanındaki problemlerin hem kız, hem erkeklerde ilk sıralarda yer almış olması, son yıllardaki eğitim uygulamalarına karşı yaşanan uyum sorununun göstergesi olarak değerlendirilebilir. Sonuç olarak, hem kız hem de erkek öğrenciler için ilk iki sırada yer alan problem alanlarının, gelecek ve öğretim programlarıyla ilgili olduğu görülmektedir (Yücedağ, 1994).

10-25 yaşları arasında yer alan bireylerin ergenlik dönemi gelişimsel görevlerini yerine getirme ve psikolojik problem yaşama düzeylerini karşılaştırmanın

amaçlandığı bir araştırmada, SED değişkeninin kimlik oluşturma, değerler üzerine düşünme ve bağımsızlık sorunları gelişimsel ödev alanları üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Yaş değişkeninin özerkleşme sorunları, sorumluluk alma ve kendini kabullenme gelişim ödev alanları üzerinde anlamlı etkilerinin olduğu; cinsiyet değişkeninin ise hiçbir gelişim ödev alanı üzerinde etkili olmadığı bulunmuştur. Ayrıca 14-17 yaş grubu ergenlerinin diğer yaş gruplarıyla karşılaştırıldığında, daha fazla stres yaşadıkları ve yaşamdan daha az memnun oldukları görülmüştür (Dinçel, 2006).

Örneklem grubunun üniversite öğrencilerinden oluştuğu bir çalışmada, katı ve sıkı disiplinli anne-baba algısının ergenin özerkleşme sürecini olumsuz etkilediği; ergenin anne babasını soğuk, uzak, yetersiz ve ilgisiz algılamasının ayrılma anksiyetesini arttırmasına neden olduğu, anne babanın eğitim düzeyinin yüksek olmasının ergenin özerkleşmesini olumlu yönde etkilediği, sağlıklı özerkleşme süreci ile düşük depresyon puanları arasında pozitif ilişki olduğu; sürekli öfke, öfke içte ve öfke dışta düzeyleri ile olumsuz özerkleşme özelliklerinin birlikte görüldüğü bulunmuştur (Gürlek-Yüksel, 2006).

Ergen ve yetişkin kadınların karşılaştırıldığında bir araştırmada, flörtün yetişkin kadınların ergenlik dönemlerinde tabu, yasak, gizli ilişki olarak nitelendirilmesinden dolayı flört ilişkisi tanımlarının değişiklik gösterdiği bulunmuştur. Flört ilişkisinde yaşanan cinsel davranışları günümüz ergen kadınlarının daha yoğun ve rahat yaşadıkları da araştırmanın sonuçları arasındadır (Diyarbakirli, 2007). Ancak günümüzde karşı cinsle ilişki ve iletişim kurma konusunda zorluklar yaşayan ergenlerin olduğu da gözlenmektedir. Hem erkek hem

de kadın ergenlerin flört etmeye ilişkin kaygılarını ölçmek amacıyla Kalkan (2008) tarafından “beğenilmeme düşünceleri, iletişim kaygısı ve fizyolojik belirtiler” olmak üzere üç boyutu içeren Flört Kaygıları Envanteri-Ergen formu geliştirilmiştir.

Yaş ortalaması 18.46 olan 297 ergenle yapılan bir araştırmada, flört kaygısı ile fiziksel, duygusal ve cinsel kötüye kullanım arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu; ayrıca duygusal kötüye kullanımın flört kaygısının önemli bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Kalkan ve Özbek, 2011).

Ergenlerin, erken ergenlik dönemindeki depresyon düzeyini etkileyebilecek bazı önemli faktörlerin ortaya konulmasını amaçlayan bir çalışmada, erken ergenlik döneminde olanların depresyon düzeyine; eve giren aylık gelir miktarının, evdeki oda sayısının, şehirde yaşanan bölgenin ve yerleşim kesiminin etki ettiği saptanmıştır. Bu değişkenlerin aksine, cinsiyetin, yaşın, sosyal faaliyetlerin, annenin eğitim düzeyinin, annenin mesleğinin, babanın eğitim düzeyinin, babanın mesleğinin ve evde yaşayan insan sayısının depresyon düzeyine etkisi F ve t-testi analizleri sonucunda önemli bulunmamıştır. Sonuç olarak araştırmada, erken ergenlik döneminde olanların depresyon düzeyini daha çok ailelerin ekonomik düzeyinin etkilediği saptanmıştır (Ayverdi, 1990).

14-18 yaş grubundaki bireylerin çocukluktan sonraki gelişimlerinin temel basamağı olan ergenlik döneminde yaptıkları dua ve ibadetin onların ruh sağlıkları üzerindeki psikolojik etkilerini araştıran bir çalışmada, ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadetin ergenlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu psikolojik etkilerinin olduğu bulunmuştur (Koç, 2002).

## 1.2. BAĞLANMA

*“Ona bağlandığım kadar/ Hiçbirine bağlanmadım/ Sade kadın değil, insan” –*

O.V. Kanık

Türk Dil Kurumu sözlüğünde bağlanma: “Sevmek, içten bağlı olmak.” şeklinde tanımlanmaktadır.

Bağlanma kelimesinin etimolojik anlamının temelleri 13.yy’a kadar dayanmaktadır. Bu dönemde, bağlanma sözcüğü bir göreve bağlı olmak ya da bir görevi yerine getirmek anlamında kullanılıyordu. 18.yy’da anne-bebek ilişkisi kavramını ilk kez kullanan düşünür Filozof Rousseau olmuş ve “annelik sevgisi” ile ilişkili olarak yazdığı yazılar bağlanmayla ilgili ilk yazılar olmuştur (Kavlak ve Şirin, 2009).

Bowlby (1969) bağlanmayı, insanların kendileri için önemli olduğunu düşündükleri kişilere karşı bebeklikle birlikte hayatlarının sonuna kadar yaşadıkları zorlu dönemlerde, bu kişilere yakın olma ve bu yakınlığı sürdürebilmek için geliştirdikleri duygusal bağ olarak tanımlamıştır. İnsanlar yaşamlarının her döneminde başka bir kişiyle yakın bağlar kurma eğilim ve isteği içerisinde olabilirler. Yeterli ve doyurucu bağların kurulması ve bireyin kendisini güvende hissetmesiyle çevresine daha kolay uyum sağlama ihtimali artarken; yalnız kalmak, sosyal ilişkilerde ya da psikolojik açıdan problemlerle karşılaşma olasılıkları da azalabilir (Bartholomew, 1990; Sable, 2008).

### 1.2.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma Kuramı, temelinde etiyolojik ve psikoanalitik kavramların yer aldığı, John Bowlby tarafından II. Dünya Savaşı sonrasında Dünya Sağlık Örgütü'nün talebiyle bakımhanelerde kalan ve uyum sorunu yaşıyan çocuklarla yaptığı araştırmalara dayanarak geliştirilen bir kişilik gelişimi kuramıdır (Bowlby, 1969).

Bowlby de Erikson gibi Freud'dan ya da psikoanalizden güçlü bir şekilde etkilenererek psikoanalitik ve biyolojik yaklaşımların ilginç bir sentezini öne sürmüştür. Bowlby tıpkı Freud gibi insan kişiliğinin köklerinin ya da temellerinin en erken çocukluk ilişkilerine kadar uzandığını savunmuştur. Bu ilişkilerde yaşanan başarısızlık ya da travma gibi ciddi yaşam olayları çocuğun gelişimini kalıcı olarak şekillendirebilir. Bowlby de en erken ve büyük olasılıkla en önemli bağlanma olduğuna inandığı, çocuğun bakım veren (yani anne) ile olan ilk bağlanmasına odaklanmıştır. Bowlby'e göre bakım veren kişiler bakıcılık davranışlarına sahiptir ve insan evrimi sonucunda da çocuklarda var olan ağlama, gülümseme ve göz teması kurma gibi doğuştan gelen içgüdüsel davranışlar bakım verenlerin bakıcılık davranışlarını harekete geçirir. Benzer şekilde bebek ağladığında annenin onu kucaklaması ya da tiz bir sesle konuşması da içgüdüsel davranışlardır (Bee ve Boyd, 2009).

Erikson ve Freud çocuğun asıl bakıcısı ile arasındaki ilk ilişkilerin, çocuğun diğerleriyle olan ileri yaşlardaki ilişkilerini şekillendireceğini savunmuş ve Bowlby de erken dönem ilişkilerinin üzerinde çalışmıştır (Bee ve Boyd, 2009). Bowlby (1969) yaptığı araştırmalarla bağlanma kuramının temel fikirlerini geliştirirken, bebeğin

bakım verenlere olan bağlanmasının önemini vurgulamıştır. Ayrılık yaşandığında, gereksinim duyulduğunda ya da kayıp yaşantılarında ortaya çıkabilecek muhtemel olumsuzlukları ve sorunları ortaya koymuştur.

Ainsworth (1989) ise Bowlby'nin bağlanma kuramıyla ortaya attığı fikirlerin deneysel olarak test edilmesini sağlayan yöntem olan “Yabancı Ortam” yöntemini geliştirmiştir. Bebeklerin farklı stres koşullarında annesinden ya da bakıcısından ayrılıp tekrar bir araya gelme sırasında gösterdikleri tepkilere göre belirlenmiş üç tip bağlanma tarzı vardır. Bu gözlem araştırmasında bebeğin yakınlık arayışı, iletişimi sürdürmesi, anneden kaçınması, rahatlamaya karşı direnç göstermesi, keşifsel davranışları, anneye etkileşimindeki mesafe gibi davranış sistemleri incelenmiştir. Bağlanma tarzlarına göre bebekler bakım verenlerinden ayrılıp tekrar bir araya geldiklerinde farklı tepkiler gösterirler. Bağlanma tarzları bölümünde daha ayrıntılı anlatılacak olan bu farklı tepkilere göre farklı sınıflandırmalar; güvenli bağlanma, kaygılı ve kararsız bağlanma ile kaçınmacı bağlanmadır.

Bireylerin sosyal-duygusal yeterliliklerini belirlemede önemli bir yere sahip olan bağlanma tarzlarının yaşamın ilk yıllarında oluşturularak içsel çalışan modeller aracılığıyla yaşamın daha sonraki dönemlerine çok az değişime uğrayarak ya da hiç değişmeden aktarıldığı Bağlanma Kuramı tarafından öne sürülmüştür (Bowlby, 1969, 1980).

Birçok boylamsal çalışma çocukların 12 ay ve 24 aylıkken ki bağlanma güvenliğinin bazen birkaç yıl boyunca, bazen de çocukluğun tamamında ve ergenlik boyunca sürdüğünü ortaya koymuştur. Bu konudaki araştırma sonuçları da bebeklikte güvenli bağlanan çocukların yaşamlarının ileriki yıllarında akranları, anne

babaları ve diğerleriyle daha olumlu ilişkiler kurduğunu, duygusal olarak daha sağlıklı olduğunu ve toplumsal becerilerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir (Thompson, 1998). Yaşamın en erken dönemlerinde kurulan ilişkinin yaşamın sonraki dönemlerinde ortaya çıkabilecek psikolojik belirtilere neden olabileceği Bowlby (1969) tarafından öne sürülmüştür.

### **1.2.2. İçsel Çalışan Modeller**

Bowlby (1988), bebek ile bakım verenin arasında bağlanma duygusunun oluştuğu süreçte bebeklerin kendilerine ve diğerlerine ilişkin içsel çalışan modeller ya da zihinsel temsiller geliştirdiklerini belirtmektedir. Bağlanmanın içsel çalışan modeli; çocuğun bağlanma nesnesinin varlığından ya da güvenilir olduğundan emin olması ya da olmaması, çocuğun reddedilme ya da şefkat beklentisi, çocuğun keşif yaparken bağlanma nesnesinin güvenli bir üs olup olmadığına dair duyduğu güven ya da güvensizlik gibi öğeleri kapsar. İçsel çalışan model, çocuk 12 aylık olduğunda oluşmaya başlar ve 4 ya da 5 yıl içerisinde daha kapsamlı ve yerleşmiş bir hal alır. Beş yaşındaki bir çocuğun kendisine, bakım verene ve diğerleriyle ilişkilerine yönelik içsel modellerinin oluştuğu varsayılır. Bu modellerin oluşumundan sonra çocuğun deneyimleri şekillenmeye başlar ve deneyimlerini bu modeller çerçevesinde hatırlar. Diğer bir deyişle, çocuklar kendi modellerine uyan deneyimlerin farkına varıp onları hatırlarken, bu modellere ya da temsillere uymayan deneyimleri kaçıır ya da unuturlar. Bu içsel modellerin varlığının en önemli noktası, çocuğun davranışlarına yön veriyor olmasıdır. Çünkü çocuk her yeni ilişkisinde var olan bu örüntüyü yaratmaya çalışır. Güvenli bağlanan çocukların kendisine bakım verene

sıcak, yakın ve tutarlı yaşantıları olur ve buna bağlı olarak da komşularının, diğer aile üyelerinin ya da akranlarının da güvenilir, sevilebilir ve iyi olduklarına dair olumlu içsel çalışan modeller/zihinsel temsiller oluştururlar. Bakım veren kişi çocuğa karşı duyarsız, uzak ya da tutarsız olduğundaysa onların zihinlerinde diğerlerinin de güvenilmez, duyarsız ve soğuk olduklarıyla ilgili olumsuz zihinsel temsiller oluşur. Yine kendi benlikleriyle ilgili olarak da sevmeye değmeyecekleri gibi değersizlik ya da yetersizlikle ilgili zihinsel temsiller gelişebilmektedir (Bee ve Boyd, 2009; Bowlby, 1980, 1988).

### **1.2.3. Bağlanma Tarzları**

İçsel çalışma modelini en çok etkileyen ilk bağlanma ilişkisi olmakla birlikte ergenlik dönemi bu modelin kalıcılığını arttırmaktadır. Bu ilk bağlanma ilişkisinde görülen farklılıklar Ainsworth'ün kategori sistemi ile açıklanmaktadır (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978). Ainsworth (1979), Yabancı Ortam olarak adlandırılan bir deneyde güvenli bağlanma ile iki tip güvensiz bağlanmayı birbirinden ayırmıştır. Bu deney laboratuvar ortamında gerçekleştirilen bir dizi seanstan oluşmaktadır. Deneye katılan çocukların yaşlarının 12 ile 18 ay arasında değişme koşulu vardır. Çocuk önce annesiyle, daha sonra annesi ve bir yabancıyla birlikte vakit geçirir. Çocuk daha sonra yabancıyla yalnız bırakılır, daha sonra birkaç dakika için yalnız bırakılır ve sonra annesi yanına gelir. Sonra tekrar yalnız bırakılır ve en son aşamada önce yabancı olan kişi daha sonra da annesi yanına gelir. Çocuk bu durumlara üç türlü tepki verebilir ve Ainsworth (1979)' e göre verilen bu tepkiler üç bağlanma tarzından birini gösterir.



**Güvenli bağlanma tarzına** sahip bebekler keşif yaparken annelerini güvenli üs olarak görme eğilimindedirler. Annenin varlığında görsel, sözel ve fiziksel etkileşimle birlikte çevreyi keşfe çıkarlar. Annenin ortamdaki ayrılması durumunda keşifleri azalır. Ağlama ya da ağlamama tepkisi gösterebilirler. Ancak anneleri geri döndüğünde annelerini çok olumlu karşılar, eğer çok fark edilebilir düzeyde üzgünlerse annelerinin yanına giderek rahatlar ve sonrasında keşfetmeye devam ederler. Sonrasında keşfettiklerini bakıcılarıyla da paylaşma konusunda isteklilik gösterirler (Ainsworth, 1979, 1989; Goldberg, 2004).

**Kaçınan bağlanma tarzıyla** tanımlanan bebekler, etraflarını keşfederken annelerinden neredeyse tamamen bağımsızdırlar. Onun ortamdaki ayrılması durumunda çok az stres belirtisi gösterir ve geri döndüğünde ondan kaçınır ya da onu görmezden gelir gibi görünürler. Fiziksel yakınlık ya da etkileşime girmekten kaçınırlar. Bazen ortamdaki yabancıya karşı annesinden daha sosyal ve arkadaşça yaklaşır (Ainsworth, 1979, 1989; Goldberg, 2004).

**Kaygılı ya da kararsız bağlanma tarzına** sahip bebekler, annelerinin yakınındayken de oldukça kaygılı görünürler. Annelerinin varlığında da çevreyi keşfetmeye isteksizdirler ve annelerinin ortamdaki ayrılması durumunda çok yoğun stres belirtileri gösterirler. Geri döndüğünde rahatlamaya karşı direnç gösterirler, yoğun öfke ya da pasif duygusal tepkiler gösterebilirler. En çok istedikleri oyuncaklarla oynamayı bile reddedebilirler (Ainsworth, 1979, 1989; Goldberg, 2004).

Bartholomew ve Horowitz'in (1991) geliştirdiği kurama göre yetişkin bağlanma tarzları, "olumlu ve olumsuz" kutuplarında, "benlik ve başkaları"

boyutlarında incelenerek dört bağlanma tarzı belirlenmiştir. Bu bağlanma tarzlarından ilki güvenli bağlanmadır ve olumlu benlik-olumlu başkaları modellerinin birleşimini temsil eder. Bu bağlanma tarzına sahip bireylerin benlik saygıları yüksektir, kendilerinin ve başkalarının sevmeye ve saygı duyulmaya değer olduklarına inanırlar. İkili ilişkilerde yakınlık kurmaktan kaçınmazlar. Başkalarından destek almaktan rahatsızlık duymazlar, bir taraftan da bağımsızlıklarını sürdürme konusunda duyarlıdırlar. Saplantılı bağlanan kişiler, olumsuz benlik-olumlu başkaları modelinin birleşiminden doğar ve bu kişiler başkalarına karşı bağımlılık gösterme eğilimindedirler. Yoğun utanç duygusuna ve başkalarına karşı güvensizliğe sahip olan kişiler korkulu bağlanan kişilerdir ve olumsuz benlik-olumsuz başkaları modelini temsil ederler. Benlik saygısı ve öz-yeterliği çok yüksek olan ancak kendilerini savunmak pahasına yakınlık kurmaktan kaçınan kayıtsız bağlananlar ise olumlu benlik ve olumsuz başkaları modelinden oluşur (Akbağ ve Erden-İmamoğlu, 2010).

#### **1.2.4. Ergenlikte Bağlanma**

Bağlanma, ergenlik öncesinde bakım veren anne ve babayla geliştirilen duygusal bağlarla oluşurken, ergenlikle beraber anne babadan uzaklaşarak daha çok akranlarıyla arasında gelişen ilişkilerden oluşur. Dolayısıyla ergenlik dönemine girildiğinde bağlanma davranışlarının biçiminde değişimler görülür. İçinde bulunulan gelişim dönemine bağlı olarak bağlanma yön değiştirirse de yaşamın erken dönemindeki bağlanma ilişkisi etkililiğini sürdürmektedir.

İçsel çalışan modellerin etkinliği ergenlik döneminde güçlenerek etkisini sürdürmeye devam eder. Hatta içsel çalışan modeller ergenlik döneminde, neredeyse son halini alarak sonraki yaşam dönemlerinde değişime karşı daha dirençli hale gelmektedir. Bu görüşü test etmek amacıyla yapılan boylamsal bir çalışmada 16-18 yaşları arasındaki ergenlerin içsel çalışan modelleri incelenmiş bu yaş grubundaki ergenlerin sahip oldukları güvensiz ya da güvenli bağlanma temsillerinin hiçbirinde bir değişme olmamıştır (Zimmermann ve Becker-Stoll, 2002).

Günaydın ve Yöndem (2007) tarafından ergenlerin akranlarına bağlanma düzeyleri ile ilişkili olabileceği düşünölen ebeveyn bağlılığı, cinsiyet, aynı ve karşı cinsten arkadaş sayısı, kardeş sayısı, sınıf düzeyi gibi niteliklerin akran bağlılığını yordama güçleri incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre ele alınan niteliklerden ergenlerde akran bağlılığını en çok yordayan değişkenin ebeveyn bağlılığı olduğu bulunmuştur.

Ergenlerin ebeveynleriyle ilişkilerinde iki görevi vardır: Anne babadan ayrı bağımsızlaşmak, aynı zamanda da anne babasıyla var olan bağlanma duygusunu devam ettirmek. Bu iki görev birbiriyle çelişiyor gibi görünmektedir. Bu çelişki de ergen ile anne baba arasında çatışmaların çıkması ile kendini göstermektedir. Ancak daha küçük yaştaki çocuklara oranla ergenler anne babalarıyla daha fazla anlaşmazlık yaşasalar da onlara olan bağlanma duyguları varlığını sürdürür (Bee ve Boyd, 2009). Bu dönemdeki bağlanma davranışı bebeklikteki gibi fiziksel yakınlık aramak değil de ergenin ihtiyaç duyduğunda bağlanma nesnesi ile kaygılarını, korkularını, sorunlarını ve duygularını paylaşabilmesi şeklinde ortaya çıkmaktadır (Hamarta, 2004).

Birçok araştırma ergenlik dönemine girilmesiyle birlikte anne baba ve ergen arasındaki çatışmaların arttığını kanıtlamıştır. Giderek artış gösteren ve geçici olan anlaşmazlıkların, olumsuz bir durum olarak nitelendirilmesinin yanı sıra, gelişimsel açıdan ergenlikte gerçekleşmesi beklenen, kimlik oluşumunun sağlıklı ve doğal bir parçası olarak görülebileceği birçok kuramcı tarafından öne sürülmüştür. Tıpkı 2-3 yaş civarındaki çocukların anne babalarıyla zıtlaşması ve hayır demeye başlaması gibi ergenlik döneminde de ergenin kendi kişiliğini bulabilmek ve isteklerini elde edebilmek için anne babasıyla arasına mesafe koyması, onlara itiraz ederek kendi sınırlarını sınaması gerekir ki bu süreç özerkleşme sürecidir. Diğer taraftan da ergenin anne ve babasına olan duygusal bağı devam etmektedir (Grotevant ve Cooper, 1985).

#### **1.2.5. Bağlanma Tarzları ile İlgili Araştırmalar**

Laible'nin ergenlerle yaptığı çalışma sonucunda anne-babaya ve arkadaşlara bağlanma ile sosyal-duygusal beceriler arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Güvenli olarak anne-baba ve arkadaşlara bağlanma ile sosyal-duygusal beceriler arasında olumlu bir ilişki olduğu bulunmuştur. Arkadaşlara güvenli bağlanma ile sosyal-duygusal beceriler arasında daha yüksek düzeyde bir ilişki olması Laible tarafından, "Ergenlik döneminde arkadaşlara bağlanma anne babaya bağlanmadan daha önemli olmakla birlikte anne babaya bağlanmanın önemi de sürdürülmektedir" şeklinde yorumlanmıştır (Laible, 2007).

Bağlanma tarzları ile ergenlerdeki benlik algısı arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada, örneklem grubu farklı sosyoekonomik düzeylerden (SED) oluşan, lisede öğrenim gören 378 (196 kadın-182 erkek) ergenden oluşturulmuştur. Katılımcılara, İlişki Ölçeği Envanteri ve Benlik Algısı (Offer Self-Image) Ölçeği verilmiştir. Bulgular düşük SED' den gelen ergenlerin orta ve yüksek SED'den gelen ergenlerle karşılaştırıldığında benlik algısı ölçeğinden önemli derecede daha düşük puan aldıkları görülmüştür. Güvenli bağlanma örüntüsü sosyal ilişkileri ve olumlu benlik algısı açısından kaliteli uyumu etkilemektedir. Araştırmanın sonuçları, bağlanma örüntülerinin ergenlerde kritik psikolojik yapının ortaya çıkmasına neden olan benlik algısının gelişiminde önemli rol oynadığını göstermiştir. Ayrıca güvenli bağlanma tarzının Türk lise öğrencileri arasında en yaygın (%33) olan bağlanma tarzı olduğu bulunmuştur (Çetin, Tüzün, Pehlivan Türk, Ünal ve Gökler, 2010).

Özen ve Aktan (2010) tarafından ergenlerle yapılan çalışmada, akran zorbalığına maruz kalma ve maruz bırakma ile güvenli bağlanma tarzı arasında negatif yönlü ilişki olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçları incelendiğinde, güvenli bağlanma azaldıkça zorbalığa maruz kalma ya da maruz bırakmanın artabileceği düşünülmüştür.

Deniz (2006) tarafından yaş ortalaması 18.80 olan 325 kadın 241 erkek ergenler ile yapılan çalışmada, ergenlerdeki bağlanma tarzları ile çocuklukta maruz kaldıkları istismar deneyimleri ile suçluluk ve utanma duyguları arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Utanma, korkulu bağlanma tarzı ile pozitif yönde; güvenli bağlanma tarzı ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Kaygılı bağlanma tarzı ise çocuklukta

fiziksel, duygusal ve cinsel istismar yaşantılarıyla pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Suçluluk ile bağlanma tarzları arasında ise anlamlı ilişkilere rastlanmamıştır.

Terzi ve Cihangir- Çankaya (2009) tarafından ergenlerle yapılan çalışmada, güvenli bağlanma tarzının benlik saygısını anlamlı şekilde yordadığı ve stresle aktif olarak başa çıkma tutumlarından aktif planlamayı; saplantılı bağlanma tarzının yaşam doyumunu; korkulu bağlanma tarzının kaçma ve soyutlamayla başa çıkma tutumunu yordadığı bulunmuştur.

Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma tarzları ve benlik-kavramı arasında anlamlı korelasyonların olduğu bir çalışmada, güvenli bağlanma tarzına sahip ergenlerin güvensiz bağlanma tarzına sahip ergenlere göre daha olumlu benlik-kavramlarına sahip oldukları bulunmuştur (Damarlı, 2006).

Kaya (2010) tarafından yapılan bir araştırmada, ergenlerin yalnızlık ve sosyal kaygı düzeyleri ile bağlanma tarzları arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Ergenlerde yalnızlık düzeyi arttıkça, işlevsel olmayan tutumların kullanılma sıklığının arttığı bir başka araştırmada (Haliloğlu, 2008), ayrıca yalnızlık düzeyi yüksek olan ergenlerin daha çok kaygılı ve kaçınmacı bağlanma tarzına sahip olduğu; yalnızlık düzeyi düşük olan ergenlerin ise güvenli bağlandıkları bulunmuştur.

Kişilerarası şemalar ve bağlanma tarzları arasındaki ilişkilerin incelendiği bir araştırmada, güvenli bağlanan ergenlerin güvensiz bağlanan ergenlere göre arkadaşlarından düşmanlık boyutunda daha az tamamlama beklemedikleri, babalarından da pasiflik boyutunda daha fazla tamamlama beklemedikleri bulunmuştur. Kişilerarası

durumlarda beklenen tepkilerin istenirlik düzeyleri açısından ise güvenli bağlanan ergenlerin güvensiz bağlanan ergenlere göre arkadaşlarından bekledikleri tepkileri daha istenir buldukları gözlenmiştir (Tüzün, 2006).

Psikiyatrik rahatsızlığı olan bireylerde, normal bireylere göre güvensiz bağlanma tarzlarının ve erken dönemde oluşan uyumsuz şemaların daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca kendilik algısının, kötümserlik ve sosyal izolasyon şemalarının psikiyatrik semptomları yordadığı bulunmuştur (Yaka, 2011). Koç (2008) tarafından depresyon tanısı almış bireylerle yapılan bir araştırmada da olumsuz kendilik algısının, olumsuz kişilerarası tarzların ve öfke yaşantılarının depresyon ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

### **1.3. ÖZ-ŞEFKAT**

Çoğu psikolog kendinden emin bir kimliğe sahip olmanın yarattığı güçlü duygular ile psikolojik sağlık arasında önemli bir ilişki olduğunu düşünür (Erikson, 1959; Mahler, 1967). Tamamen bağımsız olan kişi kendisini ayrı bir birey olarak gördüğü ölçüde, düşüncelerinden, duygularından ve davranışlarından sorumlu olur ve kabul edilebilir hissedebilmek için kendini olumlu bir şekilde değerlendirmek zorunda kalabilir. Şaşırtıcı olmayan bu bilgiyle birlikte benlik saygısının (self-esteem), psikolojik iyilik halinin önemli bir ipucu olduğu düşünülebilir. Benlik saygısı, kişinin kendisini ne kadar sevdiğini ya da değerli gördüğünü ifade eder ve kişisel standartlara uyum ya da başkalarıyla karşılaştırmalara dayanır (Coopersmith, 1967; Harter, 1999).

Başarılı olduğunda benlik saygısı yükselen birey bir başarısızlık yaşandığında bu kez kendisini sert bir biçimde yargılıyor ve izolasyonu artıyorsa; birey açık bir biçimde kendisiyle ilgili acı gerçeklerin zorluklarıyla karşı karşıya kalmış demektir (Neff, 2008b). Benlik saygısının beraberinde ortaya çıkan sorunlardan dolayı, birçok psikolog sağlıklı kendilik tutumları ile alternatif kavramlar geliştirmeyi amaçlamıştır. Seligman (1995)'ın öz-saygı (self-respect), Bandura (1990)'nın öz-yeterlik (self-efficacy) ya da Deci ve Ryan (1995)'ın gerçek benlik saygısı (true self-esteem) kavramları bu amaca hizmet eden kavramlar arasındadır. Son zamanlarda ilgi çeken öz-tutum kavramlarından biri de öz-şefkattir (self-compassion) (Gilbert & Irons, 2005; Leary, Adams ve Tate, 2005; Neff, 2003a, 2003b).

Öz-şefkat kavramının ne anlama geldiğini anlamak için daha genel bir biçimde “şefkat” hissinin ne anlama geldiğini bilmek yararlı olabilir. Şefkati deneyimleyen bir kişi diğerlerinin acısını fark eder ve bu acıyı kendine de taşır. Böylece bu acıyı hafifletme arzusunu da içinde duymaya başlar. Basitçe şefkat, başarısız ya da hatalı olmalarından dolayı insanları kınamak yerine; vasıfsız eylem ve davranışları, ortak insani kırılmalar olarak görmek; yani tüm insanların deneyimleyebileceği yanılma payının varlığı bağlamında değerlendirmektir. Öz-şefkat ise kişi başarısızlık, yetersizlik ya da talihsizlik yaşadığında kendisine karşı gösterdiği benzer bir tutumu da içerir. Öz-şefkatli bireyler acı çekmenin ya da kusursuz olamamanın insan yaşamının kaçınılmaz bir yönü olduğunu bilir, yaşanan sorunun kendisine özgü olmadığını ve tüm insanlık tarafından deneyimlendiğini kabul eder. Ayrıca, öz-şefkatli bir birey olumsuz benlik ile ilgili duygularına dengeli bir bakış açısıyla bakabilir ve böylece kişisel acılarını bastırmaz, inkar etmez, abartmaz ya da dramatize etmez (Neff, 2003a; Neff, 2008b).



Çoğu insan kendilerine karşı diğer insanlara olduklarından daha az affedici ve daha sert olduklarını ifade ederler (Neff, 2003b). Diğer taraftan, öz-şefkatli bireyler hem kendilerine hem de diğerlerine karşı aynı derecede anlayışlı, kibar ve sevecen davranırlar. Öz-şefkat, kendisi de dahil tüm insanlığın merhamete layık olduğu düşüncesiyle kendi ve diğerleri arasındaki sınırların yumuşatıldığı açık kalpliliğin (openheartedness) bir türü olarak da düşünülebilir. Bu yönüyle, öz-şefkat biraz egoyu temsil eder. Çünkü kişi bir yaşantıyı deneyimlerken kendi bakışını güçlü bir şekilde filtreleyemez (Neff, 2008b).

Öz-şefkat birbirinden ayrı, aynı zamanda da birbirini tamamlayan üç bileşenden oluşur. Bu üç bileşenden ilki, öz-sevecenliktir (self-kindness). *Öz-sevecenlik*, acı çekerken ya da başarısızlık yaşarken kendini acımasızca eleştirmek yerine kendine karşı kibar ve anlayışlı olmak; ikincisi olan *paylaşımın bilincinde olma* (common humanity), birinin tecrübelerini, onu diğer insanlardan ayıran ve soyutlayan bir deneyim olarak görmek yerine insanların ortak tecrübeleri olarak görmek ve üçüncüsü *bilgece farkındalık* (mindfulness) ise acı veren duygu ve düşünceleri onlarla başa çıkabilecek dengede tutabilme farkındalığının olmasıdır (Neff, 2003a, 2003b). Dolayısıyla öz-şefkat, kişinin kendisine acı veren duygularına açık olması, onlardan kaçınarak ya da onlarla bağlantıyı kopararak değil de onların farkında olarak acılarını hafifletebilmede, bu acıların insanlığın yaşamının doğal bir süreci olduğunu kendisine hatırlatarak, kendisine nazik bir şekilde yaklaşmasını ifade eder (Neff, 2003a, 2003b; Akın ve ark. 2007).

Öz-şefkat kendine acımadan (self-pity) oldukça farklıdır (Goldstein ve Kornfield, 1987). Bireyler kendilerine acıdıklarını hissettiklerinde, kendi sorunlarına

yoğun bir biçimde odaklanma ve diğerlerinin benzer sorunlar yaşadığını unutmaya eğiliminde olurlar. Onlar diğerleriyle bağlantıları görmezden gelir ve kendisini dünyada bu şekilde acı çeken tek insan gibi hisseder. Kendine acıma onu diğerlerinden ayıran benmerkezci duyguları ve kişisel acı çekmenin derecesini aşırı şekilde abartmayı vurgular. Fakat, öz-şefkat kişinin kendisi ve diğerlerinin deneyimlerinin ilişkili olduğunu bir bozukluk ya da kopukluk olmaksızın görmesine izin verir (Neff, 2008b). Öz-şefkat ayrıca kendini beğenmişlik (complacency) ya da vurdumduymazlıktan (self-indulgence) da farklıdır. Bireyler bazen kendilerini bir şeyden uzaklaştırmaya izin verme korkusundan dolayı öz-şefkatli olmaya karşı isteksizdir (Neff, 2003b). Biri için zevklerine aşırı bir biçimde odaklanmak vurdumduymazlığa neden olabilir. Şefkat başlı başına zevkten daha çok kendinin sağlıklı ve iyi olma halini (well-being) arzulamayı içerir (Brach, 2003). Birçok durumda, kendine zevk veren şeyler iyi olma haline (well-being) zarar verebilir (örn., madde kullanmak, aşırı yeme gibi), oysa ki birinin sağlığa teşviki sıklıkla net bir biçimde hoşnutsuzluğu içerir (örn., egzersiz yapma, diyet yapma gibi). İnsanlar ayrıca bireysel güçsüzlükleriyle karşı karşıya kaldıklarında kendilerini mahcup hissetmelerıyla sert bir biçimde öz-yargılama yapmaya sığınabilirler.

### **1.3.1. Öz-Şefkatin Alt Boyutları**

Çeşitli Budist bilim adamı yazılarına dayanılarak (örneğin; Brach, 2003; Goldstein ve Kornfield, 1987; Salzberg, 1997), Neff (2003b) öz-şefkati: (a) öz-sevecenlik (self-kindness), (b) paylaşımların bilincinde olma (common humanity) ve (c) bilgece farkındalık (mindfulness) olan üç bileşenin oluşumu olarak tanımlamıştır.

**Öz-Sevecenlik (Self-Kindness):** Öz-şefkat, kişi bir acıyla, yetersizlik ya da başarısızlıkla karşılaştığında hissettiği acıyı göz ardı etmek ya da *öz-yargılama* ile kendini cezalandırmak yerine kendine karşı anlayışlı ve ılımlı/sevecen (being warm) olmayı gerektirir. Öz-şefkatli kişiler kusurlu, başarısız olmanın ve zor yaşam koşullarının kaçınılmaz olduğunu bilir, bu nedenle acı veren yaşam olaylarıyla karşılaştıklarında kızmak yerine hoşgörülü ve nazik olma eğilimi gösterirler. İnsanlar her zaman ya da tamamıyla istedikleri her şeyi elde edemezler. Bu gerçek inkar edildiğinde ya da bu gerçekle mücadele edildiğinde, stres, hayal kırıklığı ve öz-eleştirisinin artmasıyla kişi acı çekilebilmektedir. Bu gerçek, sempati ve sevecenlikle kabul edildiğinde ise sonrasında daha büyük bir duygusal sakinlik yaşanacağı varsayılmaktadır (Neff, 2008b). Birey başarısız olduğu durumlara odaklanmak yerine mutluluk, iyilik, acıdan kurtulma ve aydınlanma için can atmalıdır (Öveç, 2007).

**Paylaşımların Bilincinde Olmak (Common Humanity):** İstenilen şeylerin gerçekleşmemesiyle ortaya çıkan hayal kırıklığı sıklıkla gerçekçi olmayan “Acı çeken ya da bu hataları yapan tek insan benim” gibi düşünmeyle *izolasyon* duygusunun yayılmasına neden olur. Kişi, deneyimlerini kendisini diğer insanlardan ayrı tuttuğu bir perspektiften yorumladığında, diğerlerinin de benzer deneyimler yaşadığını unutabilmektedir. Fakat, tüm insanlar acı çeker. İnsan olmanın tanımı, ölümlü, incinebilir ve kusurlu olmak anlamına gelir. Bu nedenle, öz-şefkat acı çekmeyi ve kişisel başarısızlığın tüm insanların paylaştığı bir deneyim olarak tanımlanmasını içerir (Neff, 2008b).

**Bilgece Farkındalık (Mindfulness):** Öz-şefkatin bilgece farkındalık bileşeni, kişinin olumsuz duygularına dengeli olarak yaklaşımını gerektirir. Böylece kişi

negatif duygularını bastırmaz ya da abartılı bir biçimde göstermez. Bu dengeli yaklaşım, acı çeken diğer kişilerin bireysel deneyimleriyle ilişkili olan süreçten de kaynaklanır. Böylece daha geniş bir bakış açısıyla kendi deneyimini de bu durumun içerisine dahil eder. Birey ayrıca açıklık ve netlikle negatif düşünceleri ve duyguları gözlemlene istekliliğini önler, bu şekilde de duyarlı farkındalık sağlanır (Bishop ve ark., 2004). Bilgece farkındalık onları bastırmak ya da reddetmek için çabalamadan, bireylerde gözlediği duygu ve düşüncelerinden dolayı onları yargılamaksızın olan açık zihin halidir. Kişi birinin acısını görmezden gelemez ve beraberinde de şefkat hisseder. Bu tepkinin ikinci tipi *aşırı özdeşleşme*, dar bir şekilde odaklanmayı ve genellikle öz-değerliğin etkileri üzerinde abartılı bir vurgu ile birinin olumsuz duyguları üzerinde uzun uzun düşünmesini (ruminating) içerir (Nolen-Hoeksema, 1991). Bilgece farkındalığın olması, birinin kendilikle ilgili duygularına daha objektif olarak yaklaşımına zihinsel alan sağlayacağından aynı zamanda daha fazla duygusal iyilik hali de sağlar (Baer, 2003; Shapiro, Carlson, Astin, ve Freedman, 2006).

Öz-şefkatin alt boyutları birbirinden ayrılmış gibi görünmekle birlikte, her boyut diğer boyutlarla etkileşim halindedir. Ayrıca, her bir boyut diğer boyutların oluşumuna katkıda bulunabilir ya da diğerlerinin düzeyini arttırabilir (Neff, 2003b).

### **1.3.2. Öz-şefkat ile İlgili Araştırmalar**

Neff ve Vonk (2009) tarafından yapılan araştırmada, öz-şefkat ve benlik saygısı ile psikolojik işlevselliğin çeşitli açılardan ilişkileri araştırılmıştır. Öz-şefkat,

kişi kendisinin olumsuz yönlerini düşündüğünde, kendisine sevecen davranmasını, diğer insanlarla ortak deneyimleri paylaştığı bilinçliliğini ve bilgece farkındalığını gerektirir. Araştırmanın ilk kısmında öz-şefkat evrensel (global) benlik saygısıyla karşılaştırılmış ve her ikisinin de ben merkezci yönünün aktif olmadığı görülmüştür. Öz-şefkatin sabit (stable) benlik değeri (self-worth) hislerini benlik saygısından daha fazla yordadığı bulunmuştur. Ayrıca öz-şefkat ve sosyal karşılaştırma, kamu öz-bilinci (public self-consciousness), öz-ruminasyon (self-rumination), öfke ve bilişsel kapalılığa duyulan ihtiyaçla arasında güçlü negatif ilişki olduğu bulunmuştur. Benlik saygısı (ancak öz-şefkat değil), narsisizmle pozitif ilişkilidir. İkinci çalışmada ise global (evrensel) benlik saygısı ve öz-şefkat olumlu ruh durumu (mood state) ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Bu iki kavramın mutluluk, iyimserlik ve pozitif etkinin yordayıcıları olmaları açısından istatistiksel olarak eş değerliğe sahip oldukları bulunmuştur. Bu iki çalışmanın sonuçlarına bakıldığında sağlıklı benlik duruşunun inşasında öz-şefkatin evrensel benlik saygısına yararlı bir alternatif olabileceği önerilmiştir (Neff, ve Vonk, 2009).

Araştırmalar öz-şefkatin kadınlarda erkeklerden çok az daha düşük olmakla birlikte aralarında anlamlı bir fark olduğuna işaret etmektedir (Neff, 2003a; Neff ve McGeehee, 2010). Bu durum, kadınların olumsuz yanlarına erkeklere göre daha çok eleştirel yaklaşımlarıyla ilişkili olarak açıklanabilir (Leadbeater, Kupermine, Blatt ve Hertzog, 1999).

Yapılan araştırmalarda, öz-şefkat ve yaş arasındaki ilişkinin daha karmaşık olduğu görülmüştür. Neff ve Vonk (2009) tarafından yapılan araştırmada öz-şefkat ile yaş arasında küçük ancak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Diğer bir

çalışmada ise üniversite öğrencilerindeki öz-şefkat seviyesinin lise öğrencilerindeki öz-şefkat seviyesinden daha yüksek olmadığı, yani anlamlı bir fark çıkmadığı bulunmuştur (Neff ve McGeehee, 2010). Hala bu konu ile ilgili daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. İnsanların ilerleyen yaşlarında daha fazla öz-şefkate sahip olmaları beklenebilir.

Wei, Liao, Ku ve Shaffer (2011) tarafından yapılan bir araştırmada bağlanma anksiyetesi ve kişiye göre farklılık gösteren iyilik hali (subjective well-being) ile Neff'in (2003a) geliştirdiği öz-şefkat kavramı arasında bir ilişki olup olmadığına bakılmıştır. 195 kişilik öğrenci ve 136 kişilik yetişkin grubundan oluşan ve öz bildirim anketleri ile toplanan verilerden oluşturulan bu çalışmanın sonuçlarına bakıldığında üniversite öğrencileri ve yetişkinler arasında; öz-şefkatin, bağlanma anksiyetesi ve öznel iyilik hali arasında önemli bir aracı değişken olduğu gösterilmiştir.

Yapılan araştırmalar yetişkin bağlanması ile psikolojik ve fiziksel sağlık arasında güçlü bir ilişki olduğunu göstermiştir. Ancak bu ilişkinin altında yatan mekanizmalar çok az bilinmektedir. Rague-Bogdan ve ark. (2011) tarafından yapılan bir araştırmada öz-şefkat ve farkındalık (mattery), pozitif psikoloji literatüründeki bu iki yapı, potansiyel aracıdır. 208 üniversite öğrencisinin oluşturduğu örnekleme yapılan araştırmada, bağlanma, öz-şefkat, farkındalık ve işlevsel sağlık arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca öz-şefkat ve farkındalığın bağlanma oryantasyonu (kaçınmanın ve anksiyetenin derecesi) ve psikolojik sağlık üzerinde aracı etkisinin olduğu bulunmuştur (Rague-Bogdan, Ericson, Jackson, Martin, ve Bryan, 2011).

Bakıcılarının bulunduğu çevrede büyüyen kişiler kendilerine şefkatli davranma yeteneği geliştirir. Bu iddiayı destekler şekilde, Neff ve McGehee (2010) bağlanmanın güvenli olmasının yetişkinler arasındaki öz-şefkat derecesinin yüksekliğini belirlediğini bulmuşlardır. Ayrıca öz-şefkat, kısmi olarak iyilik halinin belirleyicisi olarak algılanan temel destek, aile ilişkileri ve güvenli bağlanma arasındaki ilişkide aracı bir etkiye sahiptir. Diğer taraftan Neff ve McGehee (2010) güvenli bağlanma oryantasyonunun benlik değerine ve öz-şefkatin şekillendirilmesiyle bağlantılı olan değerlerin geliştirilmesine katkıda bulunduğunu ortaya koymuşlardır.

Öz-şefkat ile ilgili ergenler arasında yapılan ilk araştırma sonuçlarıyla anneye ait eleştirilerin ve diğer aile üyelerinin gençlere verdiği mesajların, ergenlerdeki bağlanma şemaları ile öz-şefkat üzerinde etkili olduğu öne sürülmüştür (Neff, 2008a).

Genellikle yetişkinler üzerinde çalışılan öz-şefkat Neff ve McGehee (2010) tarafından 235 ergenden oluşan bir örneklem üzerinde çalışılmıştır. Ayrıca 287 genç yetişkinden oluşan karşılaştırma grubu da oluşturulmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre öz-şefkat ve iyilik hali arasında yetişkinlerde olduğu gibi ergenlerde de güçlü bir ilişki vardır. Ayrıca ailevi ve bilişsel faktörler öz-şefkattaki kişisel farklılıkların belirteçleri olarak tanımlanmıştır. Sonuçta öz-şefkat kısmi olarak bilişsel faktörler ve iyilik hali arasında bağlantı kuran aracı bir değişkendir. Bulgular öz-şefkatin, olumsuz kendini izleme (negative self-views) özelliğine sahip olmaları nedeniyle acı çeken ergenler için etkili bir müdahale hedefi olabileceğini önermiştir.

Öz-şefkat ile pozitif psikolojik sağlık ve beş faktörlü kişilik modeli arasındaki ilişkiye bakılan bir çalışmada, öz-şefkatin mutluluk, iyimserlik, pozitif etki, bilgelik,

kişisel girişkenlik, merak ve keşif, hoşluk/uzlaşmacılık, dışa dönüklük ve vicdanlı olma/dürüstlük ile arasında önemli pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca öz-şefkat, olumsuz duygulanım ve nevrotiklik arasında da önemli negatif ilişki vardır. Öz-şefkat kişilik özelliklerine atfedilmenin ötesinde pozitif psikolojik sağlığın varlığını önemli oranda açıklamaktır (Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007).

Yapılan birçok araştırmada, öz-şefkatin kendini kabul, yaşam doyumu, sosyal ilgi, bilgece farkındalık, özerklik, kişisel gelişim, mutluluk ve iyimserlik gibi psikolojik iyilik haliyle ilişkili olan birçok kavramla pozitif yönde ilişkili iken anksiyete, depresyon, öz-eleştiri, nörotizm, düşünce baskısı ve nörotik mükemmeliyetçilik ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur (Neff, 2003a, 2003b; Neff, Hseih ve Dejithirat, 2005).

Gilbert ve Irons'a (2005) göre öz-şefkat, kendini teskin etme (self-slooting) ve bağlanma sistemlerini aktifleştirerek kişisel yetersizlikle karşılaşıldığında anksiyete ve izolasyon duygularının azalmasına yardımcı olmaktadır.

Öz-şefkat kavramının psikopatoloji ile olan ilişkisinin yaşantısal kaçınma ve üstbilişin aracı etkileri ile birlikte Türk üniversite öğrencileri örnekleminde incelendiği bir çalışmada (Bayramoğlu, 2011) öz-şefkat, depresyon ve kaygı ile anlamlı ve olumsuz olarak ilişkili bulunmuş ve birinci modelde öz-şefkat ve psikopatoloji arasındaki ilişkiye yaşantısal kaçınma tam aracılık etmiştir. Ayrıca, yaşantısal kaçınma kadar güçlü olmamakla birlikte üstbilişsel faktörler ve üstbiliş tamamen, öz-şefkat ve psikopatoloji arasındaki ilişkiye aracılık etmiştir (Bayramoğlu, 2011).



#### **1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI**

Ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların neler olabileceğinin belirlenmesi ve bu konular ile bireylerin bağlanma tarzları, sahip olunan öz-şefkat düzeyleri ve psikolojik belirtileri arasındaki ilişkinin ele alınması araştırmanın temel amacını oluşturmuştur. Araştırmada, sahip olunan bağlanma tarzı ve öz-şefkat düzeyinin ergenin zihnini meşgul eden konular ve tüm bunların psikolojik belirtiler ile olan doğrudan ve dolaylı ilişkiler, 14-21 yaşları arasındaki kız ve erkek öğrenciler üzerinde sınanmıştır.

Katılımcıların yaş, cinsiyet, anne-baba eğitim ve aylık toplam gelir gibi demografik değişkenler ile bağlanma tarzı, öz-şefkat düzeyi, zihinlerini meşgul eden konular ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerin incelenmesi de araştırmanın diğer bir amacını oluşturmuştur.

##### **1.4.1. Araştırmanın Önemi**

Türkiye’de ergenler ile ilgili ulaşılabilen kaynaklar çerçevesinde bağlanma tarzlarının psikolojik belirtiler üzerinde etkili olduğunu inceleyen çalışmalar mevcuttur (Kesebir, Özdoğan, Kavzoğlu, ve Üstündağ, 2011; Tüzün ve Sayar, 2006; Keskin ve Çam, 2009). Ayrıca ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların neler olabileceği ve bu konuların onların psikolojik sağlığını nasıl etkilediğine ilişkin literatür bilgisine de yukarıda yer verilmiştir. Ancak ergenlerin zihinlerini meşgul

eden konular üzerinde bağlanma tarzının ve öz-şefkat düzeyinin nasıl bir etkiye sahip olduğu; ayrıca “ergenin sahip olduğu bağlanma tarzı”, “öz-şefkat düzeyi” ve “ergenlik döneminde zihnini meşgul eden konular” değişkenlerinin tümünün psikolojik belirtiler ile ilişkisine dair kapsamlı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ergenlik dönemindeki bireylerin zihinlerini hangi konuların ne sıklıkta meşgul ettiğinin belirlenmesinin ardından, ayrıca sahip olunan bağlanma tarzı ile ergenlerin zihinlerini meşgul eden konuların sıklığı arasında öz-şefkatin alt boyutlarının aracı rollerinin araştırılması hedeflenmiştir. Son olarak da psikolojik belirtilerin önemli bir yordayıcısı olan güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların aracı rolleri test edilmiştir.

## **BÖLÜM 2**

### **YÖNTEM**

Bu araştırmada, ergenlik dönemindeki bireyin sahip olduğu bağlanma tarzı, öz-şefkat düzeyi ve ergenlik döneminde zihni meşgul eden konular arasındaki ilişkiler ile bu değişkenlerin psikolojik belirtiler üzerindeki etkilerinin araştırılması hedeflenmiştir. Aynı zamanda ergenin bağlanma tarzı ile ergenlik döneminde zihnini meşgul eden konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkide Öz-Şefkat Ölçeği alt boyutlarının aracı rolünün test edilmesi amaçlanmıştır. Bunlara ek olarak, araştırmada yer alan tüm değişkenlerin; cinsiyet, yaş, anne eğitim, baba eğitim ve sosyo-ekonomik düzey (toplam aylık gelir) ile ilişkisi de değerlendirilmiştir. Aşağıda, araştırmanın örnekleme, çalışmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması ve çözümlenmesi süreçleriyle ilgili bilgiler yer almaktadır.

#### **2.1. ÖRNEKLEM**

Araştırmanın örnekleme, 2012-2013 eğitim ve öğretim yılında; lisede (9, 10, 11 ve 12. sınıflar) ve üniversitede okumakta olan kız ve erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Örnekleme oluşturmak için Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı, Ankara' da bulunan bir Ticaret Meslek Lisesi, bir Anadolu Lisesi ve bir de Özel Lise olmak üzere toplam üç okul ve Yüksek Öğretim Kurumu'na bağlı; bir devlet üniversitesi ve bir vakıf üniversitesi seçilmiştir. Hem devlet üniversitesi hem de vakıf

üniversitesinde yüksekokul öğrencileri de çalışmaya dahil edilmiştir. Örneklem dağılımında düşük, orta ve yüksek sosyo-ekonomik düzeyleri dengelemek amacıyla farklı türlerde lise, üniversite ve yüksekokullar tercih edilmiştir. Adı geçen okullardaki öğrencilerin sınıfları seçkisiz olarak belirlenmiştir. Katılımcılar gönüllülük esasına uygun olarak araştırmaya dahil edilmişlerdir. Uygulamalar ilk aşamada 507 katılımcı ile gerçekleştirilmiş, ancak ölçek maddelerinin çoğunu boş bırakan ya da ölçekleri uygun olarak doldurmayan, yaş sınırının ve normal dağılımın dışında kalan 17 katılımcı analizler dışında bırakılmıştır. Buna göre toplam 490 katılımcıdan oluşan örnekleme 197 erkek (%40,2) katılımcı ve 293 (%59,8) kadın katılımcı bulunmaktadır. Katılımcıların yaşları 14 ile 21 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 17.26'dır (S= .71 ).

Katılımcıların sosyo ekonomik düzeyi (SED), annelerinin öğrenim durumları değerlendirilerek belirlenmiştir. Buna göre; okuryazar olmayan 16 (%3.3), okuryazar olan 13 (%2.7) ve ilkokul mezunu olan 146 (%29.8); toplamda 175 (%35.8) katılımcı annesi, düşük sosyo ekonomik düzey (SED) grubunu; 70 ortaokul (%14.3) ve 136 lise (%27.8) mezunu olan toplamda 206 (%42.1) katılımcı annesi, orta sosyo ekonomik düzey (SED) grubunu; 105 yüksek okul, üniversite ya da lisansüstü eğitim (%21,4) mezunu olan katılımcı annesi, yüksek sosyo ekonomik düzey (SED) grubunu oluşturmaktadır. Dört katılımcının (%0,8) annesi öğrenim durumunu bildirmemiştir. Aynı zamanda ailenin aylık toplam geliri de demografik bilgi formunda açık uçlu olarak sorulmuştur.

Örneklemin demografik özellikleri Tablo 2.1'de gösterilmiştir.

**Tablo 2.1***Örneklemin Demografik Özellikleri*

<i>Değişken</i>	<i>Sıklık (f)</i>	<i>Yüzde (%)</i>
<i>Cinsiyet</i>		
Kadın	293	59.2
Erkek	197	40.8
<i>Okul Türü</i>		
Ticaret ve Meslek Lisesi	107	21.8
Anadolu Lisesi	113	23.1
Özel Lise	85	17.3
Devlet Üniversitesi	109	22.1
Vakıf Üniversitesi	73	14.9
<i>Annenin Eğitimi</i>		
Okur yazar değil	16	3.3
Okur yazar	13	2.7
İlkokul	146	29.8
Orta okul	70	14.3
Lise	136	27.8
Yüksekokul ve Üni.	105	21.4
<i>Babanın Eğitimi</i>		
Okur yazar değil	2	0.4
Okur yazar	11	2.2
İlkokul	108	22.0
Orta okul	88	18.0
Lise	114	23.3
Yüksekokul ve Üni.	160	32.7
<i>Ailenin aylık toplam gelir düzeyi</i>		
500 TL'den az	6	1.2
500-2000 TL arası	211	43.1
2000- 4000 TL arası	114	23.3
4000 TL ve üzeri	76	15.5
<i>Sosyo Ekonomik Düzey (SED)</i>		
Düşük SED	175	35.8
Orta SED	206	42.1
Yüksek SED	105	21.4
<i>Ailedeki çocuk sayısı</i>		
1 çocuk	62	13.7
2 çocuk	229	46.7
3 çocuk	125	25.5
4 çocuk	47	9.6
5 ve daha fazla çocuk	22	4.4
<i>Kaçıncı çocuk</i>		
1. çocuk	239	48.8
2. çocuk	150	30.6
3. çocuk	61	12.4
4. çocuk	19	3.9
5. ve sonrası	10	2.0

## **2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI**

Araştırmada, ergenlik döneminde olan katılımcıların zihinlerini meşgul eden konuları belirlemek amacıyla “Ergenlik Konuları Ölçeği” (EKÖ); ergenin bağlanma tarzını değerlendirmek için “Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği” (ÇBBÖ); ergenin öz-şefkat düzeyini değerlendirmek için “Öz-Şefkat Ölçeği” (ÖŞÖ); ergenlerin psikolojik belirti düzeylerini değerlendirmek için ise “Kısa Semptom Envanteri” (KSE) kullanılmıştır. Ek olarak, “Bilgilendirme ve Onam Formu” ve katılımcıların bazı sosyal ve gelişimsel özelliklerini belirleyebilmek için “Demografik Bilgi Formu”ndan yararlanılmıştır. İzleyen alt bölümlerde sözü edilen ölçüm araçlarının özelliklerine ilişkin bilgiler verilmektedir.

### **2.2.1. Bilgilendirme ve Onam Formu**

18 yaşından büyük olan katılımcılar ve 18 yaşından küçük olan katılımcıların velileri için ayrı ayrı düzenlenen ve araştırmanın genel amacı hakkında bilgi veren “Bilgilendirme ve Onam Formu”nda, katılımın gönüllülük esasına dayandığı ve rahatsızlık hissedilmesi durumunda çalışmanın yarıda bırakılabileceği de belirtilmiştir. Ayrıca, katılımcının verdiği bilgilerin gizli tutulup çalışmanın sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanılacağı konusunda da bilgilendirme yer almıştır. Çalışmada yer almak isteyen katılımcılardan gönüllülük esasına uygun olarak söz konusu araştırmada yer aldıkları ve verdikleri bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılabileceğini kabul ettiklerini ifade eden bölümün altındaki kimlik bilgilerini

doldurmaları ve imza atmaları istenmiştir. 18 yaşından büyük olan katılımcılar için düzenlenen bilgilendirilme ve onam formu Ek1’de ve 18 yaşından küçük olan katılımcıların velileri için hazırlanan form Ek 2’ de yer almaktadır.

### **2.2.2. Demografik Bilgi Formu**

Katılımcılara ilişkin çeşitli sosyo-demografik bilgilere ulaşmak amacıyla aşağıda tanıtılacak ölçeklere ek olarak “Demografik Bilgi Formu” kullanılmıştır (Bkz., Ek 3).

### **2.2.3. Ergenlik Konuları Ölçeği (EKÖ)**

Orijinal formu 30 maddeden oluşan ölçek, Violato ve Holden (1988) tarafından geliştirilmiştir. 1989 yılında Violato tarafından revize edilmiştir (akt. Şahin ve Şahin, 1995). Ölçeğin Türkçe’ ye uyarlanması esnasında, revize edilen orijinal formda yer alan 30 maddeye, ergenlerin sıklıkla üzerinde durduğu konulardan oluşan 10 madde daha eklenerek 40 maddelik likert tipi bir ölçek oluşturulmuştur (Şahin ve Şahin, 1995). “Seriousness of Concerns Scale “ isimli orijinal ölçek, Türkçe formunda 40 maddelik olan “Ergenlik Konuları Ölçeği” (Adolescent Concerns Scale) adını almıştır. Eklenen maddeler; “aile bireylerinin sağlık sorunları”, “kendi sağlık problemlerim”, “insanlarda görülen bencillik”, “üniversitelere giriş sınavını geçmek”, “özel okullara giriş sınavını geçmek”, “dini konular”, “yalnızlık”, “toplumumuzdaki politik olaylar”, “ülkemiz nüfusunun

artması”, “sahip olduğum ekonomik statü” ve “ben ve akranlarım arasındaki rekabet” olmuştur. 4'lü likert tipi bir ölçek olan ergenlik konuları ölçeği ‘1= asla, 2=bazen, 3= sık sık, 4=çok sık’ olarak derecelendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık sayılarına üçüncü bölümde (bkz. 3.1.1.) yer verilmiştir.

Mevcut çalışmadaki güvenilirlik analizi sonuçları Tablo 3.2’ de görülmektedir.

Ergenlik Konuları Ölçeği’ nin örnek maddeleri EK 4 ’de sunulmuştur.

#### **2.2.4. Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği (ÇBBÖ)**

Varlık (2011) tarafından geliştirilen ölçekte toplam 33 madde bulunmaktadır. Yapılan ölçümlerde ölçeğin 5 alt boyutu olduğu belirlenmiştir. Bu alt boyutlardan; *olumlu anne algısı* boyutu 6 maddeden (örn. Annem iyi niyetli bir insandır), *olumsuz baba algısı* boyutu 4 maddeden (örn. Babam karamsar bir insandır), *olumlu baba algısı* boyutu 6 maddeden (örn. Çocukluğumda babamla oynamak ya da ders çalışmak benim için bir zevkti), *olumlu kendilik algısı* boyutu 8 maddeden (örn. Arkadaşlarım beni güler yüzlü bir insan olarak tanımlar ) ve *olumsuz kendilik algısı* boyutu 9 maddeden (örn. Strese girdiğim zaman ağlarım) oluşmaktadır. Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği, 5 dereceli Likert tipi (1= hiç 2= biraz 3= orta 4= çoğunlukla ve 5= tamamen) bir ölçme aracıdır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .72’dir. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alfa değerleri sırasıyla: Olumlu anne algısı (6 madde) .81; olumsuz baba algısı (4 madde) .70, olumlu baba algısı (6 madde) .80, olumlu kendilik algısı (8 madde) .76, olumsuz kendilik algısı (9 madde) .78’ dir.



**Mevcut çalışmada ise** ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .77’dir. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alfa değerleri sırasıyla: Olumlu anne algısı (6 madde) .78, olumsuz baba algısı (4 madde) .72, olumlu baba algısı (6 madde) .84, olumlu kendilik algısı (8 madde) .77, olumsuz kendilik algısı (9 madde) .81’ dir.

Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği’nin örnek maddeleri EK 5 ’de sunulmuştur.

### 2.2.5. Öz-Şefkat Ölçeği (ÖŞÖ)

Orijinal formunda olduğu gibi Türkçe formu da 26 maddeden oluşan ölçekte, altı alt boyut vardır. Bu alt boyutlardan; *öz-sevecenlik* boyutu 5 maddeden (örn. Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım); *öz-yargılama* boyutu 5 maddeden (örn. Hoşlanmadığım yönlerimi farketdiğimde kendimi suçlarım); *paylaşımların bilincinde olma* boyutu 4 maddeden (örn. Bir yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım); *izolasyon* boyutu 4 maddeden (örn. Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, kendimi bu başarısızlıkta yalnız hissederim); *bilgece farkındalık* boyutu 4 maddeden (örn. Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım) ve *aşırı özdeşleşme* boyutu 4 maddeden (örn. Bir şey beni üzdüğünde duygularıma kapılıp giderim) oluşmaktadır. Öz-Şefkat Ölçeği, 5 dereceli Likert tipi (1= hiçbir zaman 2= nadiren 3= sık sık 4= genellikle ve 5= her zaman) bir ölçme aracıdır.

Ölçeğin özgün formu Neff (2003a) tarafından geliştirilmiş ve Türkiye’ de geçerlik güvenirlik çalışması Akın, Akın ve Abacı (2007) tarafından Sakarya

Üniversitesi Eğitim Fakültesi' nde öğrenim gören 633 üniversite öğrencisiyle yapılmıştır. Öncelikle ölçeğin dilsel eşdeğerliği incelenmiş ve dilsel eşdeğerliğe sahip olduğu görüldükten sonra geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde ölçeğin orijinal formula uyumlu olduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları .72 ile .80, test- tekrar test güvenirlik katsayıları ise .56 ile .69 arasında bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .48 ile .71 arasında sıralandığı ve %27'lik alt- üst grupların ortalamaları arasındaki tüm farkların anlamlı olduğu bulunmuştur.

**Mevcut çalışmada ise** ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .83'tür. Ölçeğin alt boyutlar için Cronbach Alfa değerleri sırasıyla: Öz-sevecenlik (5 madde) .70; öz-yargılama (5 madde) .77, paylaşımların bilincinde olma (4 madde) .69, izolasyon (4 madde) .73, bilgece farkındalık (4 madde) .75, aşırı özdeşleşme (4 madde) .73' tür.

Akın, Akın ve Abacı (2007) tarafından Öz-Duyarlık Ölçeği olarak adlandırılan ölçek, mevcut çalışmada *öz-duyarlık* kavramı yerine *öz-şefkat* (self-compassion) kavramının kullanılması nedeniyle Öz-Şefkat Ölçeği olarak kullanılmıştır.

Öz-Şefkat Ölçeği' nin örnek maddeleri EK 6 'da sunulmuştur.

#### **2.2.6. Kısa Semptom Envanteri (KSE)**

Kısa Semptom Envanteri, çeşitli psikolojik belirtileri taramak amacıyla Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiş, SCL-90' ın 53 maddeden oluşan ve 0-4

arası puanlanan kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin semptomlarının sıklığını gösterir.

KSE' nin Türkiye uyarlaması, bir dizi çalışma ile Şahin ve Durak (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar sonucunda ölçeğin “Anksiyete” (13 madde), “Depresyon” (12 madde), “Olumsuz benlik” (12 madde) , “Somatizasyon” (9 madde) ve “Hostilite (Öfke/Saldırganlık)” (7 madde) adı verilen beş faktörden oluştuğu bildirilmektedir. Bu faktörlerden oluşturulan alt boyutların Cronbach Alpha katsayıları da .75 ve .87 arasında değişmektedir. 13-17 yaş arası 597 ergen ile yapılan bir çalışmada da ölçeğin faktör yapısına tekrar bakılmış ve Şahin ve Durak (1994)'ın daha önce üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada bulunmuş olan faktör yapısına çok benzediği belirtilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin ergenler için de aynı faktör yapısı içerisinde kullanılabileceği, bu grup için de geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu belirtilmektedir. Ergen örnekleminde elde edilen iç tutarlılık katsayıları ise .70 ile .88 arasında değişmektedir (Şahin, Batıgün ve Uğurtaş, 2002).

**Mevcut çalışmada ise** ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .96'dır. Ölçeğin alt boyutlara göre Cronbach Alfa değerleri sırasıyla: anksiyete (13 madde) .85; depresyon (12 madde) .88, olumsuz benlik (12 madde) .85, somatizasyon (9 madde) .80, hostilite (7 madde) .74' tür.

Kısa Semptom Envanteri'nin örnek maddeleri EK 7 'de sunulmuştur.

### 2.3. İŞLEM

Uygulamalar, örnekleme oluşturan lise 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrencileri ile üniversite öğrencilerine sınıf ortamında, öğrencilerin dersliklerinde ve araştırmacı kontrolünde yapılmıştır. Sıra etkisini ortadan kaldırmak amacıyla ölçeklerin sırası her öğrenci için karışık olarak düzenlenmiştir. Uygulama başlamadan önce ölçeklerin en üstünde yer alan bilgilendirme ve onam formunun ölçeklerden ayrılarak doldurulması sağlanmış, böylece ölçekleri dolduran katılımcıların kimlik bilgileri saklı tutulmuştur. Uygulamanın yapılabilmesi için mümkün olduğunca sessiz bir ortam sağlanmaya çalışılmış ve uygulamanın bölünmemesine dikkat edilmiştir. Uygulamalar öğrencilerin sınavlarının olmadığı günlerde yapılmıştır. Dönem sonu son sınav tarihlerine ve ara tatilden hemen önceki haftaya denk gelen randevular iptal edilmiştir. Uygulamanın başında her bireye hem sözlü hem de yazılı olarak araştırma ile ilgili bilgi verilmiştir (Bkz., Ek 1-2) ve katılımcıların izni alınmıştır. Çalışmaya katılmaya gönüllü olan kişilere doldurmaları için bilgilendirme ve onam formu, demografik bilgi formu ve adı geçen ölçekler verilmiştir. Uygulama okullarında belirlenmiş olan sınıflardaki öğrencilerin, doldurmaları gereken demografik bilgi formu ve yukarıda tanımlanan dört ölçeğin yanıtlanması yaklaşık 25 dakika sürmüştür.

## BÖLÜM 3

### BULGULAR

Bulgular bölümü beş ana başlıktan oluşmaktadır. Birinci bölümde, EKÖ faktörlerinin belirlenmesi için yapılan faktör analizi ve güvenirlik analiz sonuçları, alt boyutlar arasındaki korelasyonlar ile maddelerden alınan ortalama ve standart sapmalara yer verilmiştir. İkinci bölümde, EKÖ alt boyutları ile bağlanma tarzı, ÖŞÖ alt boyutları ve toplam puanı, KSE alt boyutları ve toplam puanı; ayrıca EKÖ alt boyutları dışındaki diğer tüm değişkenler arasındaki ilişkilere bakmak amacıyla tüm örneklem için uygulanan korelasyon analizlerine yer verilmiştir. Üçüncü bölümde, demografik özelliklerden cinsiyet, yaş ve aylık toplam gelir kontrol edildiğinde; ÇBBÖ alt boyutları, ÖŞÖ alt boyutları ve EKÖ alt boyutlarının psikolojik belirtileri ne derece yordadığı sorusuna yanıt aramak için yapılan Hiyerarşik Regresyon Analiz sonuçlarına ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Dördüncü bölümde, bağlanma tarzları ile EKÖ alt boyutları arasında ÖŞÖ alt boyutlarının aracı (mediator) rolüne; ayrıca, güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasında EKÖ alt boyutlarının aracı rollerine ilişkin yapılan analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Son bölüm olan beşinci bölümde ise yaş, cinsiyet, toplam aylık gelir, anne eğitim ve baba eğitim demografik değişkenlerine ilişkin bir dizi analiz sonuçlarına ilişkin bulgular paylaşılmıştır.

Analiz aşamasına geçmeden önce veri girişleri frekans dağılımı ile kontrol edilmiş, ardından hatalı olabileceği düşünülen veri girişleri belirlenmiştir. Uygulanan ölçeklere dönülerek gerekli kontroller yapıldıktan sonra kayıp değerler belirlenmiştir. Tüm değişkenlere ilişkin kayıp değer analizi ve dağılım özellikleri gözden geçirilerek elde edilen verilerin analizlere uygunlukları sınanmıştır (Tabaschnik ve

Fidel, 1996). Araştırmada % 10'dan fazla veri kaybı tespit edildiğinde ise o ölçüme ait veriler analiz dışında bırakılmıştır. Tüm sürekli değişkenlerin normallik sayılıtısını karşılayıp karşılamadıkları incelenmiş, tüm sürekli değişkenlerin normal dağılım gösterdiği gözlenmiştir.

### **3.1. FAKTÖR ANALİZİ**

#### **3.1.1. Ergenlik Konuları Ölçeğinin Faktör Analiz Sonuçları**

Daha önce de belirtildiği gibi, orijinali Holden ve Violato (1988) tarafından 30 maddelik bir ölçek olarak geliştirilen; ülkemizde, Şahin ve Şahin (1995) tarafından 40 maddelik bir ölçek olarak geçerlik ve güvenirliği yapılan Ergenlik Konuları Ölçeği, Şahin ve Şahin' in (1995) çalışmasında beş faktörden oluşmaktadır. Sosyal kimlik konuları (9 madde  $\alpha=.73$ ), ulusal ve evrensel konular (9 madde,  $\alpha=.76$ ), kişilerarası ilişkiler konuları (4 madde  $\alpha=.75$ ), kişisel gelecek konuları (6madde  $\alpha=.69$ ), madde kullanımı (3 madde,  $\alpha=.48$ ), ölçeğın beş faktörünü oluşturmaktadır. Mevcut çalışmada ise, bu beş faktörden oluşın 40 maddelik ölçeğe son yıllarda ergenlerle yapılan çalışmalarda flört kaygılarına sıklıkla yer verildiğinin gözlenmesi sonucunda karşı cinsiyetten olan kişilerle yakınlaşmayı içeren 6 madde daha eklenmiş ve ölçek 46 maddelik bir ölçek haline gelmiştir. Aşağıda aktarılan faktör analizi sonucunda (bkz. Tablo 3.1.) eklenen 6 maddeden; 4 tanesi (5, 11, 22 ve 24. maddeler) karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı faktörü altında yer alırken 2 tanesi (33. ve 44. Maddeler) sosyal kimlik faktörü altına girmiştir.

Ortaöğretim öğrencilerini çalışmaya dahil edebilmek için alınması gereken İl Milli Eğitim Müdürlüğü izninde “using drugs” maddesiyle ilgili yaşanan soruna bağlı olarak, bu madde ölçekten çıkarılmıştır. Sağlık ile ilgili konuları içeren “hastalandığımda/hastalığımla ilgili ilaç kullanmak” (16.madde) maddesi çalışmaya dahil edilen yedinci madde olmuştur.

Kırk altı maddelik “Ergenlik Konuları Ölçeği” iki aşamada faktör analizine tabi tutulmuştur. İlk faktör analizi sonucunda ortaya 11 faktörlük bir yapı çıkmıştır. Ancak grafik yöntemleriyle (screen test) faktör sayısının yediye indirgenebileceği görülmüş ve veriler yeni bir analizle yedi faktörlü çözüme zorlanmıştır. Bu yedi faktör toplam varyansın %48.59’ unu açıklamaktadır. Bulunan faktörler, “Kişisel gelecek”, “Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı”, “Ulusal ve evrensel konular”, “Sosyal kimlik”, “Kişilerarası ilişkiler”, “Sağlık ve ekonomik konular” ve “Benlik ile ilgili konular” olarak adlandırılmıştır. Her faktör ve içerisine giren maddeler ile faktör yükleri ve açıkladıkları varyanslara Tablo 3.1. de yer verilmiştir.

Birinci faktöre giren maddeler incelendiğinde bu faktörün “**Kişisel gelecek**” olarak adlandırılmasının uygun olacağı düşünülmüştür. Toplam varyansın %8.17’ sini açıklayan birinci faktör, “Okuldaki derecem”, “Kariyer kararı”, *İyi bir eğitim almak*” şeklinde ifadeleri de içeren ölçeğin, 1, 15, 23, 27, 29, 38 ve 39. maddelerinden oluşmuştur.

“**Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı**” olarak adlandırılan ikinci faktörde, “*Karşı cinsten arkadaşlarımla iyi geçinmek*”, “*Sigara içmek*”, “*Sevgilimle vakit geçirmek*” ve “*Alkol almak*” gibi ifadeleri de içeren, 5, 6, 11,13, 17, 22, 24 ve 36. maddelerden oluşmakta ve toplam varyansın %8.10’nu açıklamaktadır.

**“Ulusal ve evrensel konular”** olarak adlandırılan üçüncü faktör toplam varyansın %7.78’ini açıklamıştır. “*Nükleer savaş*”, “*Dünyadaki açlık*”, “*Dini konular*” ve “*Toplumumuzdaki politik/siyası olaylar*” şeklindeki maddeleri de kapsayan 2, 10, 14, 25, 28, 32, 35, 40, 42 ve 43. maddeler bu faktör altında toplanmıştır.

**“Sosyal kimlik”** olarak adlandırılan dördüncü faktör toplam varyansın %7.42’ini açıklamıştır. “*Kişisel görünüşüm*”, “*Boyum ve kilom*”, “*Daha popüler olmak*” ve “*Arkadaşlarımın sevgilim ile beni birbirimize yakıştırıp yakıştırmaması*” şeklindeki ifadeleri içeren 3, 26, 30, 33, 34, 41, 44 ve 46. maddelerden oluşmuştur.

**“Kişilerarası ilişkiler”** olarak adlandırılması uygun görülen beşinci faktör toplam varyansın %6.72’ini açıklamaktadır. “*Anne babam ile iyi geçinmek*”, “*Arkadaşlarım ile iyi geçinmek*” ve “*Erkek ve kız kardeşlerimle iyi geçinmek*” gibi ifadeleri içeren 4, 8, 21 ve 31. maddeler bu faktör altında toplanmıştır.

**“Sağlık ve ekonomik konular”** olarak adlandırılan altıncı faktör toplam varyansın %5.82’sini açıklamaktadır. “*Aile üyelerinden birinin sağlık problemleri*”, “*Okulu bitirdiğimde bir işimin olması*”, “*Hastalığımla ilgili ilaç kullanmak*” ve “*Okuldayken yarı zamanlı bir işimin olması*” gibi ifadelerin yer aldığı 9, 12, 16, 19, 20, 37 ve 45. maddeler altıncı faktörün içerisinde yer almıştır.

**“Benlik ile ilgili konular”** olarak adlandırılan yedinci faktör toplam varyansın %4.57’ini açıklamaktadır. “*Ben kimim? ile ilgili sorular*” ve “*Gerçekten neye benzediğimi keşfetmek*” şeklindeki iki ifadeyi içeren 7 ve 18. maddeler bu faktör altında yer almaktadır.



**Tablo 3.1.** *Ergenlik Konuları Ölçeğinin Faktör Analiz Sonuçları*

Ergenlik Konuları Ölçeği Madde No	Kişisel gelecek	Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı	Ulusal ve evrensel Konular	Sosyal kimlik	Kişilerarası ilişkiler	Sağlık ve ekonomik konular	Benlik ile ilgili konular
1	.46						
15	.39						
23	.70						
27	.65						
29	.64						
38	.77						
39	.76						
5		.48					
6		.36					
11		.61					
13		.59					
17		.67					
22		.69					
24		.53					
36		.77					
2			.64				
10			.67				
14			.42				
25			.71				
28			.31				
32			.38				
35			.65				
40			.32				
42			.59				
43			.60				
3				.34			
26				.55			
30				.52			
33				.62			
34				.58			
41				.57			
44				.55			
46				.41			
4					.77		
8					.65		
21					.64		
31					.71		
9						.59	
12						.49	
16						.39	
19						.36	
20						.64	
37						.49	
45						.45	
7							.66
18							.61
%48.58	%8.17	%8.10	%7.78	%7.42	%6.72	%5.82	%4.57

### 3.1.2. Ergenlik Konuları Ölçeğinin Güvenirlik Analiz Sonuçları

Ölçeğin iç tutarlık güvenirligi için Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Tablo 3.2.' de de görüldüğü gibi bu çalışmanın ortaya koyduğu madde dağılımına göre yapılan analizler sonucunda alt ölçeklerden elde edilen iç tutarlılık katsayılarının .66 (benlik ile ilgili konular) ile .83 (kişisel gelecek) arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin toplam puanı üzerinden bulunan iç tutarlılık katsayısı ise .90'dır.

**Tablo 3.2.** *Ergenlik Konuları Ölçeği Faktörlerinin Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayıları*

Alt Ölçekler	Madde sayısı	$\alpha$
Kişisel gelecek	7	.83
Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı	8	.78
Ulusal ve evrensel konular	10	.78
Sosyal kimlik	8	.76
Kişilerarası ilişkiler	4	.78
Sağlık ve ekonomik konular	7	.68
Benlik ile ilgili konular	2	.66
Toplam	46	.90

### 3.1.3. Ergenlik Konuları Ölçeğinin Faktörlerine İlişkin Korelasyonlar

Tablo 3.3' te görüldüğü üzere, EKÖ faktörleri arasındaki korelasyonlara bakıldığında faktörler arasındaki ilişkilerin .12 ile .58 arasında değiştiği ve  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ve pozitif yönde ilişkili oldukları görülmektedir.

**Tablo 3.3.** Ergenlik Konuları Ölçeği Faktörler Arası Korelasyonlar

Faktör	1	2	3	4	5	6	7
1. Kişisel Gelecek	-						
2. Karşı Cins ve Madde Kullanımı	.12**	-					
3. Ulusal ve Evrensel Konular	.28**	.29**	-				
4. Sosyal Kimlik	.36**	.58**	.35**	-			
5. Kişilerarası İlişkiler	.39**	.29**	.31**	.34**	-		
6. Sağlık ve Ekonomik Konular	.49**	.28**	.43**	.44**	.39**	-	
7. Benlik ile İlgili Konular	.25**	.32**	.30**	.36**	.23**	.30**	-

\*\* p<.01

#### **3.1.4. Ergenlik Döneminde Zihni En Sık ve En Az Sıklıkla Meşgul Eden Maddelere İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar**

Tablo 3.4. ve Tablo 3.5.’ten de görüldüğü gibi, EKÖ’ nün 12. maddesi olan “okulu bitirdiğimde bir işimin olması” maddesinden alınan puanların ortalaması ( $3.34 \pm .04$ ) ergenlerin zihnini en sık meşgul eden madde iken; EKÖ’ nün 28. maddesi olan “AIDS” problemi maddesinden alınan puanların ortalaması ( $1.38 \pm .77$ ) ergenlerin zihnini en az sıklıkla meşgul eden madde olmuştur.

**Tablo 3.4.** *Ergenlik Dönemindeki Bireylerin En Sık Düşündüğü 10 Madde*

Madde no	Madde	ortalama	ss
12	Okulu bitirdiğimde bir işimin olması	3.34	.04
29	İyi bir eğitim almak	3.24	.04
15	Kariyer kararı	3.19	.04
38	Üniversite giriş sınavını geçmek	3.16	.05
31	Ailem ile iyi geçinmek	3.15	.04
37	Para kazanmak	3.10	.04
39	Özel/lise giriş/üniversite sınavını geçmek	3.08	.05
23	Eğitimimi sürdürmeyi düşündüğüm okul	3.05	.04
8	Arkadaşlarımla iyi geçinmek	3.01	.04
9	Aile üyelerinden birinin sağlık problemleri	2.94	.05

**Tablo 3.5.** *Ergenlik Dönemindeki Bireylerin En Az Sıklıkla Düşündüğü 5 Madde*

Madde no	Madde	Ortalama	ss
28	AIDS problemi	1.38	.77
6	Sigara içmek	1.44	.90
13	Alkol almak	1.55	.91
2	Nükleer savaş	1.74	.83
43	Ülkemin nüfus oranının artması	1.75	.88

## 3.2. KORELASYON ANALİZLERİ

### 3.2.1. Ergenlik Konuları Alt Boyutları ile Tüm Değişkenler Arasındaki

#### Korelasyonlar

Çalışmada ele alınan değişkenler ile EKÖ' nün alt boyutları arasındaki ilişkileri saptamak üzere Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır.

**Tablo 3.6. EKÖ Alt Boyutları ile Tüm Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar**

	1	2	3	4	5	6	7
<b>ÇBBÖ</b>							
Olumlu anne algısı	.28**	-.06	.05	.06	.27**	.18**	.03
Olumsuz baba a.	-.10*	.11*	.02	.15**	-.12**	-.02	.03
Olumlu baba a.	.24**	.01	.13**	.06	.30**	.16**	.03
Olumsuz kendilik a.	.22**	.14**	.10*	.38**	.14**	.25**	.02
Olumlu kendilik a.	.27**	.14**	.07	.08	.23**	.18**	.25**
<b>ÖŞÖ</b>							
Toplam puanı	-.01	-.16**	-.01	-.24**	.04	-.09*	-.23**
Öz- yargılama	.17**	.27**	.19**	.36**	.10*	.19**	.39**
Öz- sevecenlik	.17**	-.03	.08	.03	.14**	.06	.05
Paylaş. Bilinc. ol.	.23**	.11*	.24**	.16**	.18**	.22**	.13**
İzolasyon	.22**	.22**	.18**	.38**	.12*	.23**	.36**
Bilgece farkındalık	.19**	.04	.16**	.05	.15**	.08	.04
Aşırı özdeşleşme	.18**	.22**	.12**	.37**	.08	.23**	.30**
<b>KSE</b>							
Toplam puan	.17**	.26**	.21**	.37**	.09*	.25**	.32**
Anksiyete	.18**	.27**	.20**	.35**	.07	.24**	.33**
Depresyon	.17**	.19**	.17**	.34**	.08	.24**	.35**
Olumsuz benlik	.16**	.24**	.23**	.36**	.14**	.21**	.32**
Somatizasyon	.10*	.15**	.20**	.22**	.03	.20**	.15**
Hostilite	.12*	.28**	.12**	.32**	.06	.19**	.18**

\* p<.05, \*\* p<.01

(1)Kişisel gelecek, (2) Karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı, (3)Ulusal-evrensel konular, (4)Sosyal kimlik, (5)Kişilerarası ilişkiler, (6)Sağlık-ekonomik konular, (7)Benlik ile ilgili konular

Tablo 3.6.'dan yapılan korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde, olumlu anne algısı puanlarıyla EKÖ alt boyutlarından kişisel gelecek ( $r=.28$ ,  $p<.01$ ), kişilerarası ilişkiler ( $r=.27$ ,  $p<.01$ ) ile sağlık-ekonomik konular ( $r=.18$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Karşı cinsle

ilişkiler-madde kullanımı, ulusal-evrensel konular, sosyal kimlik ve benlik ile ilgili konular arasında ise anlamlı ilişki olmadığı ( $p > .05$ ) belirlenmiştir. Olumsuz baba algısı puanları karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı ( $r = .11$ ,  $p < .05$ ) ile sosyal kimlik ( $r = .15$ ,  $p < .01$ ) puanlarıyla pozitif yönde ilişkilidir; kişisel gelecek ( $r = -.10$ ,  $p < .05$ ) ve kişilerarası ilişkiler ( $r = -.12$ ,  $p < .01$ ) puanları ile negatif yönde ve anlamlı ilişki içerisindedirler. Diğer taraftan olumsuz baba algısı ile ulusal-evrensel konular, sağlık-ekonomik konular ve benlik ile ilgili konular arasında  $p > .05$  olmasından dolayı anlamlı ilişkiler içerisindedirler görülmemektedir. Olumlu baba algısı puanları kişisel gelecek ( $r = .24$ ,  $p < .01$ ), ulusal-evrensel konular ( $r = .13$ ,  $p < .01$ ), kişilerarası ilişkiler ( $r = .30$ ,  $p < .01$ ), sağlık-ekonomik konular ( $r = .16$ ,  $p < .01$ ) ile pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler içerisindedirler. Ancak, karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı, sosyal kimlik ve benlik ile ilgili konular arasında  $p < .05$  düzeyinde anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır. Olumsuz kendilik algısı puanları, benlik ile ilgili konular arasında anlamlı ilişkiye ( $p > .05$ ) rastlanmazken, kişisel gelecek ( $r = .22$ ,  $p < .01$ ), karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı ( $r = .14$ ,  $p < .01$ ), ulusal-evrensel konular ( $r = .10$ ,  $p < .01$ ), sosyal kimlik ( $r = .38$ ,  $p < .01$ ), kişilerarası ilişkiler ( $r = .14$ ,  $p < .01$ ), sağlık-ekonomik konular ( $r = .25$ ,  $p < .01$ ) puanları ile anlamlı ve pozitif yönde ilişkilidir. Çok boyutlu bağlanma ölçeğinin beşinci alt boyutu olan olumlu kendilik algısı puanları ile EKÖ alt boyutları arasındaki ilişkilere bakıldığında ise; olumlu kendilik algısı puanları ile kişisel gelecek ( $r = .27$ ,  $p < .01$ ), karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı ( $r = .14$ ,  $p < .01$ ), kişilerarası ilişkiler ( $r = .23$ ,  $p < .01$ ), sağlık-ekonomik konular ( $r = .18$ ,  $p < .01$ ) ve benlik ile ilgili konular ( $r = .25$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak, ulusal- evrensel konular ile sosyal

kimlik konuları puanları ile olumlu kendilik algısı puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı ( $p>.05$ ) görülmektedir.

Tablo 3.6.'da görüldüğü üzere, ÖŞÖ toplam puanı ve alt boyutları ile EKÖ alt boyutları puanları arasındaki ilişkilere bakıldığında, ÖŞÖ toplam puanı ile EKÖ' nün alt boyutlarından karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı ( $r= -.16$ ,  $p<.01$ ), sosyal kimlik ( $r= -.24$ ,  $p<.01$ ), sağlık-ekonomik konular ( $r= -.09$   $p<.05$ ), benlik ile ilgili konular ( $r= -.23$ ,  $p<.01$ ) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler vardır. ÖŞÖ toplam puanı ile kişisel gelecek, ulusal-evrensel konular ile kişilerarası ilişkiler arasında ise ilişki olmadığı görülmektedir. Öz-yargılama alt ölçeği puanı ile EKÖ alt boyutları puanları arasında  $.10$  ( $p<.05$ ) ile  $.39$  ( $p<.01$ ) arasında değişen pozitif yönde anlamlı korelasyonlar olduğu görülmektedir. Öz-sevecenlik alt boyutu ile EKÖ' nün kişisel gelecek ( $r=.17$ ,  $p<.01$ ) ve kişilerarası ilişkiler ( $r=.14$ ,  $p<.01$ ) alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu, EKÖ' nün diğer alt boyutları arasında ilişki olmadığı görülmektedir. Paylaşımların bilincinde olma alt boyutu puanları ile EKÖ' nün tüm alt boyut puanları arasında  $.11$  ( $p<.05$ ) ile  $.24$  ( $p<.01$ ) aralığında değişen pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Benzer şekilde izolasyon alt boyutu puanları ile EKÖ alt boyut puanları arasında  $.12$  ( $p<.01$ ) ile  $.38$  ( $p<.01$ ) aralığında değişen pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Bilgece farkındalık alt boyutu puanları ile kişisel gelecek, ulusal-evrensel konular, kişilerarası ilişkiler arasında  $.15$  ( $p<.01$ ) ile  $.19$  ( $p<.01$ ) aralığında değişen pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülürken, karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı, sosyal kimlik, sağlık-ekonomik konular, benlik ile ilgili konular arasında ise anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir. Aşırı özdeşleşme alt boyutu ile kişilerarası ilişkiler

arasındaki ilişkiler dışındaki tüm alt boyutlarla .12 ( $p<.01$ ) ile .37 ( $p<.01$ ) arasında değişen korelasyonlar olduğu görülmektedir.

Tablo 3.6.'dan takip edildiğinde, KSE toplam puanı ve alt boyut puanları ile EKÖ' nün altboyutlarında kişilerarası ilişkiler dışındaki tüm alt boyut puanları arasında .10 ( $p<.05$ ) ile .37 ( $p<.01$ ) aralığında değişen pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Kişilerarası ilişkiler ile KSE toplam puan ( $r=.09$ ,  $p<.05$ ) ve olumsuz benlik ( $r=.14$ ,  $p<.01$ ) arasında görülen pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler dışında ilişki olmadığı bulunmuştur.

### **3.2.2. Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği Alt Boyutları ile Öz- Şefkat Ölçeği Alt Boyutları ve Toplam Puanı Arasındaki Korelasyonlar**

Çalışmada ÇBBÖ alt boyutları ile ÖŞÖ'nün alt boyutları ve toplam puanı arasındaki ilişkileri saptamak üzere Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır.

Tablo 3.7.'ye bakıldığında, ÖŞÖ toplam puanı ile ÇBBÖ alt boyutlarından olumsuz baba algısı ( $r=-.11$ ,  $p<.05$ ) ve olumsuz kendilik algısı ( $r=-.52$ ,  $p<.01$ ) puanları ile negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu; olumlu anne algısı, olumlu baba algısı ve olumlu kendilik algısı arasındaki ilişkilerin ise .13 ( $p<.01$ ) ile .21 ( $p<.01$ ) aralığında değiştiği görülmektedir.



**Tablo 3.7. ÇBBÖ Alt Boyutları ile ÖŞÖ Alt Boyutları ve Toplam Puanı Arasındaki Korelasyonlar**

	Olumlu anne algısı	Olumsuz baba algısı	Olumlu baba algısı	Olumsuz kendilik algısı	Olumlu kendilik algısı
<b>ÖŞÖ</b>					
Toplam puan	.13**	-.11*	.15**	-.52**	.27**
Öz-sevecenlik	.23**	-.05	.21**	-.09*	.32**
Öz-yargılama	-.01	.12*	-.03	.53**	-.14**
Paylaş. bil.ol.	.14**	.01	.14**	.02	.22**
İzolasyon	.03	.13**	-.04	.55**	-.07
Bilgece Farkın.	.21**	-.04	.21**	-.16**	.24**
Aşırı özdeş.	.04	.08	.01	.62**	-.08

\* p<.05, \*\* p<.01

ÖŞÖ alt boyutlarından öz-sevecenlik alt boyutu puanları ile ÇBBÖ alt boyutları arasındaki ilişkilere bakıldığında, beklenildiği üzere olumlu anne algısı ( $r = .23$ ,  $p < .01$ ), olumlu baba algısı ( $r = .21$ ,  $p < .01$ ) ve olumlu kendilik algısı ( $r = .32$ ,  $p < .01$ ) puanları ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken; olumsuz kendilik algısı ( $r = -.09$ ,  $p < .05$ ) puanları ile negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Olumsuz baba algısı ile arasında ise ( $r = -.05$ ,  $p > .05$ ) negatif yönlü ilişki olduğu ancak bu ilişkinin anlamlı olmadığı bulunmuştur.

Öz-yargılama alt boyutu, olumsuz baba algısı ( $r = .12$ ,  $p < .05$ ) ve olumsuz kendilik algısı ( $r = .53$ ,  $p < .01$ ) puanları ile pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermektedir. Olumlu kendilik algısı ( $r = -.14$ ,  $p < .01$ ) ile negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler içerisinde iken olumlu anne algısı ( $r = -.01$ ,  $p > .05$ ) ve olumlu baba algısı ( $r = -.03$ ,  $p > .05$ ) puanları ile negatif yönde olan ilişkilerin anlamlı olmadığı görülmektedir.

Paylaşımların bilincinde olma alt boyutu ile olumlu anne algısı, olumlu baba algısı ve olumlu kendilik arasındaki korelasyonlar .14 ile .22 arasında değişen korelasyonların pozitif yönde ve  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Olumsuz baba algısı ( $r = .01$ ) ve olumsuz kendilik algısı ( $r = .02$ ) arasındaki ilişkilerin ( $p > .05$ ) anlamlı olmadığı bulunmuştur.

İzolasyon alt boyutu ile olumsuz baba algısı ( $r = .13$ ,  $p < .05$ ) ve olumsuz kendilik algısı ( $r = .55$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülürken; olumlu anne algısı ( $r = .03$ ,  $p > .05$ ), olumlu baba algısı ( $r = -.04$ ,  $p > .05$ ) ve olumlu kendilik algısı ( $r = -.07$ ,  $p > .05$ ) arasındaki ilişkilerin anlamlı olmadığı görülmektedir.

Bilgece farkındalık alt boyutu ile olumlu anne algısı, olumlu baba algısı ve olumlu kendilik algısı puanları arasında .21 ile .24 aralığında olan korelasyonlar pozitif yönlü ve  $p < .01$  düzeyinde anlamlıdır. Bilgece farkındalık alt boyutu ile olumsuz kendilik algısı ( $r = -.16$ ) arasındaki ilişki negatif yönde  $p < .01$  düzeyinde anlamlı iken, olumsuz baba algısı ( $r = -.04$ ,  $p > .05$ ) ile arasındaki ilişki de negatif yöndedir, ancak anlamlı değildir.

Aşırı özdeşleşme alt boyutu ile olumsuz kendilik algısı ( $r = .62$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif yönde, anlamlı ve güçlü ilişki olduğu görülmektedir. Aşırı özdeşleşme ile olumlu anne algısı, olumsuz baba algısı, olumlu baba algısı ve olumlu kendilik algısı arasındaki ilişkilerin ise anlamlı olmadığı görülmektedir.

### 3.2.3. Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği Alt Boyutları ile Öz-Şefkat Ölçeği Alt Boyutları ve Toplam Puanı ile KSE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlar

Çalışmada ÇBBÖ alt boyutları ile ÖŞÖ' nün alt boyutları ve toplam puanı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkileri saptamak üzere Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır.

**Tablo 3.8.** ÇBBÖ Alt Boyutları ve ÖŞÖ Alt Boyutları ve Toplam Puan ile KSE Alt Boyutları ve Toplam Puanı Arasındaki Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6
<b>ÇBBÖ</b>						
Olumlu anne algısı	-.06	-.10*	-.06	-.08	-.06	-.08
Olumsuz baba a.	.19**	.21**	.21**	.13**	.25**	.22**
Olumlu baba a.	-.09*	-.13**	-.06	-.10*	-.12**	-.11*
Olumsuz kendilik a.	.50**	.57**	.45**	.37**	.39**	.54**
Olumlu kendilik a.	-.12*	-.19**	-.14**	-.09*	-.10*	-.15**
<b>ÖŞÖ</b>						
Toplam puanı	-.43**	-.48**	-.42**	-.28**	-.36**	-.46**
Öz- sevecenlik	-.09*	-.14**	-.11*	-.09*	-.13**	-.13**
Öz- yargılama	.54**	.52**	.52**	.34**	.41**	.55**
Paylaş. bilinc. ol.	.09*	.05	.10*	.10*	.04	.08
İzolasyon	.50**	.52**	.51**	.31**	.41**	.53**
Bilgece farkındalık	-.09*	-.15**	-.07	-.10*	-.11*	-.12**
Aşırı özdeşleş.	.48**	.54**	.45**	.31**	.36**	.51**

\* p<.05, \*\* p<.01

(1)Anksiyete, (2)Depresyon, (3)Olumsuz Benlik, (4)Somatizasyon, (5)Hostilite, (6)KSE toplam

Tablo 3.8'de görüldüğü üzere, ÇBBÖ alt boyutlarından olumsuz baba algısı ( $r = .22$ ,  $p < .01$ ) ve olumsuz kendilik algısı ( $r = .54$ ,  $p < .01$ ) ile KSE toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken; olumlu anne algısı ( $r = -.08$ ,

$p > .05$ ), olumlu baba algısı ( $r = -.11$ ,  $p < .05$ ) ve olumlu kendilik algısı ( $r = -.15$ ,  $p < .01$ ) ile KSE toplam puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir.

ÇBBÖ alt boyutları ile KSE alt boyutları arasındaki ilişkilere bakıldığında ise olumlu anne algısı ile depresyon ( $r = -.10$ ,  $p < .05$ ) puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Olumlu anne algısı ile anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite puanları arasında negatif yönlü ilişkiler olduğu ancak ilişkilerin ( $p > .05$ ) anlamlı düzeyde olmadığı bulunmuştur. Olumlu baba algısı ile anksiyete ( $r = -.09$ ,  $p < .05$ ), depresyon ( $r = -.13$ ,  $p < .01$ ), olumsuz benlik ( $r = -.06$ ,  $p > .05$ ), somatizasyon ( $r = -.10$ ,  $p < .05$ ) ve hostilite ( $r = -.12$ ,  $p < .01$ ) arasında negatif yönlü ilişkiler olduğu görülürken; olumsuz benlik dışındaki ilişkiler anlamlı düzeydedir. Olumsuz baba algısı ile anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite arasında .13 ile .25 aralığında değişen pozitif yönde ve  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ilişkiler olduğu görülürken; olumsuz kendilik algısı ile KSE alt boyutları arasındaki ilişkiler de .37 ile .57 aralığında değişmekte ve  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ve güçlü ilişkiler göstermektedir.

ÖŞÖ toplam puanı ile KSE toplam puanı arasında ( $r = -.46$ ) negatif yönde ve  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ve güçlü ilişki olduğu görülmektedir. ÖŞÖ toplam puanı ile anksiyete, depresyon, olumsuz kendilik, somatizasyon ve hostilite arasında -.48 ile -.28 aralığında değişen negatif yönlü ve  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir.

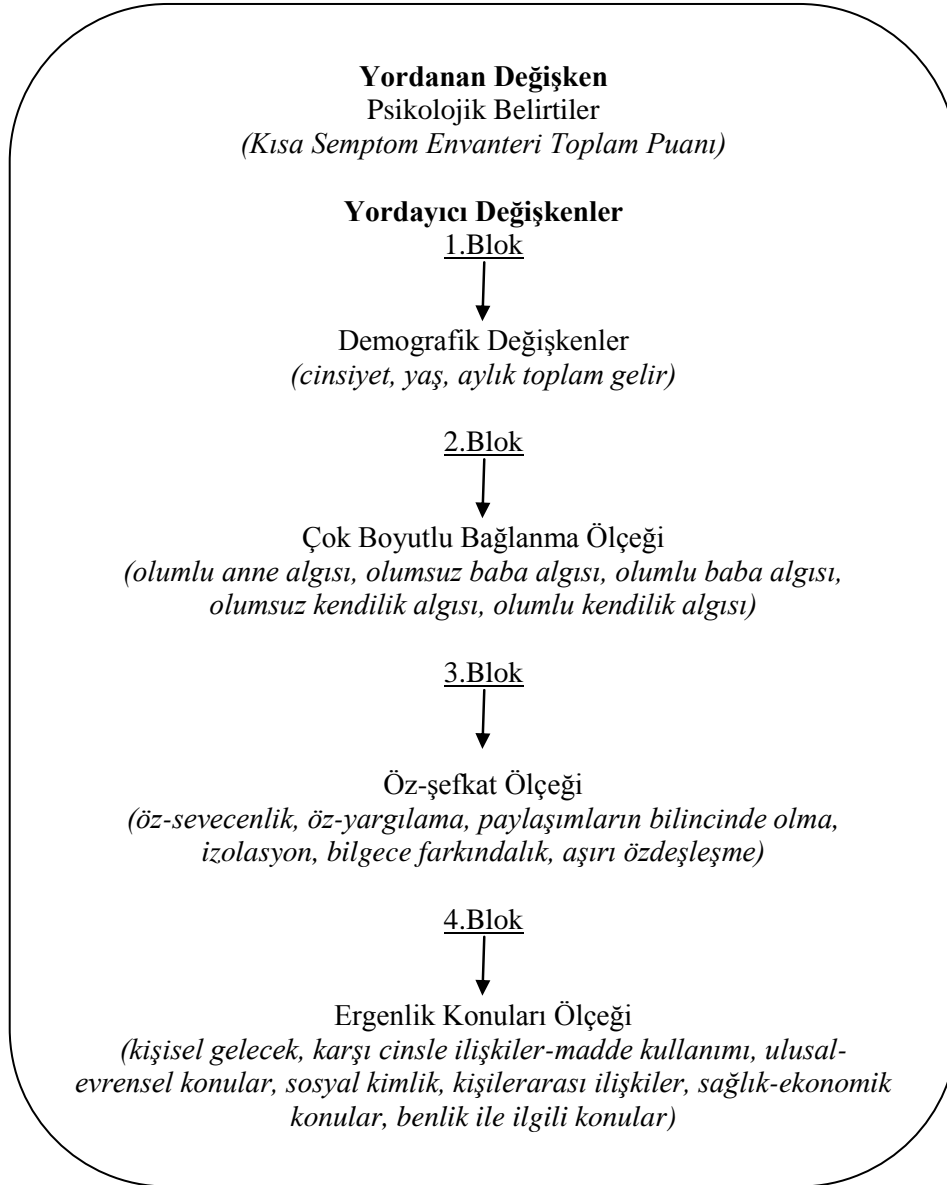
ÖŞÖ alt boyutlarından öz-sevecenlik alt boyutu ile anksiyete ( $r = -.09$ ,  $p < .05$ ), depresyon ( $r = -.14$ ,  $p < .01$ ), olumsuz benlik ( $r = -.11$ ,  $p < .05$ ), somatizasyon ( $r = -.09$ ,

$p < .05$ ), hostilete ( $r = -.13$ ,  $p < .01$ ) ve KSE toplam puanı ( $r = -.13$ ,  $p < .01$ ) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Öz-yargılama alt boyutu ile anksiyete ( $r = .54$ ,  $p < .01$ ), depresyon ( $r = .52$ ,  $p < .01$ ), olumsuz benlik ( $r = .52$ ,  $p < .01$ ), somatizasyon ( $r = .34$ ,  $p < .01$ ), hostilete ( $r = .41$ ,  $p < .01$ ) ve KSE toplam puanı ( $r = .55$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif yönlü, anlamlı ve güçlü ilişkiler olduğu görülmektedir. Paylaşımların bilincinde olma alt boyut ile anksiyete ( $r = .09$ ,  $p < .05$ ), olumsuz benlik ( $r = .10$ ,  $p < .05$ ) ve somatizasyon ( $r = .10$ ,  $p < .05$ ) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler olduğu bulunurken; depresyon ( $r = .05$ ,  $p > .05$ ), hostilete ( $r = .04$ ,  $p > .05$ ), ve KSE toplam puanı ( $r = .08$ ,  $p > .05$ ), arasındaki pozitif yönlü ilişkilerin anlamlı olmadığı görülmektedir. Bilgece farkındalık alt boyutu ile anksiyete ( $r = -.09$ ,  $p < .05$ ), depresyon ( $r = -.15$ ,  $p < .01$ ), olumsuz benlik ( $r = -.07$ ,  $p > .05$ ), somatizasyon ( $r = -.10$ ,  $p < .05$ ), hostilete ( $r = -.11$ ,  $p < .01$ ) ve KSE toplam puanı ( $r = -.12$ ,  $p < .01$ ) arasında negatif yönlü ilişkiler olduğu ve olumsuz benlik alt boyutu dışındaki ilişkilerin anlamlı düzeyde olduğu bulunmuştur. Aşırı özdeşleşme alt boyutu ile KSE alt boyutları ve toplam puan arasında .31 ile .54 aralığında değişen pozitif yönlü,  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ve güçlü ilişkiler olduğu görülmektedir.

### **3.3. REGRESYON ANALİZİ**

#### **3.3.1. Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler**

Psikolojik belirtilerin varlığını görmemizi sağlayan KSE' den alınan toplam puanı hangi değişkenlerin yordadığını belirlemek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır.



**Şekil 3.1** Psikolojik belirtileri yordayan değişkenlere ilişkin hiyerarşik regresyon analizi aşamaları

Yapılan Aşamalı Hiyerarşik Regresyon Analizi kapsamında denkleme ilk aşamada, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş ve aylık toplam gelir), ikinci aşamada ÇBBÖ'nin alt boyutları (olumlu anne algısı, olumsuz baba algısı, olumlu baba algısı, olumlu kendilik algısı ve olumsuz kendilik algısı), üçüncü aşamada ÖŞÖ'nün alt boyutları (öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma,

izolasyon, bilgece farkındalık ve aşırı özdeşleşme), dördüncü ve son aşamada EKÖ'nün alt boyutları (kişisel gelecek, karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı, ulusal-evrensel konular, sosyal kimlik, kişilerarası ilişkiler, sağlık-ekonomik konular, benlik ile ilgili konular) denkleme alınmıştır.

Tablo 3.9'dan takip edilebileceği gibi, psikolojik belirtileri yordayan değişkenlere bakıldığında ikinci aşamada denkleme alınan değişkenlerden olumsuz kendilik algısının tek başına toplam varyansın %29'unu açıkladığı görülmektedir. Bu değişkenle birlikte olumsuz baba algısı, olumlu anne algısı, olumlu kendilik algısı değişkenleri hep birlikte toplam varyansın %36'sını açıklamaktadır.

Denkleme üçüncü basamakta alınan öz-yargılama, varyansa %9'luk bir katkıda bulunurken, izolasyon ve paylaşımların bilincinde olma değişkenlerinin her birinin varyansa %1'lik katkıda bulunarak toplam varyansın %47'sini açıkladığı görülmektedir.

Dördüncü ve son aşamada denkleme alınan EKÖ'nün alt boyutlarından sadece sağlık ve ekonomik konular toplam varyansa %1'lik katkıda bulunarak, kendinden önceki değişkenlerle birlikte toplam varyansın %48'ini açıklamaktadır.

Olumsuz kendilik algısı, olumsuz baba algısı, olumlu anne algısı, olumlu kendilik algısı, öz-yargılama, izolasyon, sağlık ve ekonomik konular değişkenlerinin tek başlarına da psikolojik belirtileri yordama da anlamlı oldukları görülmektedir.

**Tablo 3.9.** Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenler

Değişken	R <sup>2</sup>	Uyarlanmış R <sup>2</sup>	Standart hata	B	beta	t	F
Olumsuz Kendilik Algısı	.29	.29	.21	1.28	.29	6.17**	161.89**
Olumsuz Baba Algısı	.32	.32	.33	1.26	.14	3.81**	96.47**
Olumlu Anne Algısı	.35	.35	.28	-.93	-.13	-3.32**	72.21**
Olumlu Kendilik Algısı	.36	.35	.27	-.69	-.10	-2.55*	56.25**
Öz- Yargılama	.45	.44	2.07	9.78	.26	4.72**	64.77**
İzolasyon	.46	.45	2.09	5.13	.14	2.45*	56.30**
Paylaş. Bilinc. Olma	.47	.46	1.58	2.31	.06	1.47	49.22**
Sağlık-Ekonomik Konular	.48	.47	2.34	6.65	.11	2.85**	44.86**

\* p<.05, \*\* p<.01

### 3.4. MODEL TESTLERİNE İLİŞKİN ANALİZLER

Araştırmada aracı değişken olabileceği düşünülen değişkenlerin rolü incelenirken Baron ve Kenny'nin (1986) ölçütleri dikkate alınmıştır. Bir değişkenin aracı rolünün olabilmesi için aşağıda belirtilen dört ölçütü karşılaması gerekmektedir.

Adım 1: Yordayıcı ve yordanan değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.

Adım 2: Yordayıcı değişken ile aracı değişken arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.

Adım 3: Aracı değişken ve yordanan değişken arasında anlamlı bir ilişki olmalıdır.



Adım 4: Yordayıcı değişken ve aracı değişken eş zamanlı olarak regresyon analizine girdiğinde, daha önce yordayıcı ve yordanan değişken arasında var olan anlamlı ilişki, anlamlı olmaktan çıkmalı ya da daha önceki anlamlılık düzeyi azalmalıdır.

Dolaylı aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı şekilde sıfırdan farklı olup olmadığı, Preacher ve Hayes (2008) tarafından ileri sürülen bootstrap yöntemi ile incelenmiştir. Bootstrap, araştırma örnekleminde hareketle, yer değiştirme yöntemiyle pek çok defa (örneğin, 1000 kez, 5000 kez) yeniden örnekleme dayanan parametrik olmayan bir yöntemdir. Her yeni örnekleme için dolaylı aracılık etkisi hesaplanmaktadır. Aracılık etkisinin anlamlılığı, en bilinen olan güven aralığının hesaplanması ve bu aralık içerisinde sıfırın bulunup bulunmamasına göre belirlenmektedir. Güven aralığının içerisinde sıfırın yer almaması, dolaylı etkinin sıfırdan farklı olduğuna işaret etmektedir.

Bootstrap yönteminin seçilmesinin nedeni, (a) küçük örneklemlerde Sobel'e göre daha doğru sonuçlar vermesi; (b) normal dağılım varsayımını karşılamayı gerektirmemesi; (c) çok yönlü aracı değişkenlerin etkisini hem ayrı ayrı hem de eş zamanlı değerlendirmeye olanak tanınması; (d) çok yönlü aracı değişkenlerin etkilerini tek bir modelde birbirleriyle karşılaştırabilmesi; (e) aracı değişkenlerin birbirlerinden bağımsız şekilde işlev görüp görmediklerinin de belirlenebilmesidir (Preacher ve Hayes, 2004, 2008).

Bootstrap yöntemi ile analizler, Akün (2013) tarafından sürdürülmekte olan doktora tezinde önerildiği şekilde <http://afhayes.com/spss-sas-and-mplus-macros-and-code.html> adresinden indirilen eklenti aracılığıyla SPSS 20 kullanılarak

PROCESS Multiple Mediation Model 4 (Hayes ve Preacher, 2012) yürütülerek gerçekleştirilmiştir.

### **3.4.1. Bağlanma Tarzları ile Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı (Mediator) Rolünün İncelenmesine İlişkin Analizler**

Araştırmanın amaçlarından biri de 14- 21 yaş arasındaki ergenlerin bağlanma tarzı ile zihinlerini meşgul eden konular arasındaki ilişkide **Öz-Şefkat Ölçeği'nin alt boyutlarının aracı rolünün** olup olmadığının araştırılmasıdır. ÖŞÖ' nün alt boyutlarının aracı rolü, Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen bir dizi regresyon analizi ile incelenmiştir.

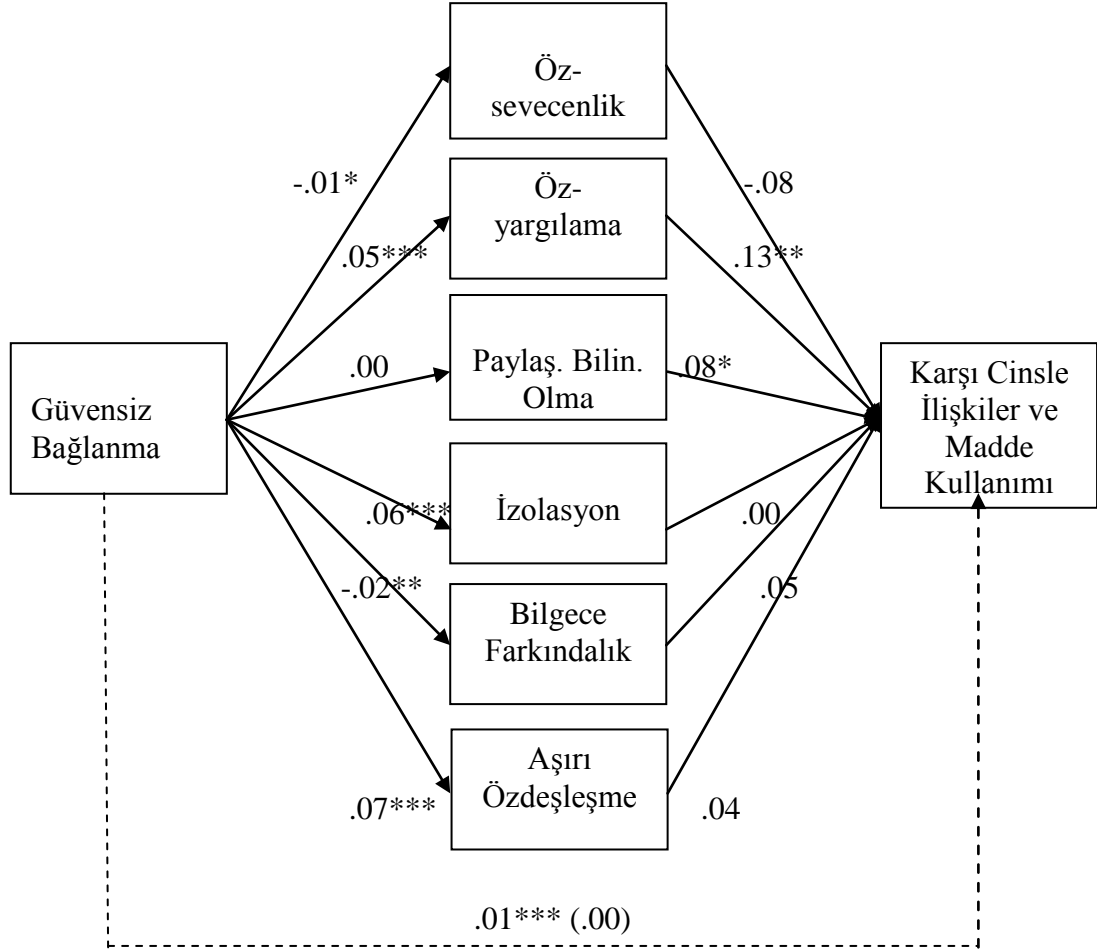
Beş başlıktan oluşan bu bölümde ilk olarak tüm katılımcıların bağlanma tarzları ile EKÖ alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki ilişkide, ÖŞÖ alt boyutlarının dolaylı aracılık etkisi, her bir öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilgece farkındalık ve aşırı özdeşleşme alt boyutunu hem bir arada hem de ayrı ayrı ele alan PROCESS Multiple Mediation Model 4 (Hayes ve Preacher, 2012) ile incelenmiştir. Bağlanma tarzları ve EKÖ alt boyutları arasındaki ilişkide aracı rolün etkisi üzerine yürütülen analizlerden yukarıdaki dört koşulu sağlayarak tam ve kısmi aracılığın olduğu görülen modellere ilişkin bulgular sunulmuştur.

### 3.4.1.1. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı Arasındaki İlişkide ÖŞÖ Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Güvensiz bağlanma tarzı ile EKÖ'nün alt boyutlarından karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkide ÖŞÖ alt boyutlarının aracı rolleri incelenmiştir. ÖŞÖ'nün öz-yargılama alt boyutu dışındaki alt boyutlarının aracı rolünün olmadığı görülmüş ve güvensiz bağlanma tarzı ile karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı arasındaki ilişkide öz-yargılama alt boyutunun aracı rolüne ilişkin model Şekil 3.2'de sunulmuştur.

Şekil 3.2'de görüldüğü gibi, güvensiz bağlanma tarzının, yordanan değişken olan karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı ( $\beta = .01, t = 3.73, p = .000$ ) üzerine anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, güvensiz bağlanma tarzı, aracı değişkenler olan öz-sevecenlik ( $\beta = - .01, t = -2,25, p = .025$ ), öz-yargılama ( $\beta = .05, t = 13.22, p = .000$ ), paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .00, t = .47, p = .640$ ), izolasyon ( $\beta = .06, t = 13.89, p = .000$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = -.02, t = -3.40, p = .001$ ) ve aşırı özdeşleşme ( $\beta = .06, t = 15.60, p = .000$ )'nin değerlerine bakıldığında paylaşımların bilincinde olma alt boyutu anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken öz-sevecenliğin  $p < .05$  düzeyinde ve öz-yargılama, izolasyon, bilgece farkındalık ve aşırı özdeşleşmenin ise  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ve doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı hakkında düşünme sıklığı üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, öz-sevecenlik ( $\beta = -.08, t = -1.74, p = .083$ ), izolasyon ( $\beta = .00, t = .04, p = .972$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = .05, t = 1.30, p$

= .194), ve aşırı özdeşleşmenin ( $\beta = .04, t = .95, p = .341$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür.



**Şekil 3.2:** ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

Öz-yargılama ( $\beta = .13, t = 2.90, p = .004$ ) ve paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .08, t = 1.98, p = .048$ ) aracı değişkenlerinin ise yordanan değişken olan karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı hakkında düşünme sıklığı üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Güvensiz bağlanma tarzı ve tüm

aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), güvensiz bağlanma tarzı ve karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı arasındaki ilişki azalmış ve öncekine göre anlamlılık düzeyinde de azalma olduğu görülmüştür ( $\beta = .01$ ,  $t = .37$ ,  $p = .709$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin güvensiz bağlanma tarzı ile karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(7, 482) = 7.13$ ,  $p = .000$ ) ve varyansın %9’unu açıkladığı saptanmıştır.

Aracı değişkenlerin tam aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.10’da görüldüğü gibi, altı aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0094, .0000]). Diğer bir deyişle, altı öz-şefkat değişkeni, güvensiz bağlanma tarzı ile karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkiye tam aracılık etmektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu altı değişkenden sadece bir tanesinin, öz-yargılama (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0069, .0002]) değişkeninin, güvensiz bağlanma tarzı ile karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı hakkında düşünme sıklığı arasında anlamlı tam aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.10.** Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

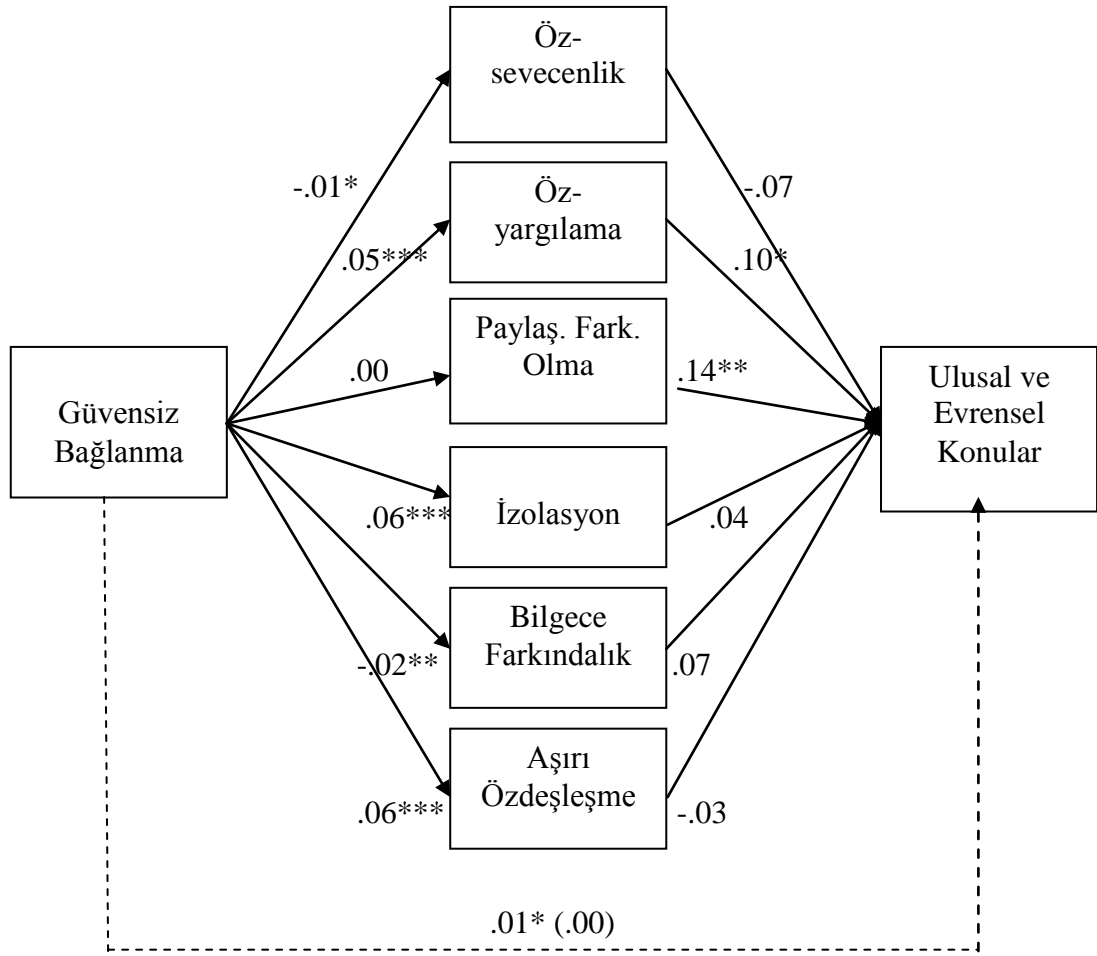
Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.01</b>	<b>.002</b>	<b>4.09</b>	<b>.000</b>	<b>.0051</b>	<b>.0141</b>
Öz- sevecenlik	.00	.001	1.38	.167	-.0001	.0024
Öz- yargılama	.01	.002	2.85	.004	.0016	.0117
Paylaş. bilinc. olma	.00	.000	.45	.649	-.0005	.0014
İzolasyon	.00	.002	.04	.971	-.0047	.0043
Bilgece farkındalık	-.00	.001	-1.22	.222	-.0033	.0003
Aşırı özdeşleşme	.00	.002	.96	.338	-.0029	.0078

#### 3.4.1.2. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Ulusal ve Evrensel Konular Arasındaki İlişkide ÖŞÖ Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Güvensiz bağlanma tarzı ile EKÖ' nün alt boyutlarından ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkide ÖŞÖ alt boyutlarının aracılık etkileri incelenmiştir. Öz-yargılama dışındaki alt boyutların aracı rolünün olmadığı görülmüş ve güvensiz bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular arasındaki ilişkide öz-yargılama alt boyutunun aracı rolüne ilişkin model Şekil 3.3'te sunulmuştur.

Şekil 3.3'te görüldüğü gibi, güvensiz bağlanma tarzının, yordanan değişken olan ulusal ve evrensel konular ( $\beta = .01, t = 2.24, p = .025$ ) üzerine anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, güvensiz bağlanma tarzı, aracı değişkenler olan öz-sevecenlik ( $\beta = -.01, t = -2.25, p = .025$ ), öz-yargılama ( $\beta = .05,$

$t = 13.22, p = .000$ ), paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .00, t = .47, p = .640$ ), izolasyon ( $\beta = .06, t = 13.89, p = .000$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = -.02, t = -3.40, p = .001$ ) ve aşırı özdeşleşme ( $\beta = .06, t = 15.60, p = .000$ ) değerlerine bakıldığında, paylaşımların bilincinde olma alt boyutu anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken öz-sevecenliğin  $p < .05$  düzeyinde ve öz-yargılama, izolasyon, bilgece farkındalık ve aşırı özdeşleşmenin ise  $p < .01$  düzeyinde anlamlı ve doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, öz-sevecenlik ( $\beta = -.07, t = -1.62, p = .107$ ), izolasyon ( $\beta = .04, t = .99, p = .320$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = .07, t = 1.72, p = .085$ ), ve aşırı özdeşleşmenin ( $\beta = -.03, t = -.73, p = .466$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür. Öz-yargılama ( $\beta = .10, t = 2.33, p = .020$ ) ve paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .14, t = 3.71, p = .000$ ) aracı değişkenlerinin ise yordanan değişken olan ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Güvensiz bağlanma tarzı ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), güvensiz bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular arasındaki ilişki azalmış ve öncekine göre anlamlılık düzeyinde de azalma olduğu görülmüştür ( $\beta = .00, t = .21, p = .833$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin güvensiz bağlanma tarzı ile ulusal evrensel konular arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(7, 482) = 7.66, p = .000$ ) ve varyansın %10’unu açıkladığı saptanmıştır.



**Şekil 3.3:** ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Ulusal ve Evrensel Konular Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

Aracı değişkenlerin tam aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.11’ de görüldüğü gibi, altı aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0055, .0000]). Diğer bir deyişle, altı öz-şefkat alt boyut değişkeni, güvensiz bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkiye tam aracılık etmektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu altı



değişkenden sadece bir tanesinin, öz-yargılama (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0051, -.0001]) değişkeninin, güvensiz bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı arasında anlamlı tam aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.11.** *Ulusal ve Evrensel Konular Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları*

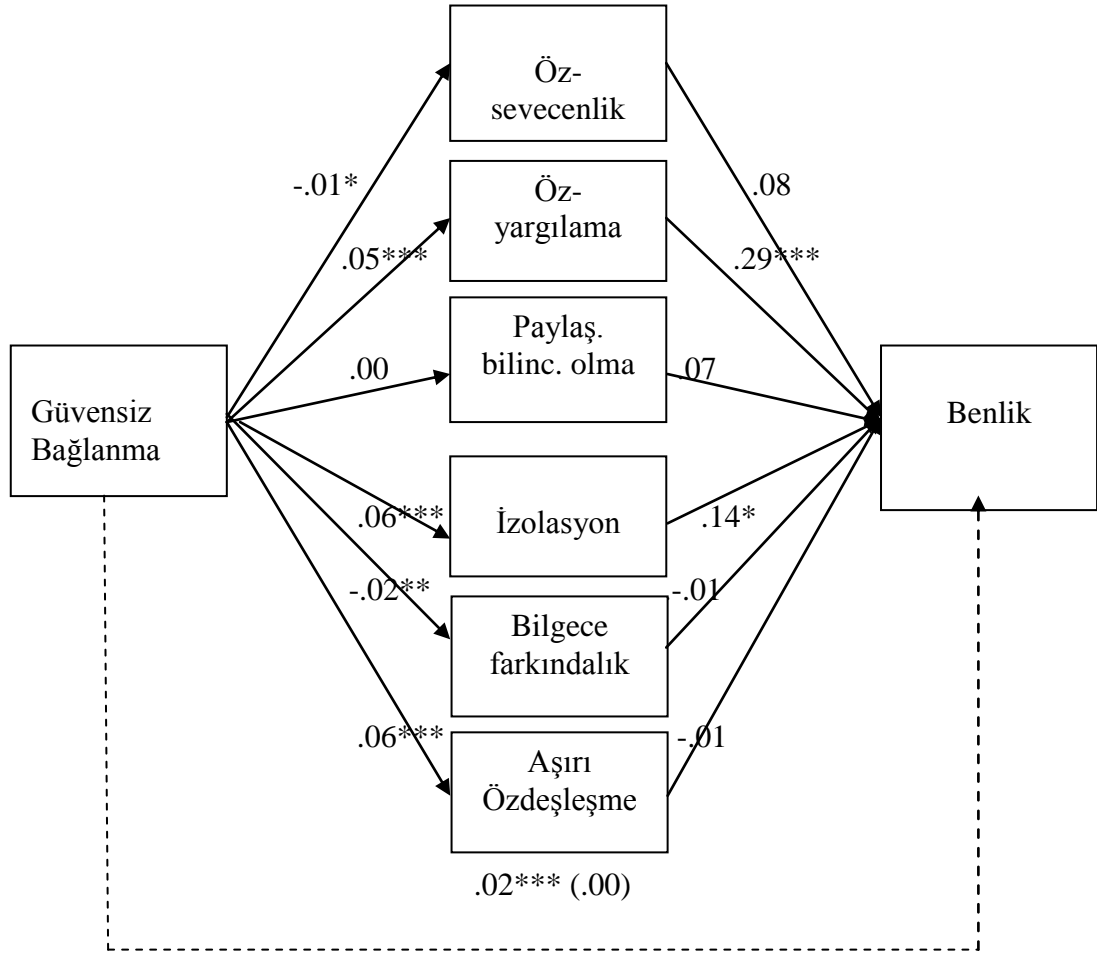
Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.00</b>	<b>.002</b>	<b>2.47</b>	<b>.014</b>	<b>.0004</b>	<b>.0103</b>
Öz- sevecenlik	.00	.001	1.32	.187	-.0001	.0025
Öz- yargılama	.00	.003	2.31	.021	.0005	.0103
Paylaş. bilinc. olma	.00	.001	.46	.643	-.0009	.0018
İzolasyon	.00	.002	1.00	.318	-.0027	.0068
Bilgece farkındalık	-.00	.001	-1.55	.122	-.0032	.0000
Aşırı özdeşleşme	-.00	.003	-.73	.462	-.0071	.0029

### 3.4.1.3. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Benlik ile İlgili Konular Arasındaki İlişkide Öz-Şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Güvensiz bağlanma tarzı ile ergenlik konuları ölçeğinin alt boyutlarından benlik hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkide ÖŞÖ alt boyutlarının aracı etkileri incelenmiştir. Öz-yargılama ve izolasyon dışındaki alt boyutların aracı rolünün olmadığı görülmüş ve güvensiz bağlanma tarzı ile benlik arasındaki ilişkide öz-yargılama ve izolasyon alt boyutlarının aracı rollerine ilişkin model Şekil 3.4'te sunulmuştur.

Şekil 3.4'te görüldüğü gibi, güvensiz bağlanma tarzının, yordanan değişken olan benlik ( $\beta = .02, t = 5.27, p = .000$ ) üzerine anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, güvensiz bağlanma tarzı ile aracı değişkenler olan öz-sevecenlik ( $\beta = -.01, t = -2.25, p = .025$ ), öz-yargılama ( $\beta = .05, t = 13.22, p = .000$ ), paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .00, t = .47, p = .641$ ), izolasyon ( $\beta = .06, t = 13.89, p = .000$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = -.02, t = -3.40, p = .001$ ) ve aşırı özdeşleşme ( $\beta = .06, t = 15.60, p = .000$ ) alt boyutlarının anlamlılık düzeylerine bakıldığında paylaşımların bilincinde olma alt ölçeği anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken öz-sevecenliğin  $p < .05$  düzeyinde ve öz-yargılama, izolasyon, bilgece farkındalık ve aşırı özdeşleşmenin  $p < .01$  düzeyinde anlamlı doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan benlik hakkında düşünme sıklığı üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, öz-sevecenlik ( $\beta = .08, t = 1.26, p = .206$ ), paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .07, t = 1.22, p = .223$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = -.01, t = -.20, p = .838$ ), ve aşırı özdeşleşmenin ( $\beta = -.02, t = -.32, p = .747$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür. Öz-yargılama ( $\beta = .29, t = 4.42, p = .000$ ) ve izolasyon ( $\beta = .14, t = 2.36, p = .018$ ) aracı değişkenlerinin ise yordanan değişken olan benlik hakkında düşünme sıklığı üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Güvensiz bağlanma tarzı ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), güvensiz bağlanma tarzı ile benlik ile ilgili konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişki azalmış ve öncekine göre anlamlılık düzeyinde azalma olduğu görülmüştür ( $\beta = .00, t = .26, p = .796$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin güvensiz bağlanma tarzı ile benlik ile ilgili konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkide “tam aracılık” etkileri olduğu

sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(7, 482) = 15.27, p = .000$ ) ve varyansın %18'ini açıkladığı saptanmıştır.



**Şekil 3.4:** ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Benlik Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.  
\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

Aracı değişkenlerin tam aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.12’de görüldüğü gibi, altı aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0215, .0002]). Diğer bir deyişle, altı öz-şefkat alt boyut değişkeni, güvensiz bağlanma tarzı ile benlik ile ilgili konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki

ilişkiye tam aracılık etmektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu altı değişkenden öz-yargılama (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0153, .0002] ve izolasyon (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0082, -.0001]) değişkenlerinin, güvensiz bağlanma tarzı ile benlik ile ilgili konular hakkında düşünme sıklığı arasında anlamlı tam aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.12.** *Benlik ile İlgili Konular Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları*

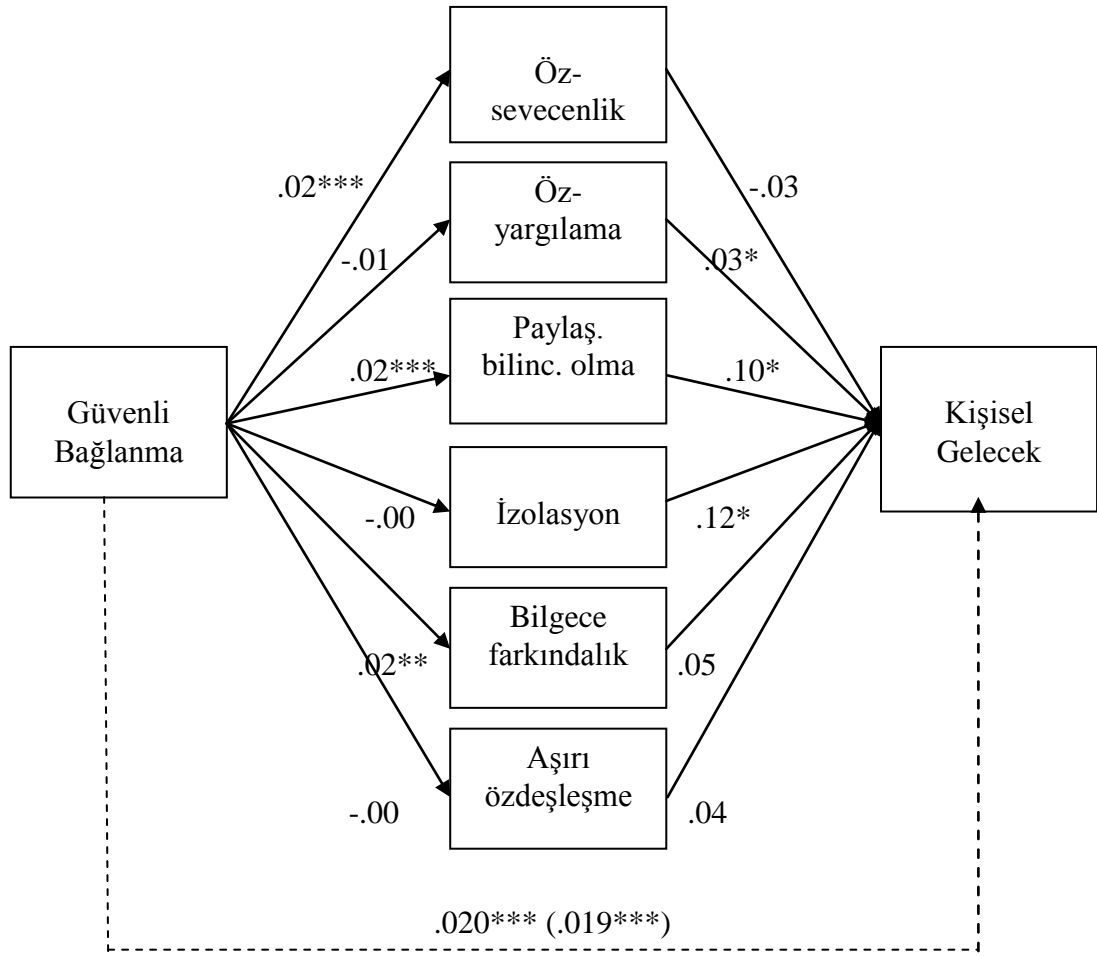
Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.02</b>	<b>.004</b>	<b>6.09</b>	<b>.000</b>	<b>.0143</b>	<b>.0305</b>
Öz- sevecenlik	-.00	.001	-1.11	.267	-.0031	.0003
Öz- yargılama	.02	.004	4.22	.000	.0078	.0241
Paylaş. bil. olma	.00	.000	.44	.662	-.0004	.0018
İzolasyon	.01	.004	2.35	.019	.0006	.0164
Bilgece farkındalık	.00	.001	.20	.838	-.0017	.0028
Aşırı özdeşleşme	-.00	.004	-.32	.745	-.0092	.0068

#### 3.4.1.4. Güvenli Bağlanma Tarzı ile Kişisel Gelecek Arasındaki İlişkide Öz-sefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Güvenli bağlanma tarzı ile EKÖ' nün alt boyutlarından "Kişisel gelecek" ile ilgili konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkide ÖŞÖ alt boyutlarının aracı etkileri incelenmiştir. Paylaşımların bilincinde olma dışındaki alt boyutların aracı rolünün olmadığı görülmüş ve güvenli bağlanma tarzı ile kişisel gelecek arasındaki

ilişkide paylaşımların farkında olma alt boyutunun aracı rolüne ilişkin model Şekil 3.5'te sunulmuştur.

Şekil 3.5' te görüldüğü gibi, güvenli bağlanma tarzının, yordanan değişken olan kişisel gelecek ( $\beta = .0203, t = 8.27, p = .000$ ) üzerine  $p < .001$  düzeyinde anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, güvenli bağlanma tarzı, aracı değişkenler olan öz-sevecenlik ( $\beta = .02, t = 7.75, p = .000$ ), öz-yargılama ( $\beta = -.01, t = -1.73, p = .084$ ), paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .02, t = 4.95, p = .000$ ), izolasyon ( $\beta = -.00, t = -.87, p = .386$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = .02, t = 6.72, p = .000$ ) ve aşırı özdeşleşme ( $\beta = -.00, t = -.30, p = .766$ ) değerlerine bakıldığında öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt ölçekleri anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, ve bilgece farkındalığın  $p < .01$  anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan “kişisel gelecek” hakkında düşünme sıklığı üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, öz-sevecenlik ( $\beta = -.03, t = -.63, p = .527$ ), Öz-yargılama ( $\beta = .03, t = .60, p = .550$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = .05, t = .99, p = .322$ ), ve aşırı özdeşleşmenin ( $\beta = .04, t = .80, p = .423$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür. İzolasyon ( $\beta = .12, t = 2.51, p = .012$ ) ve paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .10, t = 2.25, p = .025$ ) aracı değişkenlerinin ise yordanan değişken olan “kişisel gelecek” ile ilgili konular hakkında düşünme sıklığı üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3).



**Şekil 3.5:** ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvenli Bağlanma Tarzı ile Ulusal ve Evrensel Konular Arasındaki İlişide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

Güvenli bağlanma tarzı ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), güvenli bağlanma tarzı ile “kişisel gelecek” hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişki azalmış ve öncekine göre anlamlılık düzeyinde azalma olmadığı görülmüştür ( $\beta = .0190$ ,  $t = 7.57$ ,  $p = .000$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin güvenli bağlanma tarzı ile “kişisel gelecek” hakkında düşünme sıklığı arasındaki

ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(7, 482) = 17.35, p = .000$ ) ve varyansın %20’sini açıkladığı saptanmıştır.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.13’ te görüldüğü gibi, altı aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmamıştır (nokta tahmin = .00 ve %95 BCa GA [.0013, .0001]). Diğer bir deyişle, altı öz-şefkat alt boyut değişkeni, güvenli bağlanma tarzı ile “kişisel gelecek” hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkiye aracılık etmemektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu altı değişkenden sadece bir tanesinin, paylaşımların bilincinde olma (nokta tahmin = .00 ve %95 BCa GA [.0016, .0000]) değişkeninin, güvenli bağlanma tarzı ile “kişisel gelecek” hakkında düşünme sıklığı arasında anlamlı kısmi aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.13.** *Kişisel Gelecek Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları*

Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.00</b>	<b>.001</b>	<b>1.13</b>	<b>.257</b>	<b>-.0010</b>	<b>.0038</b>
Öz- sevecenlik	-.00	.001	-.64	.525	-.0037	.0014
Öz- yargılama	-.00	.000	-.57	.569	-.0011	.0004
Paylaş. bilinc. olma	.00	.001	2.06	.040	.0002	.0037
İzolasyon	-.00	.001	-.82	.411	-.0022	.0004
Bilgece farkındalık	.00	.001	.99	.323	-.0008	.0035
Aşırı özdeşleşme	.00	.000	-.28	.780	-.0008	.0003

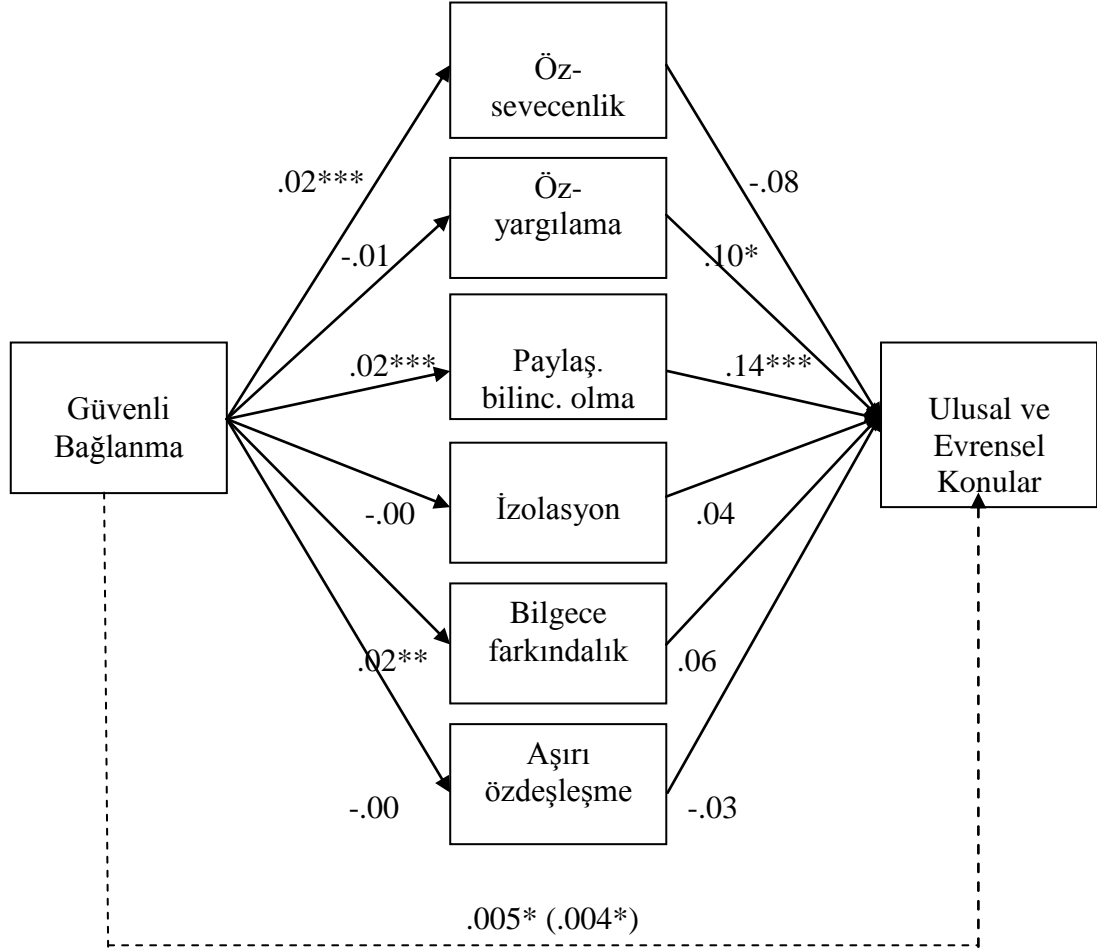
### 3.4.1.5. Güvenli Bağlanma Tarzı ile Ulusal ve Evrensel Konular Arasındaki İlişkide Öz-şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Güvenli bağlanma tarzı ile ergenlik konuları ölçeğinin alt boyutlarından ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkide ÖŞÖ alt boyutlarının aracı etkileri incelenmiştir. Paylaşımların bilincinde olma dışındaki alt boyutların aracı rolünün olmadığı görülmüş ve güvenli bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular arasındaki ilişkide paylaşımların bilincinde olma alt boyutunun aracı rolüne ilişkin model Şekil 3.6'da sunulmuştur.

Şekil 3.6'da görüldüğü gibi, güvenli bağlanma tarzının, yordanan değişken olan ulusal ve evrensel konular ( $\beta = .0053, t = 2.53, p = .012$ ) üzerine  $p < .05$  düzeyinde anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, güvenli bağlanma tarzı, aracı değişkenler olan öz-sevecenlik ( $\beta = .02, t = 7.75, p = .000$ ), öz-yargılama ( $\beta = -.01, t = -1.73, p = .084$ ), paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .02, t = 4.95, p = .000$ ), izolasyon ( $\beta = -.00, t = -.87, p = .386$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = .02, t = 6.72, p = .000$ ) ve aşırı özdeşleşme ( $\beta = -.00, t = -.30, p = .766$ ) değerlerine bakıldığında öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt ölçekleri anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, ve bilgece farkındalığın  $p < .01$  anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, öz-sevecenlik ( $\beta = -.08, t = -1.94, p = .053$ ), izolasyon ( $\beta = .04, t = 1.14, p = .255$ ), bilgece farkındalık ( $\beta = .06, t = 1.52, p = .130$ ), ve aşırı



özdeşleşmenin ( $\beta = -.03$ ,  $t = -.82$ ,  $p = .411$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür.



**Şekil 3.6:** ÖŞÖ Alt Boyutlarının, Güvenli Bağlanma Tarzı ile Ulusal ve Evrensel Konular Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

Öz-yargılama ( $\beta = .10$ ,  $t = 2.40$ ,  $p = .017$ ) ve paylaşımların bilincinde olma ( $\beta = .14$ ,  $t = 3.76$ ,  $p = .000$ ) aracı değişkenlerinin ise yordanan değişken olan ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin

olduğu saptanmıştır (Adım 3). Güvenli bağlanma tarzı ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), güvenli bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişki azalmış ve öncekine göre anlamlılık düzeyinde de azalma olduğu görülmüştür ( $\beta = .0044$ ,  $t = 2.05$ ,  $p = .040$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin güvenli bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(7, 482) = 8.32$ ,  $p = .000$ ) ve varyansın %11’ini açıkladığı saptanmıştır.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.14’te görüldüğü gibi, altı aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlı değildir (nokta tahmin = .00 ve %95 BCa GA [.0009, .0000]). Diğer bir deyişle, altı öz-şefkat alt boyut değişkeni, güvenli bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı arasındaki ilişkiye aracılık etmemektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu altı değişkenden sadece bir tanesinin, paylaşımların bilincinde olma (nokta tahmin = .00 ve %95 BCa GA [.0023, .0000]) değişkeninin, güvenli bağlanma tarzı ile ulusal ve evrensel konular hakkında düşünme sıklığı arasında anlamlı kısmi aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.14.** *Ulusal ve Evrensel Konular Hakkında Düşünme Sıklığı Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları*

Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.00</b>	<b>.001</b>	<b>.93</b>	<b>.351</b>	<b>-.0011</b>	<b>.0030</b>
Öz- sevecenlik	-.00	.001	-1.89	.058	-.0043	.0000
Öz- yargılama	-.00	.000	-1.41	.159	-.0018	.0000
Paylaş. bilinc. olma	.00	.001	3.01	.003	.0010	.0042
İzolasyon	-.00	.000	-.69	.488	-.0011	.0002
Bilgece farkındalık	.00	.001	1.49	.136	-.0005	.0034
Aşırı özdeşleşme	-.00	.000	.28	.779	-.0003	.0006

**Tablo 3.15.** *Bağlanma Tarzlarının EKÖ Alt Boyutlarını Yordamasında Aracılık Eden ÖŞÖ Alt Boyutları*

Bağımsız Değişken	Aracı Değişken	Bağımlı Değişken
Güvensiz Bağlanma Tarzı	Öz- yargılama	Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı
Güvensiz Bağlanma Tarzı	Öz- yargılama	Ulusal ve Evrensel Konular
Güvensiz Bağlanma Tarzı	Öz- yargılama	Benlik ile İlgili Konular
Güvensiz Bağlanma Tarzı	İzolasyon	Benlik ile İlgili Konular
Güvenli Bağlanma Tarzı	<i>Paylaşımların bilincinde olma</i>	Kişisel Gelecek
Güvenli Bağlanma Tarzı	<i>Paylaşımların bilincinde olma</i>	Ulusal ve Evrensel Konular

### **3.4.2 Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Kısa Semptom Envanteri Alt Boyutları Arasındaki İlişkide Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı (Mediator) Rolünün İncelemesine İlişkin Analizler**

Araştırmanın bir diğer amacı, 14- 21 yaş arasındaki ergenlerdeki güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide **EKÖ alt boyutlarının aracı rolünün** olup olmadığının incelenmesidir. EKÖ alt boyutlarının aracı rolü, Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen bir dizi regresyon analizi ile incelenmiştir.

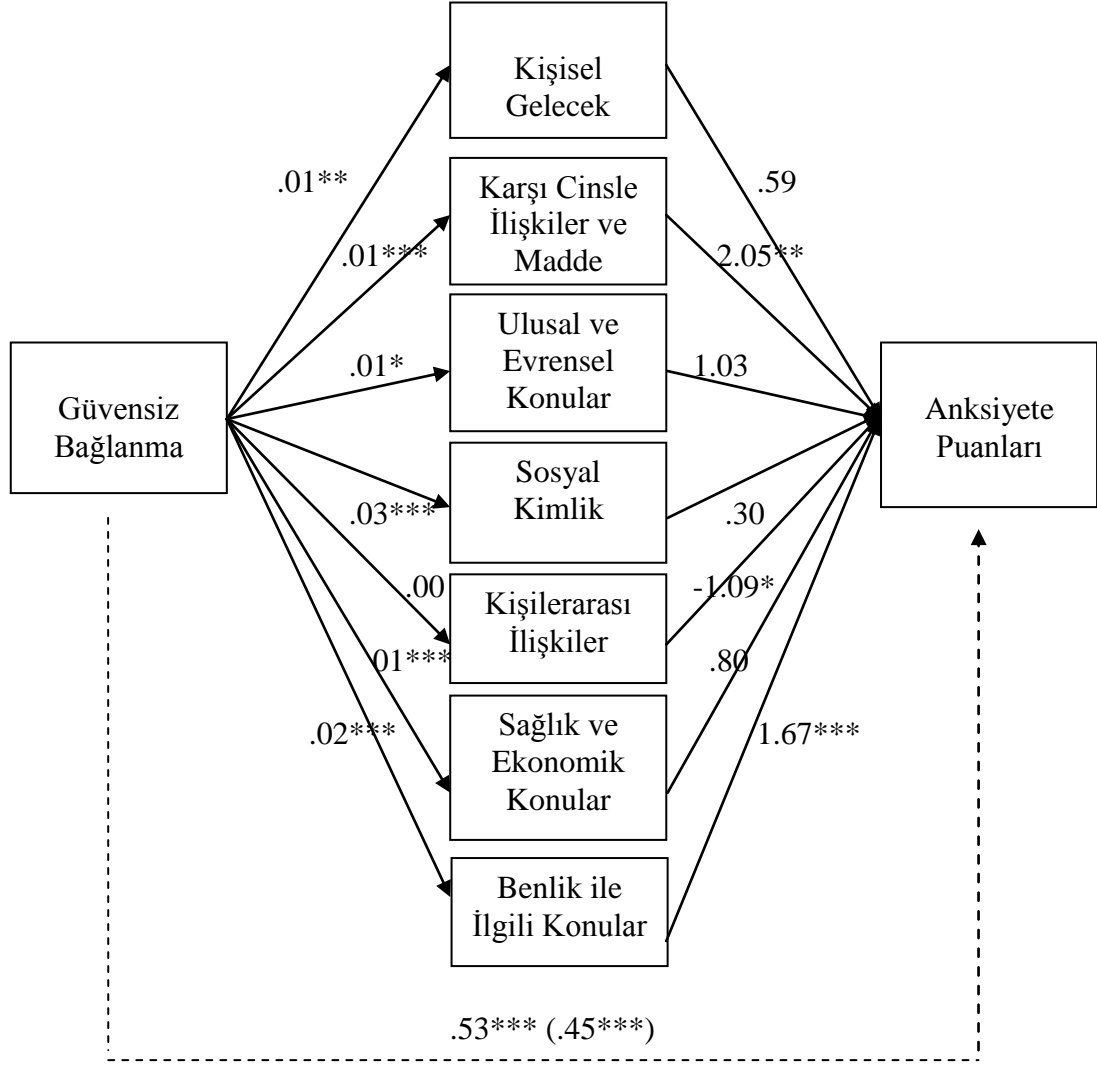
Beş ana başlıktan oluşan bu bölümde ilk olarak tüm katılımcıların güvensiz bağlanma tarzları ile KSE alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki ilişkide, EKÖ alt boyutlarının dolaylı aracılık etkisi, her bir kişisel gelecek, karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı, ulusal-evrensel konular, sosyal kimlik, kişilerarası ilişkiler, sağlık-ekonomik konular ve benlik ile ilgili konular alt boyutlarını hem bir arada hem de ayrı ayrı ele alan PROCESS Multiple Mediation Model 4 (Hayes, 2012) ile incelenmiştir. Aşağıdaki bölümlerde, güvensiz bağlanma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide aracı rolün etkisi üzerine yürütülen analizlerden, yukarıdaki dört koşulu sağlayarak tam ve kısmi aracılığın olduğu modellere ilişkin bulgular sunulmuştur.

### 3.4.2.1. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Anksiyete Puanları Arasındaki İlişkide EKÖ Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Güvensiz bağlanma tarzı ile KSE alt boyutlarından anksiyete puanları arasındaki ilişkide EKÖ alt boyutlarının aracı rolleri, aracı değişkenleri hem bir arada hem de ayrı ayrı ele alan PROCESS Multiple Mediation Model 4 (Hayes, 2012) ile incelenmiştir. Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı ile benlik ile ilgili konular alt ölçekleri dışındaki alt ölçeklerin aracı rolünün olmadığı görülmüş ve güvensiz bağlanma tarzı ile anksiyete puanları arasındaki ilişkideki bu iki değişkenin aracı rolüne ilişkin model Şekil 3.7’de sunulmuştur.

Şekil 3.7’de görüldüğü gibi, güvensiz bağlanma tarzının, yordanan değişken olan anksiyete puanları ( $\beta = .53, t = 13.22, p = .000$ ) üzerine  $p < .001$  düzeyinde anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, güvensiz bağlanma tarzı, aracı değişkenler olan kişisel gelecek ( $\beta = .01, t = 3.29, p = .001$ ), karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı ( $\beta = .01, t = 3.73, p = .000$ ), ulusal ve evrensel konular ( $\beta = .01, t = 2.24, p = .025$ ), sosyal kimlik ( $\beta = .03, t = 9.52, p = .000$ ), kişilerarası ilişkiler ( $\beta = .00, t = 1.47, p = .142$ ), sağlık ve ekonomik konular ( $\beta = .01, t = 4.66, p = .000$ ) ve benlik ile ilgili konular ( $\beta = .02, t = 5.27, p = .000$ ) değerlerine bakıldığında kişilerarası ilişkiler alt boyutu anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken diğer alt boyutların doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan anksiyete puanları üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, kişisel gelecek ( $\beta = .59, t = .98, p = .330$ ), ulusal ve evrensel konular ( $\beta = 1.03, t = 1.43, p = .153$ ), sosyal kimlik ( $\beta = .30, t = .38, p = .700$ ), sağlık ve

ekonomik konular ( $\beta = .80$ ,  $t = 1.08$ ,  $p = .279$ ) değişkenlerinin anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür.



**Şekil 3.7:** EKÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Anksiyete Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı ( $\beta = 2.06$ ,  $t = 2.70$ ,  $p = .007$ ), kişilerarası ilişkiler ( $\beta = -1.09$ ,  $t = -2.13$ ,  $p = .034$ ) ve benlik ile ilgili konular ( $\beta = 1.67$ ,  $t = 3.84$ ,  $p$

= .000) aracı değişkenlerinin ise yordanan değişken olan anksiyete puanları üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Güvensiz bağlanma tarzı ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), güvensiz bağlanma tarzı ile anksiyete puanları arasındaki ilişki azalmış, ancak öncekine göre anlamlılık düzeyinde azalma olmadığı görülmüştür ( $\beta = .45$ ,  $t = 10.49$ ,  $p = .000$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin güvensiz bağlanma tarzı ile anksiyete puanları arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkilerinin olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(31, 158) = 8.32$ ,  $p = .000$ ) ve varyansın %34’ünü açıkladığı saptanmıştır.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.16’da görüldüğü gibi, altı aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = .09 ve %95 BCa GA [.0871, .0002]). Diğer bir deyişle, yedi ergenlik konuları ölçeği alt boyut değişkeni birlikte, güvensiz bağlanma tarzı ile anksiyete puanları arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu yedi değişkenden karşı cins ve madde kullanımı (nokta tahmin = .02 ve %95 BCa GA [.0222, .0002]) ve benlik ile ilgili konular (nokta tahmin = .04 ve %95 BCa GA [.0386, .0001]) değişkenlerinin güvensiz bağlanma tarzı ile anksiyete puanları arasında anlamlı kısmi aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.16.** *Anksiyete Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları*

Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.09</b>	<b>.025</b>	<b>3.88</b>	<b>.000</b>	<b>.0418</b>	<b>.1413</b>
Kişisel gelecek	.01	.007	.94	.346	-.0053	.0235
Karşı cins.-madde kul.	.02	.010	2.20	.028	.0068	.0495
Ulusal-evrensel konu.	.01	.007	1.21	.225	-.0023	.0271
Sosyal kimlik	.01	.026	.39	.698	-.0427	.0586
Kişilerarası ilişkiler	-.01	.006	-1.22	.224	-.0220	.0016
Sağlık-ekonomik kon.	.01	.011	1.06	.287	-.0084	.0345
Benlik ile ilgili kon.	.04	.014	3.12	.002	.0165	.0728

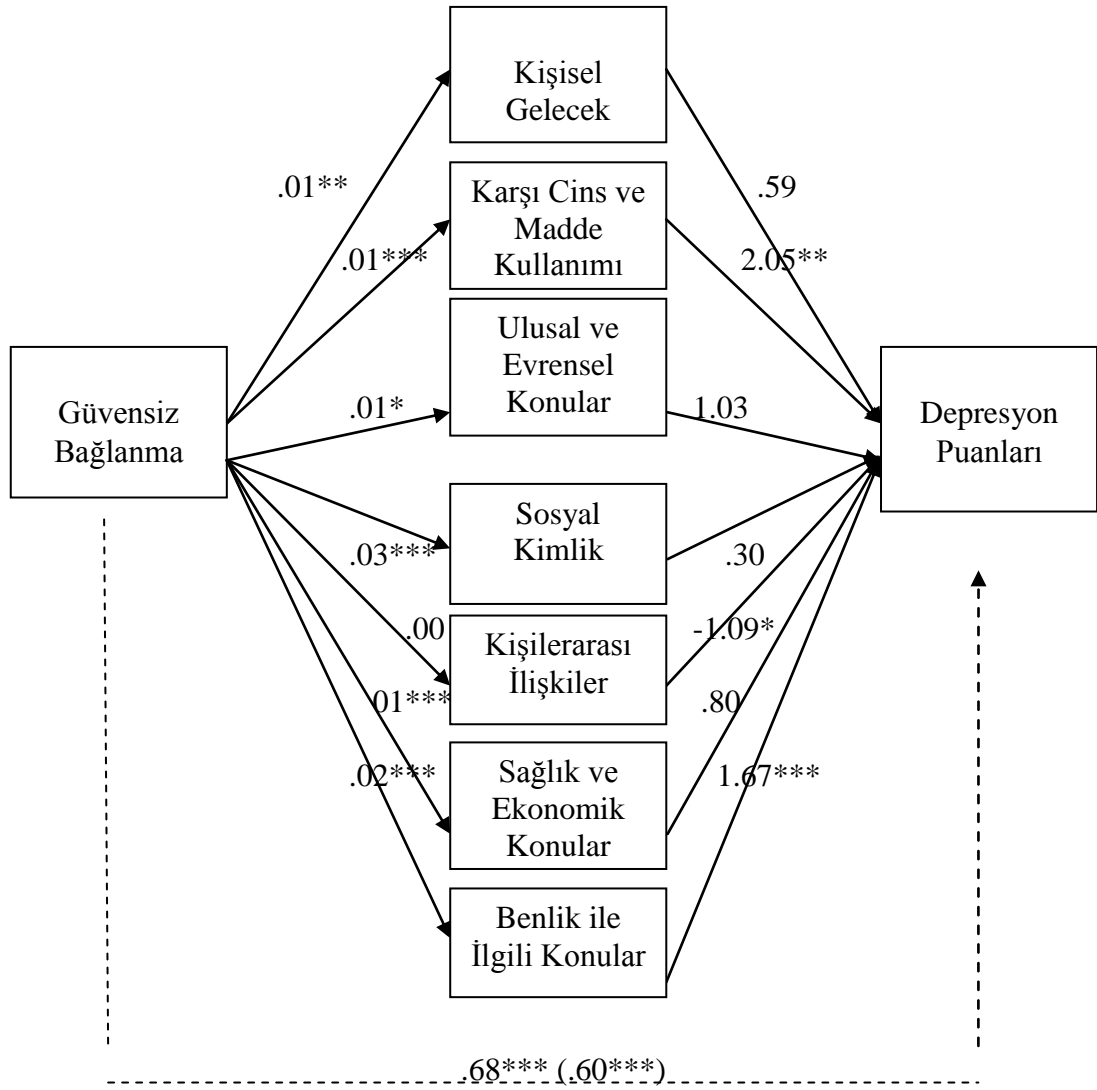
#### **3.4.2.2. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Depresyon Puanları Arasındaki İlişkide Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

Güvensiz bağlanma tarzı ile kısa semptom envanterinin alt boyutlarından depresyon puanları arasındaki ilişkide ergenlik konuları ölçeği alt boyutlarının aracı etkileri incelenmiştir. Benlik ile ilgili konular alt boyutu dışındaki alt ölçeklerin aracı rolünün olmadığı görülmüş ve güvensiz bağlanma tarzı ile depresyon puanları arasındaki ilişkideki bu değişkenin aracı rolüne ilişkin model Şekil 3.8' de sunulmuştur.

Şekil 3.8'de görüldüğü gibi, güvensiz bağlanma tarzının, yordanan değişken olan depresyon puanları ( $\beta = .68$ ,  $t = 16.07$ ,  $p = .000$ ) üzerine  $p < .001$  düzeyinde



anlamli doğrudan etkisi bulunmaktadir (Adım 1). Buna ek olarak, güvensiz bağlanma tarzı, aracı değişkenler olan kişisel gelecek ( $\beta = .01$ ,  $t = 3,29$ ,  $p = .001$ ), karşı cins ve madde kullanımı ( $\beta = .01$ ,  $t = 3.73$ ,  $p = .000$ ), ulusal ve evrensel konular ( $\beta = .01$ ,  $t = 2.24$ ,  $p = .025$ ), sosyal kimlik ( $\beta = .03$ ,  $t = 9.52$ ,  $p = .000$ ), kişilerarası ilişkiler ( $\beta = .00$ ,  $t = 1.47$ ,  $p = .142$ ), sağlık ve ekonomik konular ( $\beta = .01$ ,  $t = 4.66$ ,  $p = .000$ ) ve benlik ile ilgili konular ( $\beta = .02$ ,  $t = 5.27$ ,  $p = .000$ ) değerlerine bakıldığında kişilerarası ilişkiler alt boyutu anlamli düzeyde etkiye sahip değilken diğer alt boyutların doğrudan etkilerinin bulunduğu görölmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan depresyon puanları üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, kişisel gelecek ( $\beta = .22$ ,  $t = .33$ ,  $p = .738$ ), karşı cins ve madde kullanımı ( $\beta = 2.06$ ,  $t = 2.70$ ,  $p = .007$ ), ulusal ve evrensel konular ( $\beta = .14$ ,  $t = .17$ ,  $p = .866$ ), sosyal kimlik ( $\beta = .55$ ,  $t = .66$ ,  $p = .506$ ), kişilerarası ilişkiler ( $\beta = -.65$ ,  $t = -1.19$ ,  $p = .236$ ) ve sağlık ve ekonomik konular ( $\beta = 1.11$ ,  $t = 1.42$ ,  $p = .156$ ) anlamli düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görölmüştür. Benlik ile ilgili konular ( $\beta = 2.24$ ,  $t = 4.83$ ,  $p = .000$ ) aracı değişkeninin ise yordanan değişken olan depresyon puanları üzerinde anlamli düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). Güvensiz bağlanma tarzı ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), güvensiz bağlanma tarzı ile depresyon puanları arasındaki ilişki azalmış ve ancak öncekine göre anlamlilik düzeyinde azalma olmadığı görölmüştür ( $\beta = .60$ ,  $t = 13.15$ ,  $p = .000$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin güvensiz bağlanma tarzı ile depresyon puanları arasındaki ilişkide “kışmisi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamli olduğu ( $F(8, 481) = 40.21$ ,  $p = .000$ ) ve varyansın %40’ını açıkladığı saptanmıştır.



**Şekil 3.8:** EKÖ Alt Boyutlarının , Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Depresyon Puanları Arasındaki İlişide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.'de görüldüğü gibi, yedi aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = .09 ve %95 BCa GA [.0871, .0006]). Diğer bir deyişle, ergenlik konuları ölçeğinin yedi alt boyut değişkeni, güvensiz bağlanma tarzı ile depresyon puanları arasındaki ilişkiye kısmi

aracılık etmektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu yedi değişkenden benlik ile ilgili konular (nokta tahmin = .05 ve %95 BCa GA [.0518, .0000]) değişkeninin güvensiz bağlanma tarzı ile depresyon puanları arasında anlamlı kısmi aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.17.** *Depresyon Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları*

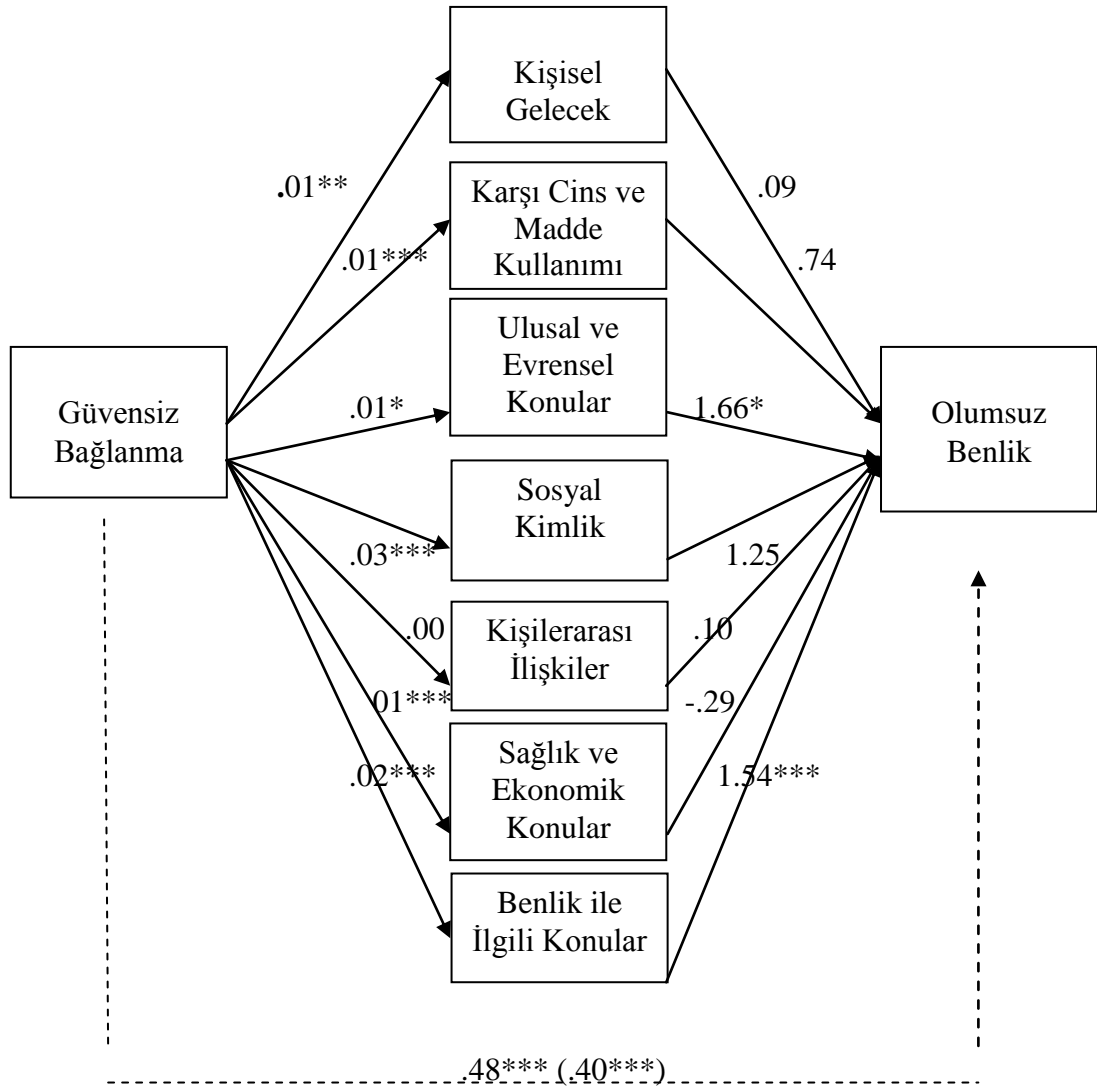
Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.09</b>	<b>.025</b>	<b>3.77</b>	<b>.000</b>	<b>.0420</b>	<b>.1417</b>
Kişisel gelecek	.00	.008	.34	.738	-.0117	.0205
Karşı cins.-madde kul.	.00	.010	.17	.866	.0173	.0209
Ulusal-evrensel konu.	.00	.006	.70	.481	-.0042	.0222
Sosyal kimlik	.01	.026	.67	.503	-.0329	.0655
Kişilerarası ilişkiler	-.00	.005	-.93	.353	-.0181	.0013
Sağlık-ekonomik konu.	.01	.011	1.37	.171	-.0044	.0434
Benlik ile ilgili konu.	.05	.016	3.58	.000	.0256	.0898

### 3.4.2.3. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Olumsuz benlik Puanları Arasındaki İlişkide Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü

Güvensiz bağlanma tarzı ile kısa semptom envanterinin alt boyutlarından olumsuz benlik puanları arasındaki ilişkide ergenlik konuları ölçeği alt boyutlarının aracı etkileri incelenmiştir. “Ulusal ve evrensel konular” ve “benlik ile ilgili konular” alt boyutları dışındaki alt ölçeklerin aracı rollerinin olmadığı görülmüş ve “güvensiz

bağlanma tarzı” ile “olumsuz benlik” puanları arasındaki ilişkide bu değişkenlerin aracı rollerine ilişkin standardize olmayan beta değerlerini gösteren model Şekil 3.9’da sunulmuştur.

Şekil 3.9’da görüldüğü gibi, “güvensiz bağlanma tarzının”, yordanan değişken olan “olumsuz benlik” puanları ( $\beta = .48, t = 12.05, p = .000$ ) üzerine  $p < .001$  düzeyinde anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, “güvensiz bağlanma tarzı”, aracı değişkenler olan “kişisel gelecek” ( $\beta = .01, t = 3.29, p = .001$ ), “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ( $\beta = .01, t = 3.73, p = .000$ ), “ulusal ve evrensel konular” ( $\beta = .01, t = 2.24, p = .025$ ), “sosyal kimlik” ( $\beta = .03, t = 9.52, p = .000$ ), “kişilerarası ilişkiler” ( $\beta = .00, t = 1.47, p = .142$ ), “sağlık ve ekonomik konular” ( $\beta = .01, t = 4.66, p = .000$ ) ve “benlik ile ilgili konular” ( $\beta = .02, t = 5.27, p = .000$ ) değerlerine bakıldığında “kişilerarası ilişkiler” alt boyutu anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken diğer alt boyutların doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan “olumsuz benlik” puanları üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, “kişisel gelecek” ( $\beta = .09, t = .15, p = .878$ ), “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ( $\beta = .74, t = .97, p = .334$ ), “sosyal kimlik” ( $\beta = 1.25, t = 1.62, p = .107$ ), “kişilerarası ilişkiler” ( $\beta = .10, t = .20, p = .841$ ) ve “sağlık ve ekonomik konular” ( $\beta = -.29, t = -.39, p = .695$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür.



**Şekil 3.9:** EKÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma tarzı ile Olumsuz Benlik Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

“Ulusal ve evrensel konular” ( $\beta = 1.66$ ,  $t = 2.31$ ,  $p = .021$ ), “benlik ile ilgili konular” ( $\beta = 1.53$ ,  $t = 3.51$ ,  $p = .000$ ) aracı değişkenlerinin ise yordanan değişken olan “olumsuz benlik” puanları üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). “Güvensiz bağlanma tarzı” ve tüm aracı değişkenler

denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), “güvensiz bağlanma tarzı” ile “olumsuz benlik” puanları arasındaki ilişki azalmış, ancak öncekine göre anlamlılık düzeyinde azalma olmadığı görülmüştür ( $\beta = .40$ ,  $t = 9.31$ ,  $p = .000$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin “güvensiz bağlanma tarzı” ile “olumsuz benlik” puanları arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(8, 481) = 25.88$ ,  $p = .000$ ) ve varyansın %30’unu açıkladığı saptanmıştır.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.18’de görüldüğü gibi, yedi aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = .09 ve %95 BCa GA [.0872, .0004]). Diğer bir deyişle, ergenlik konuları ölçeğinin yedi alt boyut değişkeni, “güvensiz bağlanma tarzı” ile “olumsuz benlik” puanları arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu yedi değişkenden “ulusal ve evrensel konular” (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0107, .0003]) ve “benlik ile ilgili konular” (nokta tahmin = .04 ve %95 BCa GA [.0360, .0008]) değişkenlerinin “güvensiz bağlanma tarzı” ile “olumsuz benlik” puanları arasında anlamlı kısmi aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.18.** *Olumsuz Benlik Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları*

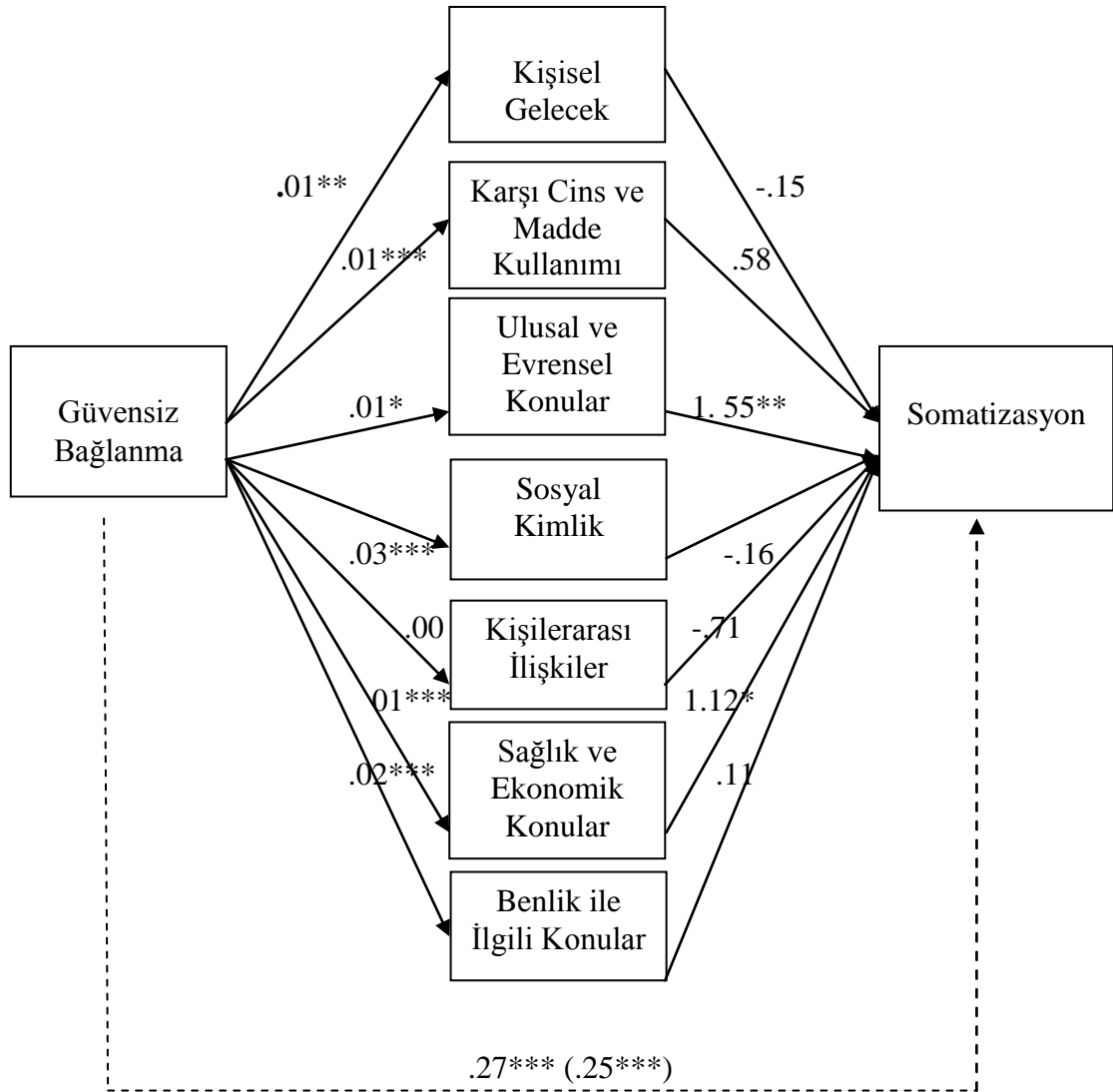
Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.09</b>	<b>.024</b>	<b>3.97</b>	<b>.000</b>	<b>.0413</b>	<b>.1388</b>
Kişisel gelecek	.00	.007	.15	.877	-.0108	.0161
Karşı cins.-madde kul.	.01	.009	.94	.345	-.0076	.0275
Ulusal-evrensel konu.	.01	.008	1.62	.106	.0002	.0333
Sosyal kimlik	.04	.025	1.61	.108	-.0091	.0909
Kişilerarası ilişkiler	.00	.004	.20	.841	-.0063	.0103
Sağlık-ekonomik konu.	-.00	.011	-.39	.693	-.0283	.0158
Benlik ile ilgili konu.	.04	.014	2.94	.003	.0128	.0675

#### **3.4.2.4. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Somatizasyon Puanları Arasındaki İlişkide Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü**

“Güvensiz bağlanma tarzı” ile kısa semptom envanterinin alt boyutlarından “somatizasyon” puanları arasındaki ilişkide ergenlik konuları ölçeği alt boyutlarının aracı etkileri, aracı değişkenleri hem bir arada hem de ayrı ayrı ele alan PROCESS Multiple Mediation Model 4 (Hayes, 2012) ile incelenmiştir. “Ulusal ve evrensel konular” ve “sağlık ve ekonomik konular” alt boyutları dışındaki alt boyutların aracı rollerinin olmadığı görülmüş ve “güvensiz bağlanma tarzı” ile “somatizasyon” puanları arasındaki ilişkide bu değişkenlerin aracı rollerine ilişkin standardize olmayan beta değerlerini gösteren model Şekil 3.10’ da sunulmuştur.

Şekil 3.10'da görüldüğü gibi, “güvensiz bağlanma tarzının”, yordanan değişken olan “somatizasyon” puanları ( $\beta = .27, t = 9.12, p = .000$ ) üzerine  $p < .001$  düzeyinde anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, “güvensiz bağlanma tarzı”, aracı değişkenler olan “kişisel gelecek” ( $\beta = .01, t = 3.29, p = .001$ ), “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ( $\beta = .01, t = 3.73, p = .000$ ), “ulusal ve evrensel konular” ( $\beta = .01, t = 2.24, p = .025$ ), “sosyal kimlik” ( $\beta = .03, t = 9.52, p = .000$ ), “kişilerarası ilişkiler” ( $\beta = .00, t = 1.47, p = .142$ ), “sağlık ve ekonomik konular” ( $\beta = .01, t = 4.66, p = .000$ ) ve “benlik ile ilgili konular” ( $\beta = .02, t = 5.27, p = .000$ ) değerlerine bakıldığında “kişilerarası ilişkiler” alt boyutu anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken diğer alt boyutların doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan “somatizasyon” puanları üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, “kişisel gelecek” ( $\beta = -.15, t = -.33, p = .740$ ), “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ( $\beta = .58, t = 1.00, p = .319$ ), “sosyal kimlik” ( $\beta = -.16, t = -.27, p = .786$ ), “kişilerarası ilişkiler” ( $\beta = -.70, t = -1.80, p = .072$ ) ve “benlik ile ilgili konular” ( $\beta = .11, t = .33, p = .744$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür. “ulusal ve evrensel konular” ( $\beta = 1.55, t = 2.84, p = .005$ ), “sağlık ve ekonomik konular” ( $\beta = 1.12, t = 1.99, p = .047$ ) aracı değişkenlerinin ise yordanan değişken olan “somatizasyon” puanları üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). “Güvensiz bağlanma tarzı” ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), “güvensiz bağlanma tarzı” ile “somatizasyon” puanları arasındaki ilişki azalmış, ancak öncekine göre anlamlılık düzeyinde azalma olmadığı görülmüştür ( $\beta = .25, t = 7.64, p = .000$ ).





**Şekil 3.10:** EKÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Somatizasyon Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

Buradan hareketle, aracı değişkenlerin “güvensiz bağlanma tarzı” ile “somatizasyon” puanları arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(8, 481) = 13.55, p = .000$ ) ve varyansın %18’ini açıkladığı saptanmıştır.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.19’da görüldüğü gibi, yedi aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlı bulunmamıştır (nokta tahmin = .02 ve %95 BCa GA [.0237, .0002]). Diğer bir deyişle, ergenlik konuları ölçeğinin yedi alt boyut değişkeni, “güvensiz bağlanma tarzı” ile “somatizasyon” puanları arasındaki ilişkiye aracılık etmemektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu yedi değişkenden “ulusal ve evrensel konular” (nokta tahmin = .01 ve %95 BCa GA [.0100, .0003]) ve “sağlık ve ekonomik konular” (nokta tahmin = .02 ve %95 BCa GA [.0150, -.0005]) değişkenlerinin “güvensiz bağlanma tarzı” ile “somatizasyon” puanları arasında anlamlı kısmi aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.19.** Somatizasyon Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları

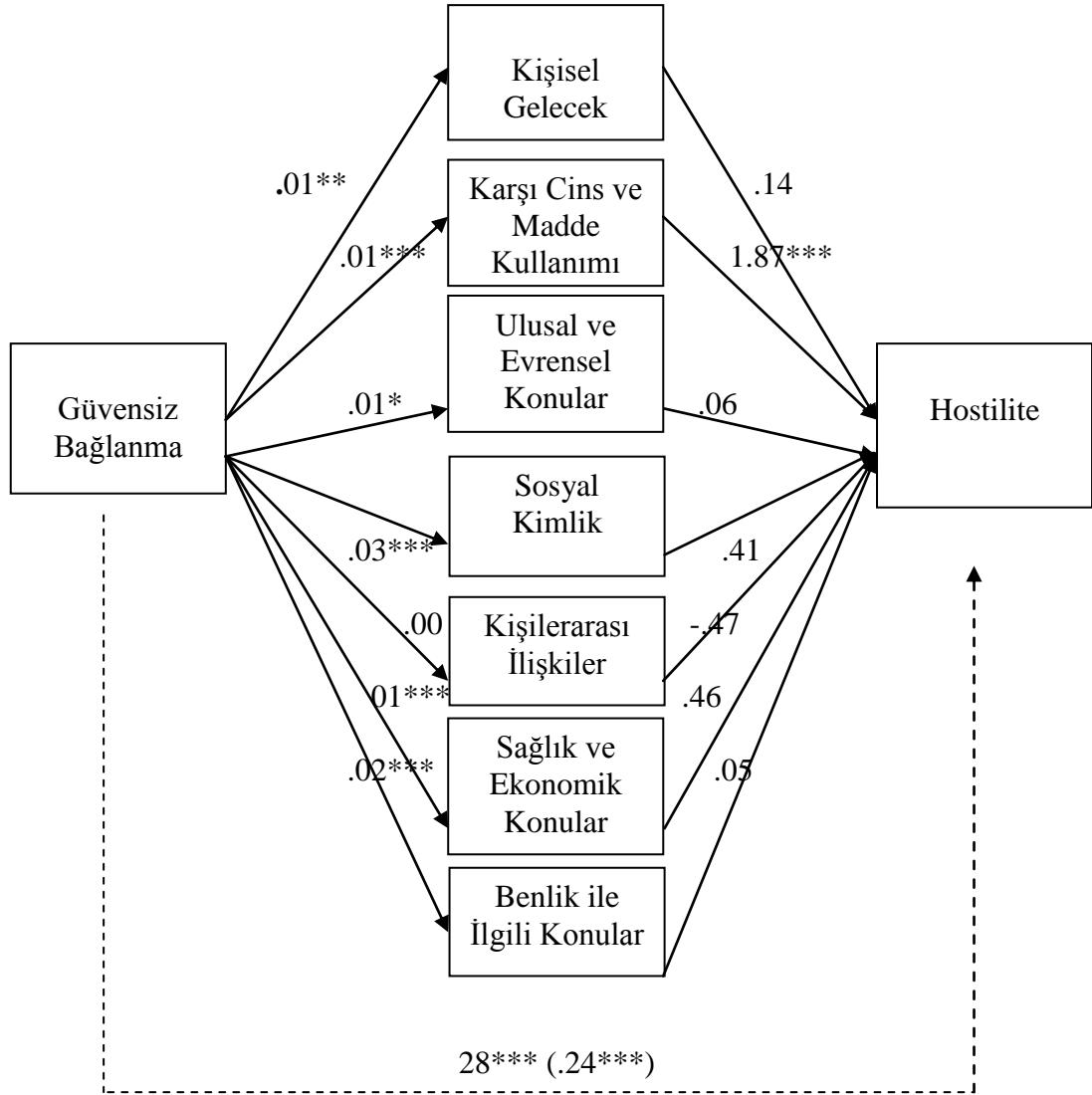
Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.02</b>	<b>.017</b>	<b>1.55</b>	<b>.122</b>	<b>-.0070</b>	<b>.0569</b>
Kişisel gelecek	-.00	.005	-.33	.739	-.0132	.0082
Karşı cins.- madde kul.	.01	.007	.97	.331	-.0055	.0247
Ulusal-evrensel konu.	.01	.007	1.77	.077	.0003	.0256
Sosyal kimlik	-.00	.019	-.27	.785	-.0437	.0310
Kişilerarası ilişkiler	-.00	.004	-1.14	.252	-.0159	.0009
Sağlık-ekonomik konu.	.02	.009	1.85	.065	.0012	.0385
Benlik ile ilgili konu.	.00	.008	.33	.743	-.0139	.0188

### 3.4.2.5. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Hostilite Puanları Arasındaki İlişkide Ergenlik Konuları Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rolü

“Güvensiz bağlanma tarzı” ile kısa semptom envanterinin alt boyutlarından “hostilite” puanları arasındaki ilişkide ergenlik konuları ölçeği alt boyutlarının aracı etkileri incelenmiştir. “Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” alt boyutu dışındaki alt boyutların aracı rollerinin olmadığı görülmüş ve “güvensiz bağlanma tarzı” ile “hostilite” puanları arasındaki ilişkide bu değişkenlerin aracı rollerine ilişkin standardize olmayan beta değerlerini gösteren model Şekil 3.11’de sunulmuştur.

Şekil 3.11’de görüldüğü gibi, “güvensiz bağlanma tarzının”, yordanan değişken olan “hostilite” puanları ( $\beta = .28, t = 11.03, p = .000$ ) üzerine  $p < .001$  düzeyinde anlamlı doğrudan etkisi bulunmaktadır (Adım 1). Buna ek olarak, “güvensiz bağlanma tarzı”, aracı değişkenler olan “kişisel gelecek” ( $\beta = .01, t = 3.29, p = .001$ ), “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ( $\beta = .01, t = 3.73, p = .000$ ), “ulusal ve evrensel konular” ( $\beta = .01, t = 2.24, p = .025$ ), “sosyal kimlik” ( $\beta = .03, t = 9.52, p = .000$ ), “kişilerarası ilişkiler” ( $\beta = .00, t = 1.47, p = .142$ ), “sağlık ve ekonomik konular” ( $\beta = .01, t = 4.66, p = .000$ ) ve “benlik ile ilgili konular” ( $\beta = .02, t = 5.27, p = .000$ ) değerlerine bakıldığında “kişilerarası ilişkiler” alt boyutu anlamlı düzeyde etkiye sahip değilken diğer alt boyutların doğrudan etkilerinin bulunduğu görülmektedir (Adım 2). Aracı değişkenlerin, yordanan değişken olan “hostilite” puanları üzerindeki yordayıcı etkisi araştırıldığında, “kişisel gelecek” ( $\beta = .14, t = .35, p = .728$ ), “ulusal ve evrensel konular” ( $\beta = .06, t = .12, p = .900$ ), “sosyal kimlik” ( $\beta = .41, t = .83, p = .407$ ), “kişilerarası ilişkiler” ( $\beta = -.47, t = -1.41, p = .158$ ), “sağlık

ve ekonomik konular” ( $\beta = .46, t = .99, p = .328$ ) ve “benlik ile ilgili konular” ( $\beta = .05, t = .18, p = .854$ ) anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin bulunmadığı görülmüştür.



**Şekil 3.11:** EKÖ Alt Boyutlarının, Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Hostilite Puanları Arasındaki İlişkide Aracı Rollerini. Şekilde standardize olmayan betalara yer verilmiştir.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

“Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ( $\beta = 1.87, t = 3.81, p = .000$ ) aracı değişkeninin ise yordanan değişken olan “hostilite” puanları üzerinde anlamlı düzeyde doğrudan etkilerinin olduğu saptanmıştır (Adım 3). “Güvensiz bağlanma tarzı” ve tüm aracı değişkenler denkleme eşzamanlı girdiğinde (Adım 4), “güvensiz bağlanma tarzı” ile “hostilite” puanları arasındaki ilişki azalmış, ancak öncekine göre anlamlılık düzeyinde azalma olmadığı görülmüştür ( $\beta = .24, t = 8.82, p = .000$ ). Buradan hareketle, aracı değişkenlerin “güvensiz bağlanma tarzı” ile “hostilite” puanları arasındaki ilişkide “kısmi aracılık” etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm modelin, anlamlı olduğu ( $F(8, 481) = 20.20, p = .000$ ) ve varyansın %25’ini açıkladığı saptanmıştır.

Aracı değişkenlerin kısmi aracılık etkilerinin anlamlı olup olmadığı, 1000 kişilik bootstrap örnekleme üzerinde incelenmiştir. Tablo 3.20’de görüldüğü gibi, yedi aracı değişkenin toplam dolaylı etkisi anlamlıdır (nokta tahmin = .04 ve %95 BCa GA [.0391, .0006]). Diğer bir deyişle, ergenlik konuları ölçeğinin yedi alt boyut değişkeni, “güvensiz bağlanma tarzı” ile “hostilite” puanları arasındaki ilişkiye kısmi aracılık etmektedir. Her aracı değişken tek tek ele alındığında ise, bu yedi değişkenden “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” (nokta tahmin = .02 ve %95 BCa GA [.0204, .0003]) değişkeninin “güvensiz bağlanma tarzı” ile “hostilite” puanları arasında anlamlı kısmi aracılık etkileri gösterdiği ortaya çıkmıştır.

**Tablo 3.20.** *Hostilite Puanları Üzerinde Toplam ve Spesifik Dolaylı Etkiler İçin Nokta Tahminleri, Bias-Corrected and Accelerated (BCa) Güven Aralıkları*

Değişkenler	Product of coefficients				%95 BCa Güven Aralığı	
	Nokta Tahmini	SE	Z	P	Düşük	Yüksek
<b>Toplam</b>	<b>.04</b>	<b>.014</b>	<b>2.89</b>	<b>.004</b>	<b>.0156</b>	<b>.0685</b>
Kişisel gelecek	.00	.005	.35	.727	-.0071	.0118
Karşı cins.-madde kul.	.02	.008	2.68	.007	.0065	.0393
Ulusal-evrensel konular	.00	.003	.13	.900	-.0054	.0086
Sosyal kimlik	.01	.013	.83	.404	-.0128	.0420
Kişilerarası ilişkiler	-.00	.003	-1.02	.306	-.0126	.0008
Sağlık-ekonomik konu.	.01	.006	.96	.335	-.0051	.0205
Benlik ile ilgili konular	.00	.007	.18	.853	-.0122	.0150

**Tablo 3.21.** *Güvensiz Bağlanma tarzının KSE Alt Boyutlarını Yordamasında Aracılık Eden EKÖ Alt Boyutları*

Bağımsız Değişken	Aracı Değişken	Bağımlı Değişken
Güvensiz Bağlanma Tarzı	<i>Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı</i>	Anksiyete
Güvensiz Bağlanma Tarzı	<i>Benlik ile İlgili Konular</i>	Anksiyete
Güvensiz Bağlanma Tarzı	<i>Benlik ile İlgili Konular</i>	Depresyon
Güvensiz Bağlanma Tarzı	<i>Ulusal ve Evrensel Konular</i>	Olumsuz Benlik
Güvensiz Bağlanma Tarzı	<i>Benlik ile İlgili Konular</i>	Olumsuz Benlik
Güvensiz Bağlanma Tarzı	<i>Ulusal ve Evrensel Konular</i>	Somatizasyon
Güvensiz Bağlanma Tarzı	<i>Sağlık ve Ekonomik Konular</i>	Somatizasyon
Güvensiz Bağlanma Tarzı	<i>Karşı Cinsle İlişkiler ve Madde Kullanımı</i>	Hostilite

### **3.5. DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE İLİŞKİN BULGULAR**

#### **3.5.1. Yaş, Toplam Gelir, Anne Eğitim ve Baba Eğitim Değişkenlerine İlişkin Korelasyonlar**

Demografik değişkenlerden yaş ve toplam gelir ile diğer tüm değişkenler arasındaki ilişkileri saptamak üzere Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Anne eğitim ve baba eğitim ile diğer değişkenler arasındaki ilişkiye ise bu değişkenlerin süreksiz değişken olmasında dolayı Spearman Korelasyon Analizi ile bakılmıştır.

Demografik değişkenlerle ergenlik konuları ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkilere bakıldığında, toplam gelir, anne eğitim ve baba eğitim ile karşı cins- madde kullanımı alt boyutu arasında .11 ( $p<.05$ ) ile .17 ( $p<.01$ ) arasında değişen pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Yaş değişkeni ile ulusal ve evrensel konular ( $r=.18$ ,  $p<.01$ ) alt boyutu ve kişilerarası ilişkiler ( $r=.10$ ,  $p<.05$ ) alt boyutu arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler olduğu belirlenirken toplam gelir, anne eğitim ve baba eğitim değişkenleri ile bu iki alt boyut arasında anlamlı ilişkiler olmadığı belirlenmiştir. Sağlık-ekonomik konular hakkında düşünme sıklığı ile yaş ( $r=.18$ ,  $p<.01$ ) ve baba eğitimi ( $r=.18$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler göstermektedir. Yaş, anne eğitim ve baba eğitim demografik değişkenleri ile benlik ile ilgili konular alt boyutu arasındaki pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler .11( $p<.05$ ) ile .16 ( $p<.01$ ) arasında değişmektedir.

**Tablo 3.22.** Yaş, Toplam Gelir, Anne Eğitim ve Baba Eğitim demografik Değişkenleri ile Diğer Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

	Yaş	Toplam gelir	Anne eğitim	Baba Eğitim
<b>EKÖ</b>				
Kişisel gelecek	.01	-.03	.06	.05
Karşı cins-madde kullan.	.02	.11*	.17**	.16**
Ulusal-evrensel konular	.18**	-.04	.03	.08
Sosyal kimlik	.02	.06	.05	.05
Kişilerarası ilişkiler	.10*	-.10	-.05	-.03
Sağlık-ekonomik konular	.17**	-.02	.08	.13**
Benlik ile ilgili konular	.11*	-.06	.12**	.16**
<b>ÇBBÖ</b>				
Olumlu anne algısı	.02	-.17**	.02	-.04
Olumsuz baba a.	-.02	.10*	.02	-.01
Olumlu baba a.	.10*	-.11*	.03	.03
Olumsuz kendilik a.	-.01	.04	-.03	-.01
Olumlu kendilik a.	-.00	.01	.12**	.10*
<b>ÖŞÖ</b>				
Toplam puanı	.07	-.06	-.08	-.06
Öz- yargılama	.02	.05	.14**	.10*
Öz- sevecenlik	.11*	-.01	.01	-.01
Paylaş. bilincinde olma	.17**	-.01	.05	.00
İzolasyon	.01	.04	.08	.04
Bilgece farkındalık	.11*	-.05	.03	-.00
Aşırı özdeşleşme	.04	.08	.11**	.06
<b>KSE</b>				
Toplam puan	-.04	.07	-.05	.02
Anksiyete	-.04	.08	.00	.05
Depresyon	.02	.03	-.05	.01
Olumsuz benlik	-.05	.02	-.06	-.00
Somatizasyon	-.06	.12*	-.07	.00
Hostilite	-.08	.08	-.04	.02

\* p<.05, \*\* p<.01



### 3.5.2. Tüm Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından İncelenmesi

Ergenlik Konuları Ölçeği alt boyutları, Çok boyutlu Bağlanma Ölçeği alt boyutları, Öz-Şefkat Ölçeği toplam puan ve alt boyutları son olarak Kısa Semptom Envanteri toplam puan ve alt boyutlarından alınan puanların cinsiyet değişkeni açısından farklılaşma olup olmadığını belirlemek için “bağımsız gruplar için t- testi” kullanılmıştır.

Tablo 3.23.’de görüldüğü gibi Ergenlik Konuları Ölçeği’nin alt boyutlarından alınan puanların cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı iki ölçekten, kadınlar kişisel gelecek alt boyutundan erkeklere göre daha yüksek puan alırken; erkekler ise karşı cins ve madde kullanımı alt boyutundan kadınlara göre daha yüksek puanlar almışlardır. Her iki alt boyut için de aralarındaki fark  $p < .001$  düzeyinde anlamlıdır.

ÇBBÖ’den alınan puanlara bakıldığında kadınlar ile erkekler arasında olumsuzluk kendilik algısı puanları açısından  $p < .001$  düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre kadınlar erkeklere göre daha fazla olumsuz kendilik algısına sahip oldukları söylenebilir.

**Tablo 3.23.** Tüm Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyet Değişkeni Açısından Karşılaştırılması

Değişken	Kadın (n=293)		Erkek (n=196)		t
	X	SS	X	SS	
<b>EKÖ</b>					
Kişisel gelecek	3.15	.65	2.91	.69	3.96***
Karşı cins-madde kul.	2.04	.49	2.08	.61	-6.78***
Ulusal-evrensel konu.	2.12	.52	2.15	.57	-.44
Sosyal kimlik	2.38	.61	2.27	.66	1.80
Kişilerarası ilişkiler	2.97	.76	2.84	.76	1.82
Sağlık-ekono. konu.	2.58	.60	2.50	.57	1.48
Benlik ile ilgili konu.	2.21	.89	2.10	.84	1.38
<b>ÇBBÖ</b>					
Olumlu anne alg.	24.06	4.96	23.27	4.18	1.84
Olumsuz baba alg.	8.17	3.73	8.58	3.73	-1.21
Olumlu baba alg.	21.69	6.14	21.30	5.36	-.01
Olumsuz kendilik alg.	27.98	7.75	23.78	6.78	6.16***
Olumlu kendilik a.	32.50	4.62	31.81	5.50	1.48
<b>ÖŞÖ</b>					
Toplam Puan	3.11	.64	3.08	.48	.51
Öz-yargılama	2.39	.93	2.40	.85	-.14
Öz-sevecenlik	2.80	.82	2.67	.81	1.66
Paylaş. bilinc. olma	2.79	.87	2.52	.78	3.50**
İzolasyon	2.67	.95	2.62	.96	.51
Bilgece farkındalık	2.94	.92	2.91	.88	.35
Aşırı özdeşleşme	2.79	.99	2.57	.90	2.57*
<b>KSE</b>					
Toplam puan	60.42	36.02	54.18	33.46	1.93
Anksiyete	13.02	9.34	12.28	8.80	.88
Depresyon	17.18	10.52	13.15	9.23	4.35***
Olumsuz Benlik	11.99	9.00	11.80	8.65	.20
Somatizasyon	8.29	6.66	6.60	5.44	2.96**
Hostilite	9.93	5.41	10.33	5.63	-.77

\*p<.05; \*\*p<.01; \*\*\*p<.001

ÖŞÖ'nün alt boyutlarından alınan puanlara bakıldığında, kadınların hem paylaşımların bilincinde olma ( $p<.01$ ) hem de öz- sevecenlik ( $p<.05$ ) alt boyutundan aldıkları puanların erkeklerin aldıkları puanlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

KSE'den alınan puanlara bakıldığında ise kadınların depresyon alt boyutundan aldıkları puanlar erkeklerin aldıkları puanlarla karşılaştırıldığında aradaki farkın  $p<.001$  düzeyinde anlamlı olduğu; dolayısıyla kadınların erkeklere göre daha fazla depresif belirtiler gösterme eğiliminde olduğu söylenebilir. Ayrıca somatizasyon alt boyutunda da aradaki fark  $p<.01$  düzeyinde anlamlıdır. Somatizasyon alt boyutundan da kadınlar erkeklere göre daha fazla puan almışlardır.

## **BÖLÜM 4**

### **TARTIŞMA**

Çalışmanın temel amacı, giriş bölümünde de belirtildiği gibi ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların neler olabileceğinin belirlenmesi ve bu konular hakkında düşünme sıklığı ile bağlanma tarzları, öz-şefkat ve psikolojik belirtiler arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkileri araştırmaktır. Bu bölümde, bulgular bölümündeki sonuçlar ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmıştır.

#### **4.1. Ergenlik Konuları' na İlişkin Bulguların Değerlendirilmesi**

Violato ve Holden' in (1988) ve Şahin ve Şahin' in (1995) çalışmasında da yer alan, ergenlik döneminde bireylerin zihinlerini meşgul eden, onların duygularını ve psikolojik sağlıklarını etkileyebileceği düşünülen ve hayatlarında önemli olarak nitelendirebilecekleri konular ile ilgili alanyazına giriş bölümünde yer verilmiştir.

Şahin ve Şahin' in (1995) çalışmasında “sosyal kimlik konuları, ulusal ve evrensel konular, kişilerarası ilişki konuları, kişisel gelecek konuları ve madde kullanımı konuları” olmak üzere beş faktörden oluşan Ergenlik Konuları Ölçeği; mevcut çalışmada yapılan faktör analizi sonuçlarına göre yedi faktörde toplanmıştır. Ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuları içeren bu yedi faktör mevcut çalışmada, “kişisel gelecek”, “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı”, “ulusal ve evrensel konular”, “sosyal kimlik”, “kişilerarası ilişkiler”, “sağlık ve ekonomik

konular”, “benlik ile ilgili konular” olarak adlandırılmıştır. Adı geçen yedi faktörden alınan puanlar, yedi farklı ergenlik konusu hakkında düşünme sıklığını göstermektedir.

EKÖ’ nün yedi alt boyutundan ilki olan, “kişisel gelecek” alt boyutu, okuldaki başarı, iyi bir eğitim almak ve lise ya da üniversite sınavlarını geçmek gibi konularla ilgili maddeleri içermektedir. Bir meslek sahibi olabilmek için üniversitelere giriş sınavının son derece önemli olduğu ülkemizde, ergenlik dönemiyle birlikte bu tür konular hakkında sıklıkla düşünülmesi beklenen bir durumdur. Ergenlerle ilgili araştırmaların (Örneğin; Adwere-Boamah ve Curtis, 1993; Kulaksızoğlu, 1985, akt.,Kulaksızoğlu, 2001; Yücedağ, 1994) ortak sonuçlarına bakıldığında da ergenlerin zihinlerinin, gelecekte ne yapacakları, nasıl bir mesleğe sahip olup, nasıl bir yaşam sürdürecekleri ile ilgili konularla sıklıkla meşgul olduğu; gelecekteki hayatlarına yönelik olarak atacakları adımları önemsedikleri ve özerkleşmeye çalıştıkları sonucu çıkarılabilir. EKÖ’ nün 46 maddesi hakkında düşünme sıklıkları açısından ortalamalar incelendiğinde, Şahin ve Şahin’ in (1995) bulguları ile tutarlı olarak, en sık düşünülen 10 maddeden beşinin “kişisel gelecek” faktörü altına giren maddeler olduğu görülmektedir.

İkinci alt boyut olan “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” alt boyutundaki maddeler değerlendirildiğinde, karşı cinsle ilişkiler ile ilgili maddelerin madde kullanımı ile aynı faktörde yer aldığı görülmektedir. Buna göre, hemcinsleriyle yakın ilişkilerden karşı cins ile yakın ilişkiler kurma aşamasına hızla geçilen bu dönemde, erkek ergenlerin zihinlerinin kadınlarla; kadın ergenlerin

zihinlerinin ise erkeklerle meşgul olması gelişim dönemi özellikleri ile uyumludur. Ancak, ergenlik döneminin en doğal gelişim özelliklerinden biri olan bu konunun, madde kullanımı ile aynı faktör altında yer alması, toplumsal ve kültürel etkilerin varlığını akla getirmektedir. Dolayısıyla, karşı cinsle olan yakınlaşmalar da ergenler tarafından, toplumsal ve dinsel açıdan hoş görülmeleyen davranışlar olan sigara-alkol kullanımı gibi değerlendiriliyor olabilir. Ergenlik dönemindeki bireylerin zihinlerini en az sıklıkla meşgul eden 2 maddenin “madde kullanımı” ile ilgili maddelerden oluşması, mevcut araştırma bulgularının benzer araştırma sonuçlarını desteklediğini göstermektedir (Şahin ve Şahin, 1995; Violato ve Holden, 1988).

Ergenlerin karşı cinsle ilişkilerini içeren, flört kaygısı ile ilişkili olabileceği düşünülen 6 maddeden “Arkadaşlarımın sevgilim ile beni birbirimize yakıştırıp yakıştırmaması” ve “Sevgilimin tercih edilen bir insan olup olmadığı” maddeleri “sosyal kimlik” faktörü altında yer almıştır. Diğer 4 madde ise beklenildiği gibi *karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı* altında yer almıştır. Bu iki maddenin *sosyal kimlik* faktörüne girmesi, ergenlerin birlikte oldukları kişilerin özelliklerini kendi özellikleri kadar önemsediklerinin ve kendi kimlikleri ile özdeşleştirdiklerinin bir göstergesi olabilir.

Ergenlik dönemi, bilişsel yeterliğin de gelişmesiyle birlikte ulusal, evrensel, dinsel ve politik konulara olan ilginin arttığı bir dönem haline gelmektedir. Üzerinde en az sıklıkla düşünülen beş maddeye bakıldığında 3 maddenin *ulusal ve evrensel konular* ile ilgili maddeler olduğu görülmektedir. Ergenlerin bu önemli gelişim döneminde, toplumsal, ulusal, evrensel konulara ve politikaya da ilgileri artar

(Yörükoğlu, 2004). Ancak, benmerkezlilik özelliğinin hakim olduğu bu dönemde, ergenlerin kendileriyle ilgili konulara daha fazla odaklandığı da bilinmektedir (Elkind, 1970). Dolayısıyla, ulusal ve evrensel konular hakkında en az sıklıkla düşünülüyor olunması, bu dönemde bu konular hakkındaki ilginin henüz artmaya başlamasıyla ve ergenliğin başında olanların benmerkezlilik özelliklerinin daha etkin olmasıyla ilişkili olabilir.

Benzer şekilde kimlik kazanma ihtiyacı da ergenlik gelişim döneminin en önemli özelliklerinden biri olduğu için *sosyal kimlik* konusu da önemli bir faktör olarak yerini almıştır. *Kişilerarası ilişkiler*, ergenin kimliğini kazanmasında son derece önemli olmaktadır. Ergenlerin yaşadığı çatışmalar ya da yakın, destekleyici ilişkiler de bu dönemde zihinlerini sıkça meşgul eden konuları oluşturan yedi faktörden biridir ve zihinlerini en sık meşgul eden 10 maddeden 2' sinin bu faktöre ait olduğu görülmektedir. Bu sonuç, kimlik kazanımı ve yetişkinlik dönemindeki sosyal ve yakın ilişkiler için alt yapı hazırlığının ergenlik dönemi görevlerinden biri olduğu (Dinçel, 2006), bilgisini desteklemektedir. Sonuç olarak, bağımlılık ve özerkleşmeyle birlikte kişilerarası ilişkiler hakkında sıklıkla düşünüyor olmanın, ergenlik dönemi gelişim özellikleriyle uyum içerisinde olduğu düşünülmektedir.

EKÖ' nün 46 maddesi hakkında düşünme sıklıkları açısından ortalamalara bakıldığında, en sık düşünülen maddelerden üçünün altında yer aldığı *sağlık ve ekonomik konular* faktörünün, aileye bağımlı olma ve özerkleşme arasında yaşanan çatışmalardan ötürü ergenlerin sıklıkla sorun olarak görebilecekleri bir konu olabilir. Son olarak, Şahin ve Şahin' in (1995) çalışmasında hiçbir faktör altında yer almayan

ergenin kim olduğu ve neye benzediğini keşfetmeye dair merakını içeren maddeler, mevcut çalışmada *benlik ile ilgili konular* faktörü altında yer almıştır.

EKÖ' nün alt boyutları arasındaki korelasyonlar incelendiğinde, beklenildiği gibi tüm alt boyutlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Aralarında en düşük ilişki olduğu belirlenen alt boyutlar, *kişisel gelecek ve karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı* iken; en güçlü ilişkinin, *karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı* ile *sosyal kimlik* arasında olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla, okul başarısı, meslek ve kariyer hakkında çok sık dūřünen ergenlerin *karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı* hakkında daha az dūřündüđü; buna karşın, *sosyal kimlik* hakkında çok sık dūřünen ergenlerin ise *karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı* hakkında çok sık dūřündüđü sonucuna ulaşılabilir. Kimlik arayışının olduğu ve riskli davranışların sayısının fazlalığı ile bilinen bu gelişim döneminde, sigara ve alkol içmenin daha kolay ortaya çıkabileceği bilinmektedir (Kolay- Akfert, akıcı ve akıcı, 2009). Sosyal medyada alkolle çekilen fotoğrafların saptanarak alkol kimliğinin tanımlandığı bir çalışmada, alkol kimlik yapısının olması, alkol kullanımının önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur (Ridout, Campbell ve Ellis, 2012).

Hatırlanacağı gibi, araştırmanın temel değişkeni olan EKÖ' nün yedi alt boyutu ile çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği (BBÖ)' nin beş alt boyutu (olumlu anne algısı, olumsuz baba algısı, olumlu baba algısı, olumsuz kendilik algısı, olumlu kendilik algısı) arasındaki ilişkiler anlamlı bulunmuştur. BBÖ' nün alt boyutlarından olumlu anne algısı, olumlu baba algısı ile olumlu kendilik algısı alt



boyutları güvenli bağlanma tarzını temsil ederken; olumsuz baba algısı ve olumsuz kendilik algısı güvensiz bağlanma tarzını temsil etmektedir (Varlık, 2011). Bu bilgi ışığında, güvenli bağlanma tarzını temsil eden olumlu anne algısı, olumlu baba algısı ve olumlu kendilik algısı puanları yükseldikçe “kişisel gelecek”, “kişilerarası ilişkiler”, “sağlık ve ekonomik konular” hakkında düşünme sıklığı artmaktadır. Güvenli bağlanan ergenlerin “kişisel gelecek” ile ilgili konular hakkında sıklıkla düşünmeleri onların özerkleşmek istemeleri; “sağlık ve ekonomik konular” hakkında düşünme sıklığının artmasının ise ergenlerin bağımlı yanlarıyla ilişkili olabileceği; maddi ve manevi açıdan ailelerinden kopmak istememeleri ve onların hem varlıklarını hem de ekonomik desteklerini kaybetmekten korkmaları ile ilişkili olabilir. Aynı zamanda, “kişilerarası ilişkiler” hakkında düşünme sıklığının artması, güvenli bağlanan ergenlerin aileleriyle ve akranlarıyla olan ilişkilerini önemsediklerini göstermektedir.

Güvensiz bağlanma tarzını temsil eden alt boyutlardan olumsuz baba algısının puanları yükseldikçe “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ile “sosyal kimlik” hakkında düşünme sıklığının arttığı; “kişisel gelecek” ve “kişilerarası ilişkiler” hakkında düşünme sıklığının ise azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Görgün, Tiryaki ve Topbaş (2010) tarafından yapılan araştırmada, babanın ilgili olması ve aşırı kontrol odaklı olmamasının ergenlerin madde kullanımında koruyucu rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Olumsuz kendilik algısı puanları arttıkça EKÖ'nün tüm alt boyutları hakkında düşünme sıklığının arttığı görülürken; olumsuz kendilik algısı değişkeniyle en güçlü ilişki “sosyal kimlik” alt boyutu arasındadır. Sonuç olarak, güvensiz bağlanma tarzına sahip ergenlerin “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ve

“sosyal kimlik” ile ilgili konular hakkında düşünme sıklığının daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bulguyla uyumlu olarak, alkol kullanmanın algılanan yetersiz ilgi ve güvensiz bağlanma tarzı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu gösteren çalışmalara rastlanmıştır (Marchiori, Loschi, Marconi, Mioni ve Pavan, 1999; Rick ve Vanheule, 2006).

Öz-Şefkat Ölçeği (ÖŞÖ) alt boyutları (öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilgece farkındalık, aşırı özdeşleşme) ve toplam puanı ile EKÖ alt boyutları arasındaki ilişkilere bakıldığında, psikolojik sağlığın göstergesi olduğu düşünülen ÖŞÖ’nün toplam puanı arttıkça “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı”, “sosyal kimlik”, “sağlık ve ekonomik konular” ile “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklığı azalmaktadır. ÖŞÖ’nün alt boyutları ile EKÖ alt boyutları arasındaki ilişkiler incelendiğinde ise öz-duyarlılığın negatif duygulanımla ilişkili olan *öz-yargılama, izolasyon, aşırı özdeşleşme* ile arasında en güçlü ilişkilerin olduğu konular “sosyal kimlik” ve “benlik ile ilgili konular” alt boyutları olmuştur. Bu bulgular ışığında, olumsuz duygulanımla ilişkili özellikleri yoğun olan ergenlerin kendileri ile ilgili daha fazla sorgulama yaptıkları görülmektedir. Kısa Semptom Envanteri (KSE) toplam puanları ile EKÖ’nün yedi alt boyutu arasındaki ilişkiler incelendiğinde ise ÖŞÖ toplam puanı ve olumsuz alt boyutları ile EKÖ alt boyutları arasındaki ilişkilerle paralel olarak, en yüksek ilişkinin “sosyal kimlik” ve “benlik ile ilgili konular” arasında olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, “sosyal kimlik” ve “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklığı arttıkça psikolojik sağlıklılık azalmaktadır. Şahin ve Şahin’in (1995) çalışmasında da mevcut çalışma bulgularını destekler şekilde, anksiyete puanları ile

en yüksek ilişkiye sahip olan EKÖ alt boyutu “sosyal kimlik konuları” olmuştur. Ancak psikolojik belirtilerle en düşük ilişki “madde kullanımı konuları” arasında iken mevcut çalışmada psikolojik belirtilerle ilişkinin diğer alt boyutlara göre daha zayıf olduğu alt boyut “kişisel gelecek”; aradaki ilişkinin anlamlı olmadığı alt boyut ise “kişilerarası ilişkiler” alt boyutu olmuştur.

ÖŞÖ’ nün pozitif duygulanımla ilişkili olan alt boyutlarından *öz- sevecenlik* ve *bilgece farkındalık* puanları arttıkça “kişisel gelecek” ve “kişilerarası ilişkiler” hakkında düşünme sıklığının artması pozitif duygulanımla ilişkili özellikleri yoğun olan ergenlerin eğitim, meslek seçimi, sınavlar ve kişilerarası ilişkiler hakkında daha fazla düşündükleri bilgisini vermektedir. Ayrıca diğer boyutlardan farklı olarak, *bilgece farkındalık* ile “ulusal ve evrensel konular” hakkında düşünme sıklığı arasında da pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Öz-duyarlılığın pozitif duygulanımla ilişkili olan boyutlarından *paylaşımın bilincinde olma* puanları arttıkça EKÖ alt boyutlarının tamamı hakkında düşünme sıklığı artmaktadır. Mevcut çalışma bulgularına göre psikolojik olarak sağlıklı olan ergenlerin diğer konularla karşılaştırıldığında, “kişisel gelecek”, “kişilerarası ilişkiler” ve “ulusal ve evrensel konular” hakkında daha sık; “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı, sosyal kimlik, sağlık-ekonomik konular ve benlik ile ilgili konular” hakkında ise daha az sıklıkla düşünmesi beklenmektedir. Sonuç olarak, ergenin sahip olduğu öz-şefkatla ilgili özellikler onun zihnini meşgul eden konuları etkilemektedir.

#### 4.2. Diğer Değişkenler Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği (ÇBBÖ) alt boyutları ile Öz-şefkat Ölçeği (ÖŞÖ) alt boyutları ve toplam puanı arasındaki ilişkilerin anlamlı düzeyde olduğu görülmektedir. Psikolojik sağlığın önemli bir göstergesi olan ÖŞÖ toplam puanı ile güvenli bağlanma tarzının temsilcilerinden olumlu anne algısı, olumlu baba algısı ve olumlu kendilik algısı arasında pozitif yönde ilişkiler olduğu görülürken; ÖŞÖ toplam puanı ile güvensiz bağlanma tarzı temsilcileri olan olumsuz baba algısı ve olumsuz kendilik algısı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, bireylerin anne, babaları ve kendilikleri ile ilgili olumlu algıları arttıkça öz-şefkat düzeyleri de artmaktadır. Ergenlerin babaları ve kendilerine yönelik olumsuz algıları arttıkça ise öz-şefkat düzeyleri azalmaktadır. Beklenildiği gibi benzer örüntü, güvenli ve güvensiz bağlanma tarzı temsilcileri ile öz-şefkat ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkilerde de görülmektedir. Neff ve McGeehee' nin (2010) çalışmasında da güvenli bağlanma tarzı ile öz-şefkat arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur. Neff ve McGeehee (2010) tarafından yapılan çalışma sonuçlarına göre bağlanmanın güvenli olmasının yetişkinlerdeki öz-şefkat düzeyinin yüksekliğini belirlediği sonucuna, mevcut çalışmada ergenlik dönemindeki bireyler için ulaşılmıştır. Ayrıca, olumsuz kendilik algısı ve ÖŞÖ toplam puanı arasında negatif yönde güçlü bir ilişki olduğu dikkati çekmektedir. Diğer bir deyişle, ergenlik dönemindeki bireyin olumsuz kendilik algısı arttıkça öz-şefkat düzeyinin azaldığı söylenebilir.

Mevcut çalışmada, yapılan analizler sonucunda güvensiz bağlanma tarzının temsilcileri olan olumsuz baba algısı ve olumsuz kendilik algısı ile KSE toplam puanı arasında pozitif yönde ilişki olduğu; benzer örüntünün anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon, hostilete alt boyutlarının tamamı için de geçerli olduğu bulunmuştur. Diğer bir deyişle, olumsuz baba algısı ve olumsuz kendilik algısı arttıkça ergenlik dönemindeki bireylerin psikolojik belirtileri de artmaktadır. Mevcut çalışma bulgularıyla tutarlı olarak, güvensiz bağlanma tarzı ile psikopatoloji arasında pozitif yönde ilişki olduğuyla ilgili birçok çalışmaya rastlanmıştır (Örneğin; Ergin ve Dağ, 2013; Keskin ve Çam, 2008; Mallinckrodt ve Wei, 2005).

Güvenli bağlanma tarzının temsilcileri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilere bakıldığında beklenildiği gibi negatif yönde ilişkiler olduğu bulunmuştur. Diğer bir deyişle, ergenin olumlu anne algısı, olumlu baba algısı ve olumlu kendilik algısı arttıkça psikolojik belirtilerin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Güvenli bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilere dair bulgular da alanyazınla (Örneğin; Gezen ve Oral, 2013; Sonucu, 2010) uyumludur.

ÖŞÖ toplam puanı ve alt boyutları ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilere dair analiz sonuçları incelendiğinde; beklenildiği üzere, ÖŞÖ toplam puanları ile psikolojik belirtiler arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur. Diğer bir deyişle, ergenlik dönemindeki bireyin öz-şefkat düzeyi arttıkça psikolojik belirtileri azalmakta ve psikolojik sağlıklılık artmaktadır. Bu bulgular öz-şefkat ile pozitif psikolojik sağlık ve beş faktörlü kişilik modeli arasındaki ilişkilerin araştırıldığı çalışmada, öz-duyarlılığın mutluluk, iyimserlik,

pozitif etki, bilgelik, kişisel girişkenlik, merak ve keşif, uzlaşmacılık, dışa dönüklük ve vicdanlı olma arasında anlamlı pozitif ilişkilerin bulunduğu (Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007) ve benzer şekilde evrensel benlik saygısı ve öz-şefkat ile olumlu ruhsal durum arasında pozitif ilişki bulunan (Neff ve Vonk, 2009) araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

ÖŞÖ'nün olumsuz duygulanımla ilişkili olan öz- yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt boyutları ile psikolojik belirtiler arasında ilgili alanyazınla uyumlu (Örneğin; Bayramoğlu, 2011; Öveç, 2007) olarak pozitif yönde ilişkiler olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, ergenlik dönemindeki bireylerde “öz- yargılama”, “izolasyon” ve “aşırı özdeşleşme” arttıkça *anksiyete*, *depresyon*, *olumsuz benlik*, *somatizasyon* ve *hostilite* belirtileri artmaktadır.

ÖŞÖ'nün olumlu duygulanımla ilgili olan alt boyutlarından “öz-sevecenlik” ve “bilgece farkındalık” ile psikolojik belirtiler arasında beklenildiği gibi negatif yönde ilişkiler olduğu bulunmuştur. “Paylaşımların bilincinde olma” alt boyutu ile *anksiyete*, *olumsuz benlik* ve *somatizasyon* arasındaki ilişkilerin de negatif yönde olması beklenirken pozitif yönde ilişkilerin olması, Öveç (2007) tarafından öz-duyarlılığın öz-bilinç, depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerin araştırıldığı çalışmadaki “paylaşımların bilincinde olma” alt boyutu ile depresyon, anksiyete ve stres arasında negatif yönlü ilişkilerin bulunduğu araştırma sonuçlarını desteklememektedir. Öveç'in (2007) araştırma bulgularını destekler nitelikte, Bayramoğlu (2011) tarafından öz-şefkat ve psikopatoloji arasındaki ilişkilerin araştırıldığı çalışma sonuçlarında da “paylaşımların bilincinde olma” ve psikopatoloji

arasındaki ilişkilerin negatif yönde olduğu bulunmuştur. Ancak mevcut araştırma bulgularında, “paylaşımların bilincinde olma” ile anksiyete, olumsuz benlik ve somatizasyon arasındaki ilişkilerin pozitif yönde olmasına karşın ilişkinin oldukça düşük düzeyde olduğu da görülmektedir. Ayrıca, KSE toplam puanı ile aralarında anlamlı ilişkilerin olmadığı görülmektedir. Dolayısıyla, “paylaşımların bilincinde olma” ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerin ergenlik dönemindeki örneklem grubu için belirgin olmadığı; ÖŞÖ’ nün “paylaşımların bilincinde olma” alt boyutu ile ilgili maddelerinin katılımcılar tarafından yeterince anlaşılammış olabileceği ya da örneklem grubunun yaş ortalamasının düşüklüğüne bağlı olarak maddelerin ergenlik dönemindeki bireyler için daha farklı anlamlar ifade etmiş olabileceği düşünülmüştür. Sonuç olarak, ülkemizde kısa süre önce üzerinde çalışma yapılmaya başlanılan ÖŞÖ’ nün alt boyutları ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerin farklı yaş grupları için araştırıldığı daha fazla çalışma yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

#### **4.3. Psikolojik Belirtileri Yordayan Değişkenlerin Değerlendirilmesi**

Psikolojik belirtileri yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizinden elde edilen sonuçlar Tablo 3.9.’da verilmiştir. Şekil 3.1 incelendiğinde sırasıyla, demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, aylık gelir), ÇBBÖ’ nün alt boyutları olan “olumlu anne algısı, olumsuz baba algısı, olumlu baba algısı, olumsuz kendilik algısı ve olumlu kendilik algısı”, ÖŞÖ alt boyutları olan “öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilgece farkındalık ve aşırı özdeşleşme” ve EKÖ’nün alt boyutları olan

“kişisel gelecek, karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı, ulusal ve evrensel konular, sosyal kimlik, kişilerarası ilişkiler, sağlık ve ekonomik konular, benlik ile ilgili konular” yordayıcı değişkenler olarak analize alınmıştır. Analiz sonucunda, psikolojik belirtileri yordayan değişkenlerin “olumsuz kendilik algısı”, “olumsuz baba algısı”, “olumlu anne algısı”, “olumlu kendilik algısı”, “izolasyon”, “paylaşımların bilincinde olma” ve “sağlık ve ekonomik konular” olduğu görülmüştür. Söz konusu değişkenlerin tamamının psikolojik belirtilerin %48’ lik varyansını açıkladığı bulunmuştur.

Psikolojik belirtileri yordayan ilk iki değişken olan “olumsuz kendilik algısı ve olumsuz baba algısı”nın yönü, olumsuz kendilik algısı ve olumsuz baba algısının artmasıyla psikolojik belirtilerin de arttığını göstermektedir. Bulgularla uyumlu olarak, güvensiz bağlanma tarzına sahip ergenlerin güvenli bağlanma tarzına sahip bireylere göre daha fazla sorun yaşadıkları ve daha fazla psikolojik belirtilere sahip olduklarıyla ilgili birçok çalışmaya rastlanmıştır (Örneğin; Armsden ve Greenberg, 1987; Deniz, 2006; Özen ve Aktan, 2010; Terzi ve Cihangir- Çankaya, 2009).

Psikolojik belirtileri yordayan üçüncü değişken “olumlu anne algısı”; dördüncü değişken ise “olumlu kendilik algısı” olmuştur. Her iki değişkenin de yönünün negatif olması, psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığını azalttıkları bilgisini vermektedir. Ancak olumsuz baba algısı psikolojik belirtileri yordayan ikinci değişken olurken; “olumlu baba algısı” değişkeni psikolojik belirtileri azaltma yönünde regresyona girmemiştir. Diğer bir deyişle, babanın olumsuz olarak algılanması ergenlik dönemindeki bireylerde psikolojik belirtilerin ortaya çıkma



olasılığını arttırırken, babanın olumlu olarak algılanmasının psikolojik belirtilerin azalması yönünde herhangi bir etkide bulunmadığı söylenebilir.

Çalışmada, psikolojik belirtilerin yordayıcılarından beşinci değişken ÖŞÖ' nün “öz- yargılama”, altıncı değişken ise “izolasyon” alt boyutu olmuştur. Her iki değişkenin yönü de psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığını arttırdığı bilgisini vermektedir. “Öz-yargılama”, bireyin başarısızlık ya da yetersizlik yaşadığında kendisini acımasızca eleştirmesi anlamına gelmektedir. “İzolasyon” ise bireyin kendisini toplumdaki ya da yakın çevresinden soyutlaması anlamına gelmektedir. Öz-şefkat düzeyini düşüren bu özelliklere sahip bireylerin daha az öz- duyarlılığa sahip olması ve sonuçta da daha fazla psikolojik belirtilere sahip olması beklendik bir sonuçtur ve ilgili alanyazınla (Neff,2003a; 2003b; Neff, Hsieh ve Dejithirat, 2005; Neff, Rude ve Kirkpatrick, 2007) tutarlı bir bulgudur. ÖŞÖ' nün pozitif duygulanımla ilişkili olan alt boyutlarından “paylaşımların bilincinde olma” değişkeni ise psikolojik belirtileri yordayan yedinci değişken olmuştur. Bu değişkenin yönü, psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığını arttırdığı şeklindedir, ancak yordayıcılığın anlamsız olduğu dikkati çekmektedir. Bu değişkenin yordayıcılığının pozitif yönde olması mevcut çalışmanın korelasyon analizleriyle tutarlıdır ancak ilgili alanyazınla (Örneğin; Bayramoğlu, 2011; Öveç, 2007) uyumlu değildir.

Psikolojik belirtilerin sekizinci ve son yordayıcısı ise EKÖ alt boyutlarından “sağlık ve ekonomik konular” değişkeni olmuştur. Bu değişkenin yönü, psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığını arttırdığı bilgisini vermektedir. Diğer bir deyişle, ergenlik dönemindeki bireylerin “sağlık ve ekonomik konular” hakkında düşünme

sıklıkları arttıkça psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığının artabileceği görülmektedir. Bu bulgunun, ergenin kendisinin ya da yakınlarından birisinin sağlığının bozulması ya da ekonomik sorun yaşamasıyla birlikte, bağımlı özelliklerinin varlığına bağlı olarak, kaygı düzeyinin artması ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Ayverdi (2010) tarafından yapılan araştırmada erken ergenlik dönemindeki bireylerin depresyon düzeylerini daha çok ailelerin ekonomik düzeyinin belirlediği bulunmuştur. Ekonomik açıdan yaşanan sorunların ergenlik dönemindeki bireyler tarafından sıklıkla düşünüldüğünde, psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığı da artabilir.

#### **4.4. Model Testlerine İlişkin Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi**

Bu bölümde yer alan ilk kısımda, bağlanma tarzları ile ergenlik döneminde zihni meşgul eden konular arasındaki ilişkide ÖŞÖ alt boyutlarının aracı rollerine ilişkin analiz sonuçları ilişkin değerlendirmelere yer verilmiştir. İkinci kısımda ise güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların aracı rollerine ilişkin bulgular tartışılmıştır.

##### **4.4.1. Bağlanma Tarzları ve Ergenlik Konuları Arasındaki İlişkide Öz-Şefkat Ölçeği Alt Boyutlarının Aracı Rollerine İlişkin Değerlendirmeler**

Araştırma bulgularında görüldüğü gibi bireyin bağlanma tarzı ergenlikte de varlığını ve önemini koruyan bir olgudur. Mevcut çalışmada, ergenlik dönemindeki

bireyin bağlanma tarzı ile bu dönemde hangi konuların zihnini daha sık meşgul ettiği arasında bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu ilişki arasında psikolojik sağlıklılığa alternatif olarak öne sürülen ÖŞÖ' nün alt boyutlarının aracı rolleri hem ayrı ayrı değişkenler olarak hem de değişkenlerin hepsinin analize dâhil edilmesiyle bir bütün olarak değerlendirilmiştir. Çalışmanın bu bölümünde, bağlanma tarzları ile EKÖ alt boyutları arasında ÖŞÖ alt boyutlarının aracı rollerine ilişkin bulgular tartışılacaktır.

Analiz sonuçlarına göre, “güvensiz bağlanma tarzı” ile “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” arasındaki ilişkide ÖŞÖ' nün alt boyutlarından *öz-yargılama* değişkeninin tam aracılık ettiği görülmektedir. İlgili alanyazında doğrudan ya da dolaylı olarak bu ilişkiyi ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Barholomew ve Horowitz' in (1991) geliştirdiği kurama göre, yoğun utanç duygusuna ve başkalarına karşı güvensizliğe sahip olan kişiler korkulu bağlanan kişilerdir ve olumsuz benlik-olumsuz başkaları modelini temsil ederler. Mevcut çalışmada, güvensiz bağlanma tarzına sahip bireylerin, öz-yargılamanın varlığıyla; yani bir başarısızlık ya da yetersizlik hissettiklerinde kendilerini acımasızca eleştiren, yargılayan özelliklerin de aracılığıyla, “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” hakkında daha sık düşünen bireyler olabilecekleri ortaya konulmuştur. Ergenlik dönemi riskli davranışların diğer gelişim dönemlerine göre daha yaygın olduğu bir dönemdir. Ergenler bu dönemde, özerkleşme sürecini kolaylaştırabileceği için anne-baba ve diğer otorite figürleri tarafından kabul görmeyen ve riskli davranışlarının sıklığını arttırabilirler (Jessor, 1998). Güvensiz bağlanma tarzı bu konuda önemli bir risk faktörüdür (Görgün, Tiryaki ve Topbaş, 2010; Rick ve Vanheule, 2006) ve *öz-yargılamanın* aracılık

etmesi ile birlikte “karşı cinsle olan ilişkiler ve madde kullanımı” hakkında düşünme sıklığının artabileceği düşünülebilir.

Güvensiz bağlanma tarzı ile EKÖ’ nün alt boyutlarından “ulusal ve evrensel konular” arasındaki ilişkide *öz-yargılama* değişkeni tam aracılık etmiştir. Kendisine ve başkalarına karşı duyulan güvensizlik algılarına, bireyin bir hata yaptığında kendisini acımasızca eleştirmesi de aracılık ettiğinde dünyadaki, ülkesindeki ya da içerisinde yaşadığı toplumla ilgili konular hakkında düşünme sıklığının artması; onun var olan düzene, sisteme öfke duyması ya da kendi sorunlarından uzaklaşmak istemesi ile ilişkili olabilir. Çünkü kendisi ile ilgili konulara odaklanması, kendisini acımasızca eleştirip yargılaması ile sonuçlanabileceğinden bunun yerine kendisi dışındaki konularla meşgul olmasının, ergene kendisini daha iyi hissettirebileceği düşünülebilir.

Yapılan analiz sonuçlarına göre, güvensiz bağlanma tarzı ile EKÖ’nün “benlik ile ilgili konular” alt boyutu arasında *öz- yargılama* değişkeninin tam aracı olduğu ortaya konulmuştur. Benzer şekilde *izolasyon* değişkeni de güvensiz bağlanma tarzı ile “benlik ile ilgili konular” arasında tam aracılık göstermiştir. Ergenlik dönemindeki kadınlarda, güvensiz bağlanma tarzının öz-eleştirisinin önemli bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Thompson ve Zuroff, 1999). Diğer taraftan, *izolasyonda* kişi kendi iç dünyasına kapanır ve içinde yaşadığı toplumdan soyutlanır. İçine kapanarak kendisini soyutlayan ergenin çok sık olarak “Ben kimim?, Gerçekten neye benziyorum?” gibi sorularla zihninin meşgul olması ilgili alanyazınla uyumludur. Cacioppo ve Hawkley (2003) tarafından yapılan bir araştırmada, genç

yetişkinlerin günlük yaşam olayları karşısında değil de stresli yaşam olayları sonucunda pasif bir başa çıkma yolu olarak, izolasyonu kullandıkları bulunmuştur. Ergenlerin sahip oldukları bağlanma tarzı de karşılaştıkları problemlerle nasıl başa çıkacaklarını belirleyen ve kişilik gelişimi üzerinde büyük öneme sahip olan bir unsurdur (Deniz, 2006; Erözkan, 2009a). Ergenlik dönemindeki birey, yeni arayışlar içerisine girer ve her şeyden önce kendisini, kişiliğini ve kimliğini arar. Bu arayış, tamamlanması gereken önemli bir görevdir ve ergenler bu görev sırasında zaman zaman kendilerini yargılayan ya da her şeyden soyutlayan bireyler haline dönüşebilirler. Bu görev süresince, güvensiz bağlanma tarzına sahip ergenlerin *öz-yargılamanın* veya *izolasyonun* aracılık etmesiyle birlikte “benlik ile ilgili konular” hakkında daha sık düşünmesi beklenebilir.

Güvenli bağlanma tarzı ile EKÖ alt boyutları arasındaki ilişkiye aracılık eden ÖŞÖ alt boyutlarıyla ilgili analiz sonuçları incelendiğinde, *güvenli bağlanma tarzı* ile EKÖ'nün *kişisel gelecek* ve *ulusal ve evrensel konular* alt boyutları arasında “paylaşımların bilincinde olma” alt boyutunun kısmi aracı olduğu bulunmuştur. Duyarlılık, diğer insanların hataları karşısında onları yargılamamak, acılarını anlayabilmek ve onlara yardımcı olabilmek anlamına gelmektedir (Neff, 2008). Mikulincer ve Shaver (2005) tarafından yapılan bir araştırmada, bakım verenle kurulan güvenli ilişkilerin bireylerdeki duyarlılık duyguları ve değerlerini ortaya çıkardığı; güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlanan bireylerle karşılaştırıldığında, diğer insanların acılarını daha kolay ve çabuk anlayarak, onlara yanıt verdikleri bulunmuştur. “Paylaşımların bilincinde olma” yaşanan olumsuz deneyimlerin tüm insanlık tarafından deneyimlenebileceği bilgisine sahip olmayı

içerir (Neff, 2003a). Mevcut çalışma bulgularıyla tutarlı olan bu bilgiler ışığında, güvenli bağlanma tarzına sahip olan ergenlerin, yaşadıkları başarısızlık, yetersizlik ya da talihsizlik gibi hoş olmayan yaşantıların, tüm insanlık tarafından paylaşılan deneyimler olduğunun farkındalığıyla birlikte; gelecekleriyle ilgili konulara, toplumsal, ulusal ve evrensel konulara karşı daha duyarlı olabilecekleri sonucuna ulaşılabilir. Ayrıca, ergenlik döneminde akademik konular, mesleki seçimler, ulusal ve evrensel konularla meşgul olunması olgunlaşma sürecinin de bir göstergesi olabilir.

Güvensiz bağlanma tarzı ile “ulusal ve evrensel konular” arasındaki ilişkide olumsuz duygulanımla ilgili olan *öz-yargılama* değişkeni aracılık ederken; güvenli bağlanma tarzı ile “ulusal ve evrensel konular” arasındaki ilişkiye olumlu duygulanımla ilgili olan *paylaşımların bilincinde olma* değişkeninin aracılık etmesi; aracılık eden değişkenlere bağlı olarak, ilk modelde psikolojik belirtilerin çıkma ihtimalinin ikinci modele göre oldukça yüksek olduğunu düşündürmektedir. İlk modelde ergen kendi sorunlarından kaçmak ve var olan öfkesini yansıtmak için toplumsal, politik ya da evrensel konularla meşgul olabilir. Buna karşılık, ikinci modelde ergenin kendisi ile ilgili sorunlara odaklanmak yerine bunları normalleştirebileceği ve dünyadaki açlık ya da çevrenin yok olması gibi sorunlara karşı duyarlı olabileceği şeklinde bir yorum yapılabilir.

#### 4.4.2. Güvensiz Bağlanma Tarzı ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkide EKÖ Alt Boyutlarının Aracı Rolüne İlişkin Değerlendirmeler

Muris, Meesters, Melick ve Zwambag (2001) tarafından ergenlerle yapılan çalışmada, güvensiz bağlanan ergenlerin güvenli bağlanan ergenlere göre daha yüksek anksiyete ve depresyon belirtileri gösterdiği ortaya konulmuştur. Bu bulguya paralel olarak, güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide ergenlerin üzerinde sıklıkla düşündükleri konuların aracılık etkilerinin olup olmadığını belirlemek amacıyla; EKÖ' nün alt boyutlarının aracı etkilerine ilişkin analiz sonuçlarına göre kısmi aracılık etkilerinin olduğu belirlenen modeller aşağıdaki bölümde tartışılmıştır.

Güvensiz bağlanma tarzı ile *anksiyete* belirtileri arasında “karşı cinsle ilişkiler-madde kullanımı” ve “benlik ile ilgili konular” değişkenlerinin kısmi aracı olduğu bulunmuştur. Alkol bağımlılığı olan hastaların üçte ikisinin güvensiz bağlandığı, normal örneklemdaki karşılaştırma grubunun ise üçte ikisinin güvenli bağlanan bireylerden oluştuğu; ayrıca güvensiz bağlanma tarzı ile anksiyete belirtileri arasında ilişki olduğunu gösteren araştırmalara rastlanmıştır (Marchiori ve ark., 1999; Muris ve ark., 2001; Rick ve Vanheule, 2006; Wedekind, Bandelow, Heitmann, Havemann-Reinecke, Engel ve Huether, 2013). Mevcut çalışma bulgularına göre, güvensiz bağlanma tarzına sahip olan ergen, sevgilisiyle yakınlaşmak, sigara içmek, alkol almak hakkında sıklıkla düşünüyor ise anksiyete belirtilerinin ortaya çıkma olasılığı artabilir. Karşı cinsle yakınlaşmak, vakit geçirmek ya da sigara, alkol gibi alışkanlıkların onaylanmadığı toplum ve

kültürlerde yetişen ergenler, bu konular hakkında sıklıkla düşündüğünde; ayıp, yasak ya da günah şeyler yapmak istediği algısıyla kaygılanabilir ve anksiyete belirtileri ortaya çıkabilir. Güvensiz bağlanma tarzına sahip olan ve yoğun olarak benlik ile ilgili konular hakkında düşünen ergenlerin daha fazla kaygılanabileceği ve anksiyete belirtilerinin ortaya çıkabileceği düşünülmektedir.

Güvensiz bağlanma tarzı ile *depresyon* belirtileri arasındaki ilişkide “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklığının kısmi aracı olduğu bulunmuştur. Benlik saygısı, bireyin kendisini sorgulayıp, değerlendirmesi sonucunda ulaştığı benlik kavramını beğenmesi durumudur (Erözkan, 2009b). Benlik saygısı, ergenlik depresyonu ile ilişkili olan bir özelliktir ve güvensiz bağlanma tarzına sahip ergenlerin sıklıkla benlikleri ile ilgili sorgulamalar yapması, zaman zaman benlik saygısını düşürebilir. Bu durum da depresyon belirtilerinin ortaya çıkma olasılığını arttırabilir. Güvenli bağlanma tarzının yüksek benlik saygısının önemli bir yordayıcısı olduğu, diğer taraftan da güvensiz bağlanma tarzına sahip bireylerin düşük benlik saygısına sahip olduğunu ifade eden çalışmalara rastlanmıştır (Foster, Kernis ve Goldman, 2007; Terzi ve Cihangir- Çankaya, 2009).

Güvensiz bağlanma tarzı ile *olumsuz benlik* belirtileri arasındaki ilişkide “ulusal ve evrensel konular” ve “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklığının kısmi aracı olduğu görülmüştür. Güvensiz bağlanan ergenin ülkesinde ya da dünyada var olan sorunların çözümü hakkında elinden hiçbir şey gelmediği düşüncelerinin yoğunluğu ile birlikte *olumsuz benlik* belirtileri ortaya çıkabilir. Buna paralel olarak, ergenin ikinci kısmi aracı olan, benlik ile ilgili konular hakkında



sıklıkla düşünmesi de zaman zaman kendisiyle ilgili olumsuz değerlendirmeler yapmasına neden olabilir ve *olumsuz benlik* belirtilerinin ortaya çıkma olasılığı artabilir. Bowlby (1980) güvensiz bağlanma tarzına sahip bireyleri, kendilerini ve yeterliliklerini olumsuz değerlendirme eğiliminde olan bireyler olarak açıklamıştır. Dolayısıyla güvensiz bağlanma tarzı ile olumsuz benlik belirtileri arasında aracı olduğu bulunan “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklığı ile ilgili model, Bowlby’ nin görüşüyle tutarlıdır.

Güvensiz bağlanma tarzı ile *somatizasyon* arasındaki ilişkide “ulusal ve evrensel konular” ve “sağlık ve ekonomik konular” hakkında düşünme sıklığının kısmi aracı olduğu bulunmuştur. Güvensiz bağlanma tarzı ile somatizasyon arasında güçlü ilişkiler olduğu; buna ek olarak bedensel belirtiler ile öfke yaşantıları arasında da ilişki olduğu hipotezlerini test etmek amacıyla yapılan bir araştırmada, güvensiz bağlanma tarzı ile somatizasyon arasında öfke eğiliminin kısmi aracı olduğu bulunmuştur (Liu, Cohen, Schulz ve Waldinger, 2011). Bir bireyin değerleri, kuralları ve kimlikle ilişkili yaşadığı değer çatışmalarında öfke ifadelerinin ortaya çıkması olasıdır (Harink ve Van-Kleef, 2012). Bu bulgu ışığında, güvensiz bağlanma tarzına sahip bireyler toplumsal, dini, evrensel, politik, sağlık ve ekonomik konularla ilgili olarak çok sık düşündüklerinde var olan sorunları çözemedikleri için öfkelenebilir ve mide sorunları, vücudun belli yerlerinde ağrılar gibi daha fazla bedensel yakınmalar ortaya çıkarabilirler. Özellikle güvensiz bağlanan kadınların güvenli bağlanan kadınlara göre daha fazla öfke eğilimi gösterdikleri (Troisi ve D’Argenio, 2004) ve kadınların öfkelerini bastırdıklarında bedensel yakınmaların ortaya çıkabileceği bulunmuştur (Liu, Cohen, Schulz ve Waldinger, 2011).

Güvensiz bağlanma tarzı ile *hostilite* belirtileri arasındaki ilişkide ise “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” hakkında düşünme sıklığının kısmi aracı olduğu görülmektedir. Güvensiz bağlanma tarzına sahip bireylerin kendilerine ve başkalarına yönelik olumsuz algıları olduğu bilinmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; McKee, Roring, Winterowd ve Porras, 2012). Ayrıca güvensiz bağlanma tarzı ile agresyon arasında ilişki olduğunu gösteren araştırmalar alanyazında mevcuttur (Örneğin; Critchfield, Levy, Clarkin ve Kernberg, 2008; Kökçü ve Kesebir, 2010) Bu bireyler karşı cinsle olan ilişkileri ve madde kullanımı hakkında çok sık düşündüklerinde, daha öfkeli ve başkalarını kolayca suçlayabilen, öfkelerini saldırganlaşmak gibi davranışlarla yansıtan bireyler haline dönüşebilirler. Mevcut çalışma bulgularıyla paralel olarak, olumsuz kendilik şemaları olan bireylerin romantik ilişkilerinde öfkelerini yansıtırken yetersiz kendilik kontrolü ve başkalarının haklarını red etme eğilimi gösterdikleri bulunmuştur (McKee, Roring, Winterowd ve Porras, 2012).

#### **4.5. Demografik Değişkenlere İlişkin Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi**

Bu bölümün ilk olarak, yaş, aylık toplam gelir, anne eğitim ve baba eğitim ile diğer değişkenler arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesine yer verilecektir. İkinci olarak ise tüm değişkenlerin cinsiyet değişkenine göre ortaya çıkan farklılıkları tartışılacaktır.

Ergenlik dönemindeki bireylerin sahip oldukları demografik özelliklerle zihinlerini meşgul eden konular hakkında düşünme sıklığı arasında ilişki olabileceği varsayımı ile korelasyon analizi yapılmıştır. “Kişisel gelecek” ve “sosyal kimlik” değişkenleri ile demografik değişkenler arasındaki ilişkilerin anlamlı olmadığı bulunmuştur. İlişkilerin anlamlı olduğu değişkenlerle ilgili tartışmaya aşağıda yer verilmiştir.

Analiz sonuçlarına bakıldığında, aylık toplam gelir, anne eğitim ve baba eğitim düzeyi arttıkça ergenlerin “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” hakkında daha sık düşündükleri görülmektedir. Anne-baba eğitimi ile “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklığı arasında da pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Ayrıca, anne eğitim ve baba eğitim ile ÇBBÖ’ nün alt boyutlarından *olumlu kendilik* arasında pozitif yönde ilişkilerin varlığı, anne ve babanın eğitim seviyesinin arttıkça ergenlerin kendileri ile ilgili olumlu algılarının da artması anlamına gelmektedir. Güvenli bağlanma tarzının temsilcileri olan *olumlu anne algısı*, *olumlu baba algısı* ve *olumlu kendilik algısı* ile aylık toplam gelir arasındaki ilişkilere bakıldığında ise *olumlu kendilik algısı* ile aylık toplam gelir arasındaki ilişkiler anlamlı değilken; *olumlu anne algısı* ve *olumlu baba algısı* ile aylık toplam gelir arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda aylık toplam gelir ile *olumsuz baba algısı* arasında da pozitif yönde ilişkiler olduğu saptanmıştır. Anne eğitim ve baba eğitim ile ÖŞÖ alt boyutlarından *öz- yargılama* arasındaki ilişkilerin de pozitif yönde anlamlı olduğu bulunmuştur. Ayrıca anne eğitimi ile *aşırı özdeşleşme* arasında da pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Demografik değişkenlerle psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilere

bakıldığında da yalnızca aylık toplam gelir ile *somatizasyon* arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu; gelir miktarı arttıkça ergenlerin *somatizasyon* belirtilerinin de arttığı görülmektedir. Diğer bir deyişle, gelir miktarı arttıkça olumlu anne ve olumlu baba algısı azalmakta, olumsuz baba algısı ve psikolojik belirtiler artmaktadır. Anne-baba eğitim ve aylık toplam gelir arasında yüksek pozitif ilişkilerin olması, eğitim seviyesi arttıkça aylık toplam gelirin arttığı bilgisini desteklemiştir.

Anne ve babanın eğitim seviyesi ile aile içerisindeki demokratikleşme düzeyine bakılan çalışmalarda eğitim seviyesi yükseldikçe demokratik tutum düzeyinin arttığı bulunmuştur (Tekin, Yıldız, Lök ve Taşğın, 2009; Üstün ve Yılmaz, 2008). Demokratik anne baba tutumlarına sahip ailelerde, her çocuğun kendine özgü bir gelişim kapasitesi olduğu bilinir ve onların özgürce gelişmesi ve kendini gerçekleştirmesine izin verilir (Baumrind, 1966). Eğitim seviyesi yüksek ailelerin daha demokratik ve daha duyarlı oldukları; bu ailelerde daha az ihmal ve istismar olduğu ile ilgili çalışmalara da rastlanmaktadır (Tekin, Yıldız, Lök ve Taşğın, 2009; Üstün ve Yılmaz, 2008; Güler, Uzun, Boztaş ve Aydoğan, 2002). Çocukluğunda ihmal ve istismara maruz kalan ergenlerin olumsuz kendilik algılarının arttığı bilinmektedir (Çayköylü ve Çöl, 2010). Eğitim seviyesi yüksek olan babaların daha az otoriter daha fazla demokratik olmasına bağlı olarak, ergene özerkleşmesi konusunda daha fazla destekleyici yaklaşım olabilecekleri düşünülmektedir. Eğitim seviyesi ve aylık toplam gelir arttıkça ailelerdeki otoriterliğin azalması demokratik tutumların artmasına bağlı olarak, böyle ailelerde yetişen ergenlerin daha fazla özgüvenli, öz-saygı duyguları gelişmiş, girişimci, kendi kararlarını alabilen, sorgulayan ve sorumluluk sahibi bireyler olması beklenebilir. Diğer taraftan anne-babanın eğitim

seviyesi ve aylık toplam gelir arttıkça ergenlerin başarısızlık gibi olumsuz bir yaşam olayı karşısında kendilerini acımasızca eleştirmelerinin artması, ergenin kim olduğu ve neye benzediği ile ilgili düşüncelerinin ve psikolojik belirtilerin artması, ailenin ergenden beklentilerinin yüksek olması ile ilişkili olabilir. Ayrıca, çalışan anne ve babaların çocuklarına yeterince zaman ayıramamaları, ailesinden daha az ilgi gören ergenlerin daha fazla karşı cinsle ilişki kurma ya da madde kullanımı gibi arayışlar içerisinde olmalarına ve farklı alanlara yönelmelerine neden oluyor olabilir. Nörotizm, anksiyete ve somatizasyonla yüksek düzeyde ilişkili olduğu bulunan internet bağımlılığı ile sosyo ekonomik düzey (SED) arasındaki ilişkilerin araştırıldığı bir çalışmada, üst SED’ de yer alan öğrencilerin orta ve alt SED’ de yer alan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek internet bağımlılığı puanlarına sahip oldukları bulunmuştur (Durak-Batıgün ve Kılıç, 2011). Son olarak, ergenlikteki bireylerin, beklentisi yüksek olan anne ve babalarına öfkelenediklerinde ya da onlardan ilgi görmek istediklerinde, bilinçdışı bir isteklilikle dikkatlerini çekebilmek için bedensel belirtiler ortaya çıkarabilecekleri düşünülmüştür.

Anne eğitimi ile EKÖ alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmazken, baba eğitim ile “sağlık ve ekonomik konular” hakkında düşünme sıklığı arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Babanın eğitim seviyesi arttıkça ergenin kendisi ve yakınlarının sağlığı; ayrıca ekonomik konular hakkında daha sık düşündüğü ve bu bulgunun ergene aile içerisinde özerkleşmesi konusunda daha fazla sorumluluk verilmesiyle ve baba ile var olan iletişimin niteliğiyle de ilişkili olabileceği düşünülmüştür.

Yaş değişkeni ile “ulusal ve evrensel konular”, “kişilerarası ilişkiler”, “sağlık ve ekonomik konular” ve “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklığı arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görölmektedir. Diğer bir deyişle, ergenlerin yaşları büyüdükçe “ulusal ve evrensel konular”, “kişilerarası ilişkiler”, “sağlık ve ekonomik konular” ve “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklıkları da artmaktadır. Çocukluktan yetişkinliğe geçilen bu gelişim evresinde, ergenler olgunlaştıkça toplumsal, politik ya da evrensel konular ve sorunlarla daha fazla ilgilenmeye başlarlar. Benzer şekilde, ailesi, akranları ve yakın çevresi ile olan ilişkilerini daha çok önemserler. Yakınlarının ya da kendilerinin sağlık sorunları hakkında daha ilgili olmaya, ekonomik konular hakkında daha fazla sorumluluk almaya başlarlar. Yaşları büyüdükçe, “benlik ile ilgili konular” hakkında düşünme sıklığının artmasının da ergenin bağımlılığının azalarak, özerk olma yolunda ilerlemesi ile ilişkili olabileceği düşünülmüştür.

Öz-Şefkat Ölçeği'nin pozitif duygulanımla ilgili olan *öz-sevecenlik*, *paylaşımın bilincinde olma* ve *bilgece farkındalık* ile yaş arasında da pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görölmektedir. Ergenlik dönemindeki bireylerin çoğunlukla, duygularını uçlarda yaşadıkları; olumsuz olayları olduğundan daha olumsuz, olumlu olayları da olduğundan daha olumlu algıladıkları bilinmektedir (Yörükoğlu, 2004). Ergenlikten yetişkinlik dönemine yaklaştıkça ergenlerin daha objektif ve gerçekçi değerlendirmeler yapabilmeleri beklenir. Yaş ile *olumlu baba algısı* arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunun görölmesi bu bulguyu destekler niteliktedir. Ergenlerin yaşları büyüdükçe babaları ile ilgili olumlu algılarının artması daha empatik ve objektif yaklaşılabilmeleri; olgunlaştıkça onlarla olan çatışmaların

azalması ile ilişkili olabilir. Dolayısıyla pozitif duygulanımla ilgili değişkenlerin puanlarının yaşla beraber artması beklendik bir sonuçtur.

Ergenlik dönemindeki bireylerin, bu dönemde zihinlerini meşgul eden konuların sıklığının, bağlanma tarzları, öz-şefkat düzeyleri ve psikolojik belirtiler açısından cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık sergileyip sergilemediğini belirlemek amacıyla bağımsız gruplar için t testi uygulanmıştır.

EKÖ alt boyutlarından erkek ve kadınların aldıkları puanlar karşılaştırıldığında, “kişisel gelecek” ve “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur. “Kişisel gelecek” alt boyutundan kadın ergenlerin erkeklere göre daha yüksek puanlar aldıkları ve aradaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Diğer bir deyişle, kadın ergenler eğitim hayatının devamı, okul başarısı, bir meslek sahibi olmak ve kariyer kararı gibi konular hakkında erkeklere göre daha sık düşünmektedirler. Ergenlerin en çok problem gösterdikleri alanların cinsiyet değişkenine göre karşılaştırıldığı bir çalışmada “istikbal, meslek, tahsil” konusu kadın ergenler için birinci sırada yer almıştır (Yücedağ, 1994). Mevcut çalışma bulgusuyla tutarlı şekilde, erkek ve kadın ergenler arasında problem olarak gösterilen konular anlamlı olarak farklılık göstermiştir.

“Karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” alt boyutundan alınan puanlar değerlendirildiğinde, erkek ergenlerin kadın ergenlerle karşılaştırıldığında daha yüksek puanlar aldıkları ve aradaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu bulgu değerlendirildiğinde, erkek ergenlerin zihinlerinin kadın ergenlere göre daha sık olarak karşı cinsten biriyle tanışmak, yakınlaşmak, alkol almak ve sigara içmek gibi

konularla meşgul olduğu bulunmuştur. Mevcut çalışmanın bulgularıyla tutarlı olarak, erkek ergenlerin riskli ya da toplum tarafından uygun bulunmayan davranışlarda bulunma eğiliminin kadınlara göre daha yüksek olduğu ile ilgili çalışmalara rastlanmıştır (Eneçcan, Şahin, Erdal, Aktürk ve Kara, 2011; Özen ve Aktan, 2010).

ÇBBÖ alt boyutlarından alınan puanların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmış, *olumsuz kendilik algısı* dışındaki alt boyutlardan alınan puanlar arasındaki farkların anlamlı olmadığı bulunmuştur. Kadın ergenlerin erkek ergenlerden daha yüksek puanlar aldıkları ve aradaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Diğer bir deyişle, kadın ergenler erkek ergenlerle karşılaştırıldığında daha fazla olumsuz kendilik algısına sahiplerdir. Bu bulgu Sezer (2009) tarafından 549 lise öğrencisiyle yapılan araştırma sonuçlarından cinsiyete ilişkin yapılan karşılaştırmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre kendilik algısının olumlu yönde ve anlamlı düzeyde farklılaştığı bulgusunu destekler niteliktedir.

ÖŞÖ toplam puanı açısından cinsiyete göre puanlar arasında bir farklılık olduğu ancak bu farkın anlamlılık düzeyine ulaşmadığı bulunmuştur. Bu bulgu, cinsiyetler arasında ÖŞÖ toplam puanları açısından farklılık olmasına rağmen, farkın anlamlı olmadığı sonucuna ulaşan araştırmalarla tutarlılık göstermektedir (Örneğin; Neff, 2003a; Neff ve McGeehee, 2010; Öveç, 2007). Diğer taraftan, ÖŞÖ alt boyutlarından alınan puanlar arasındaki farklara bakıldığında “paylaşımların bilincinde olma” ve “aşırı özdeşleşme” alt boyutlarında kadın ve erkek ergenlerin aldıkları puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Kadınlar her iki alt boyutta da erkeklerden daha yüksek puanlar almışlardır. Öveç (2007) tarafından yaş



ortalaması 20 olan 668 (323kadın- 345 erkek) üniversite öğrencisinin katılımıyla yapılan araştırma sonuçlarında ise kadınlar öz-duyarlılığın pozitif duygulanımla ilişkili olan, “öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilgece farkındalık” alt boyutlarından erkeklere göre daha yüksek puanlar alırken; negatif duygulanımla ilişkili olan, “öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme” alt boyutlarından daha düşük puanlar almışlardır. Öz-duyarlılığın altı alt boyutu için de kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Mevcut çalışma sonuçlarında ise öz- duyarlılığın pozitif duygulanımla ilişkili olan yalnızca “paylaşımların bilincinde olma” alt boyutundan alınan puanlar arasındaki farkın anlamlı çıkması Öveç’ in (2007) çalışmasını destekler niteliktedir. Kadınların erkeklere kıyasla daha fazla sosyal ve duygusal destek ihtiyacı içerisinde olmaları ve duygularını benzer sorunları yaşayanlarla paylaşabilmelerinden dolayı beklendik bir sonuç olmuştur. Negatif duygulanımla ilişkili olan “aşırı özdeşleşme” alt boyutundan alınan puanlarda ise erkekler değil yine kadın ergenler daha yüksek puan almıştır ve fark anlamlı bulunmuştur. Sonuçların farklı çıkmasının örneklem gruplarının yaş ortalaması arasındaki farkla ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Mevcut çalışmada, katılımcıların yaş ortalamasınının 17.26 olması dolayısıyla kadın ergenlerin erkek ergenlere göre olumsuz bir deneyim yaşadıklarında bu durumu daha fazla abartma eğiliminde olduklarından bu tür duygularla aşırı düzeyde özdeşleşme gösterebilirler.

Psikolojik belirtiler açısından cinsiyet değişkenine göre farklılaşma olup olmadığına bakıldığında, *depresyon* ve *somatizasyon* puanları açısından anlamlı farklar olduğu ve kadın ergenlerin erkek ergenlerden daha yüksek puanlar aldıkları bulunmuştur. Diğer bir deyişle, kadın ergenler erkek ergenlerden daha fazla

depresyon ve somatizasyon belirtileri olduğunu bildirmişlerdir. Bu bulgular, ÖŞÖ'nün negatif duygulanımla ilgili olan *aşırı özdeşleşme* alt boyutundan aldıkları yüksek puanlarla örtüşmektedir. Kadın ergenlerin erkek ergenlere göre daha fazla negatif duygulanım ve psikolojik belirtiyeye sahip oldukları sonucuna ulaşılabilir. Kadın olmanın negatif duygulanım ve psikolojik belirtilerde önemli bir risk faktörü olduğu ile ilgili çalışmalara rastlanmıştır (Goodwin, Fairclough ve Poole, 2013; Kaya, Genç, Kaya ve Pehlivan, 2007; Ünal, Küey, Güleç, Bekaroğlu, Evlice ve Kırılı, 2002).

#### **4.6. Araştırma Sonuçları**

Ergenlik dönemi, çocukluk ve yetişkinlik arasında köprü görevi gören, yetişkin yaşamının koşullarını belirlemede, hayati değer taşıyan adımların atıldığı, son derece önemli bir gelişim dönemidir. Ergenlik döneminde, bazı bireyler daha çok akademik alanda başarılı olmakla ilgiliyken; bazıları kim olduğu, neye benzediği, ya da fiziksel görünüşüyle; bazılarının alkol, sigara ya da madde kullanımı gibi alışkanlıklar; bazılarının aileleri, akranları ya da karşı cinsten bireylerle olan ilişkileri hakkında; bazılarının ise yoğun olarak sağlık, ekonomi ya da dini, politik konularla ilgili olarak düşündükleri görülmektedir. Bu konularla hem zihinsel hem de davranışsal boyutta, yoğun olarak uğraşmaktadırlar. Ergenlik döneminin gelişim özelliklerine bakıldığında, bu konular hakkında düşünmek ya da bu düşünceleri davranışa dökmek beklenen bir durumken; ağırlıklı olarak bir ya da birkaçı hakkında yoğun olarak düşünmenin bireyin sahip olduğu bağlanma tarzı, öz-şefkat düzeyi ve psikolojik sağlığı ile ilişkili olabileceği düşünülerek gerçekleştirilen

mevcut çalışmada, alanyazına bu konu ile ilgili olarak önemli katkılarda bulunulduğu düşünülmektedir.

Ergenlik dönemindeki bireylerin zihinleri sıklıkla gelecekle ilgili olarak, eğitim süreci, sınavlar ve meslek seçimleri ile meşgulken; sigara kullanmak, alkol almak gibi toplum tarafından kabul görmeyen alışkanlıklar ve ülke nüfusunun artması, nükleer savaş ve AIDS problemi gibi kendilerini doğrudan etkilemeyen konular hakkında daha az sıklıkla düşünmektedirler.

Güvenli bağlanma tarzına sahip ergenler “kişisel gelecek”, “kişilerarası ilişkiler” ve “sağlık ve ekonomik konular” hakkında daha sık düşünürken; güvensiz bağlanma tarzına sahip ergenler ise “sosyal kimlik”, “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı” ve “benlik ile ilgili konular” hakkında daha sık düşünmektedirler. Psikolojik sağlıklılığa alternatif olarak gösterilen öz-şefkat düzeyi arttıkça “karşı cinsle ilişkiler ve madde kullanımı”, “sosyal kimlik”, “benlik ile ilgili konular” ve “sağlık ve ekonomik konular” hakkında düşünme sıklığının azaldığı bulunmuştur. Son olarak, “sosyal kimlik” ve “benlik ile ilgili konular” hakkında çok sık düşünmek psikolojik belirtilerle en yüksek ilişkili konular olmuştur. Diğer taraftan, psikolojik belirtileri yordayan tek konu “sağlık ve ekonomik konular” hakkında düşünme sıklığı olmuştur.

Güvensiz bağlanma tarzının temsilcileri olan olumsuz kendilik algısı ve olumsuz baba algısının varlığıyla psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığının arttığı; güvenli bağlanma tarzının temsilcilerinden olumlu anne algısı ve olumlu

kendilik algısının varlığıyla ise psikolojik belirtilerin ortaya çıkma olasılığının azaldığı bulunmuştur. Olumlu baba algısının psikolojik belirtilerin ortaya çıkması konusunda olumlu ya da olumsuz herhangi bir etkisinin çıkmamış olması, araştırmanın en dikkat çeken sonuçlarından biri olmuştur.

Öz-Şefkat Ölçeği'nin olumsuz duygulanımla ilgili olan alt boyutlarından öz-yargılama ve izolasyon ile olumlu duygulanımla ilgili olan paylaşımların bilincinde olma alt boyutu psikolojik belirtileri yordayan değişkenler arasındadır. Bireylerin kendilerini acımasızca eleştirmeleri ve toplumdaki soyutlamalarının psikolojik belirtileri yordaması beklendik bir sonuçken; yaşanan olumsuzlukların tüm insanlık tarafından paylaşılan deneyimler olduğuyla ilgili farkındalığı ifade eden “paylaşımların bilincinde olma” değişkeninin psikolojik belirtileri yordaması ilgili alanyazınla tutarlı değildir. Ancak örneklem grubunun yaş ortalamasının alanyazındaki çalışmaların örneklem yaş ortalamasına göre daha düşük olması bu sonucu açıklayabilir. Ergenler yaşadıkları sorunlarla ilgili olarak başkalarını sorumlu tutma eğilimi içerisinde olduklarıdır. Dolayısıyla, yaşadıkları sorunun diğer insanlar tarafından da yaşandığı düşüncesini normalleştirme yapmak değil de, “hatalı ben değilim” algısıyla anlamış olabilecekleri düşünülmüştür.

ÖŞÖ'nün alt boyutlarının bağlanma tarzları ile ergenlik döneminde zihni meşgul eden konular arasındaki ilişkilerde aracı rollerinin olduğu bulunmuştur. Ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların da güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasında aracı rollerinin olduğu araştırmanın önemli sonuçları arasındadır.

#### 4.7. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Araştırmanın örneklem grubunu, sadece Ankara ilinde öğrenim gören lise ve üniversite öğrencilerinin oluşturması ve yalnızca ergenin algıladıkları üzerinden bir değerlendirme yapılması elde edilen verilerin genellenebilirliğini azaltmaktadır. Türkiye genelinde ve anne, baba ve öğretmenlerin de araştırmaya dahil edileceği bir çalışmayla daha yararlı sonuçlara ulaşılabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın önemli kısıtlılıklarından bir diğerinin de veri toplama araçlarının öz-bildirim türü ölçekler olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Öz-bildirim türü ölçekler, ergenlerin kendilerine özgü içsel yapılarının daha kolay değerlendirilmesini sağlamaları ve psikolojik belirtilerin değerlendirilmesi konusunda hassas olmalarından dolayı sıklıkla tercih edilen araçlardır. Ancak, ergenlik dönemindeki bireylerin içerisinde buldukları gelişim döneminin özelliklerine de bağlı olarak, savunucu tutum içerisinde; kendilerini değerlendirirken objektiflikten uzak; yanlış anlaşılabilirliği kaygısıyla tam tersi yönde yanıt vermiş ya da kendilerini olduklarından daha farklı gösterme çabası içerisinde olmuş olabilecekleri düşünülmektedir. Ayrıca yalnızca normal örnekleme ve eğitim-öğretime devam eden öğrencilerle çalışılmış olması ve klinik örneklem ve öğrenci olmayan ergenlerle karşılaştırma yapılamaması da önemli bir kısıtlılıktır. Okula devam etmeyen ve klinik örneklemin de içerisinde yer aldığı karşılaştırmalı bir çalışmayla daha kapsamlı sonuçlara ulaşılabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer sınırlılığı örneklem grubunun yaş aralığı ile ilgili olabilir. 12 yaş ve sonrası ergenlik dönemi sınırları içerisinde olmasına karşın çalışmanın örnekleminin yaş aralığı 14- 21 yaş arasındadır. Bunun en önemli nedeni ilgili alanyazında, ergenlerde öz-şefkat değişkeni ile ilgili olarak yapılan çalışmaların 14 yaş ve sonrasını kapsamamasıdır. Çünkü ÖŞÖ maddelerinin anlaşılabilmesi için bilişsel olarak yeterli ve soyut düşüncenin gelişmiş olması gerektiği düşünülmektedir.

Veri toplama süreci ile ilgili olarak, Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden liselerde uygulama yapılabilmesi için alınması gereken izin konusunda sorun yaşanılmasına bağlı olarak EKÖ'de "using drugs" olan madde, ölçekten çıkarılmıştır. Dolayısıyla, madde kullanımı düşüncesini ölçen ifadeler sigara ve alkol kullanımı ile sınırlı kalmıştır. Madde kullanımı açısından riskli bir dönem olan ergenlik dönemindeki bireylerin madde kullanımına yönelik düşüncelerinin de araştırılabildiği çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

EKÖ'de teknolojik gelişmelerle ortaya çıkan cep telefonu, bilgisayar oyunları, internet kullanımı, facebook ve twitter gibi sosyal medyanın kullanımı ile ilgili maddelere yer verilmemiş olması önemli bir kısıtlılıktır. Günümüzde facebook ya da twitter hesabı olmayan ergen neredeyse yok gibidir. Buna bağlı olarak da ergenlerin gün içerisindeki zamanlarının büyük bir kısmını bilgisayar karşısında geçirdikleri düşünüldüğünde, zihinlerinin bu tür konularla da sıklıkla meşgul olabileceği kaçınılmazdır. Ancak mevcut çalışmada, ülkemizde EKÖ' yü geliştiren Şahin ve Şahin'in (1995) çalışmasındaki konuların dışına çıkılamamıştır. Bundan sonra bu konu ile ilgili yapılacak çalışmalarda, teknolojik gelişmelerle ergenlerin yaşam

koşullarını büyük oranda etkileyen konuların da dahil edilmesinin daha yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Anne-baba olmak isteyen ya da anaokulu ve kreşlerde çocuğu olan anne-babalara sağlıklı ve anormal gelişim dönemleri, bağlanma ve öz-şefkat ile ilgili eğitimlerin verilmesiyle onların bilgi düzeylerinin arttırılabileceği ve kendileri hakkında farkındalık kazanmalarının sağlanabileceği düşünülmektedir. Bu sayede anne ve baba tasarımlarının insan yaşamındaki önemi kavranarak bu konudaki duyarlılık arttırılabilir.

Bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemindeki bağlanmanın önemini kavrayan anne- babalar, ergenlik dönemindeki çocuklarını daha iyi anlayabilir ve onların özerkleşmelerinde destekleyici rol oynayabilirler. Anne-babalık, bağlanma, öz-şefkat ve tüm bunların psikolojik sağlıklılıkla ilişkisini farkedenden anne babaların daha sağlıklı bireyler yetiştirebilecekleri düşünülmektedir.

Ergenlik dönemi bazı bireyler için stres verici ve çok fazla çatışmanın yaşandığı, zorlu bir süreç olabilir. Araştırma sonuçları ve araştırma örneğini oluşturmuş ergen grubu göz önüne alındığında, ergenlerin düşüncelerini ve psikolojik sağlıklarını belirleyen birçok değişken olduğu görülmektedir. Ancak, ergenlere içinde buldukları gelişim döneminin fizyolojik, psikolojik, duygusal ve gelişimsel özellikleriyle ilgili bilgi verilmesinin son derece önemli olduğu düşünülmektedir.

Ergenlik döneminin en önemli zorluklarından biri de anne-babalar ve öğretmenlerle yaşanan çatışmalardır. Bu çatışmaların azaltılmasında, yeterli eğitim düzeyine sahip, duyarlı anne-baba ve öğretmenlerin ergenlikteki bireylerle sağlıklı düzeyde ve yakınlıkta iletişim kurmasının da son derece yararlı olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca ergenlere etkili iletişim kurulması ve onlara verilecek eğitimlerle farkındalık yaratılması, gelişim döneminin özelliklerinin etkisiyle ortaya çıkan çatışmaları normalleştirebilir. Çatışmalara neden olan stres kaynaklarının araştırılması ve zorluklarla uygun başa çıkma stratejilerinin geliştirilmesiyle de ergenlere bu dönemde gerekli desteğin sağlanabileceği düşünülmektedir. Çatışmaların ve zorlukların azaltılmasıyla birlikte, ergenlerin var olan riskli davranışlarının büyük oranda önlenerek, özerkleşmelerinde daha bilinçli seçimler yapabilmeleri ve psikolojik olarak daha sağlıklı bireyler olmaları sağlanabilir.



## ÖZET

Ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların neler olabileceğinin belirlenmesi ve bu konular ile bireylerin bağlanma tarzları, sahip olunan öz-şefkat düzeyleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerin ele alınması araştırmanın temel amacını oluşturmuştur. Mevcut çalışma, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin araştırıldığı çalışmaların ilki olma özelliğini taşımaktadır. Çalışma örnekleme, 2012-2013 eğitim ve öğretim yılında; lisede (9, 10, 11 ve 12. sınıflar) ve üniversitede okumakta olan kız ve erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Yaş ortalaması 17.26 olan 490 katılımcıdan oluşan örnekleme 197 erkek (%40,2) katılımcı ve 293 (%59,8) kadın katılımcı yer almıştır. Çalışma kapsamında, veri toplama aşamasında, katılımcılara ilişkin sosyo-demografik bilgilere ulaşmak için Demografik Bilgi Formu, ergenlik döneminde zihinlerini meşgul eden konuları belirlemek için Ergenlik Konuları Ölçeği (EKÖ) ergenlik dönemindeki bireylerin bağlanma tarzlarını belirlemek için Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği (ÇBBÖ), öz-şefkat düzeylerini değerlendirmek için Öz-Şefkat Ölçeği (ÖŞÖ), ve psikolojik belirtilerini değerlendirmek için Kısa Semptom Envanteri (KSE) uygulanmıştır. Araştırma sonuçları, tüm temel değişkenlerin (ergenlik konuları, bağlanma tarzları, öz-şefkat, psikolojik belirtiler) birbirleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ergenlik dönemindeki bireylerin psikolojik belirtilerini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yürütülen regresyon analizi, olumsuz kendilik algısı, olumsuz baba algısı, olumlu kendilik algısı, olumlu anne algısı, öz-yargılama, izolasyon, paylaşımların bilincinde olma, sağlık ve ekonomik konular değişkenlerinin psikolojik sağlığı yordayan değişkenler olduğunu göstermiştir. Model testi analiz sonuçlarında,

bağlanma tarzları ile ergenlik döneminde zihni meşgul eden konular arasındaki ilişkide, Öz-Şefkat Ölçeği'nin alt boyutlarının aracı rollerinin olduğu bulunmuştur. Ayrıca, ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilere aracılık etmesi, araştırmanın önemli sonuçları arasındadır.

**Anahtar Sözcükler:** ergenlik konuları, bağlanma tarzları, öz-şefkat, psikolojik belirtiler

## **ABSTRACT**

### **Variables Related to Concerns that Occupy One's Mind in Adolescence: Attachment Styles, Self-Compassion and Psychological Symptoms**

Determination of the concerns that occupy one's mind in adolescence and to be addressed in among relationships these concerns with their attachment styles, having level of self-compassion and psychological symptoms have constituted main purpose of this study. This study has originality that examines the relationship between these variables. The study sample is composed of male and female students who are in high school (9th, 10th, 11th and 12th grades), and studying at the university in 2012-2013 academic year. The mean age of the sample of 490 participants was 17.26, 197 participants were male (40.2%) and 293 participants (59.8%) were women. The scope of study, in the data collection phase, Demographic Information Form was used to access to socio-demographic information on the participants; Adolescent Concern Scale was used to determine concerns that occupy to mind of participants in adolescence; Multi-Dimensional Attachment Scale was used to determine participants' attachment styles; Self-Compassion Scale was used to assess participants' level of self-compassion; Brief Symptom Inventory was used to assess participants' psychological symptoms. The result of the study have shown that all basic variables (adolescent concerns, attachment styles, self-compassion, psychological symptoms) were related to each other. Regression analysis was conducted to determine the predictor variables of psychological symptoms of adolescents was found to be negative self perception, negative father perception,

positive self perception, positive mother perception, self-judgment, isolation, common humanity, health and economic concerns. In model test results of the analysis, subscales of Self-Compassion mediate the relationship between attachment styles and adolescent concerns. Also, that adolescent concerns mediate the relationship between insecurity attachment style and psychological symptoms is one of important results.

**Key Words:** adolescent concerns, attachment styles, self-compassion, psychological symptoms

## KAYNAKÇA

- Adams, J. F. (1995). *Ergenliği anlamak*. J. F. Adams (Ed) *Ergenliği anlamak* (13-47) (Çev. A. Dönmez) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi.
- Adwere-Boamah, J. ve Deborah A. C. (1993), A confirmatory factor analysis of a four-factor model of adolescent concerns revisited. *Journal of Youth Adolescence*, 22:3, 297-312.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., ve Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond Infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Akbağ, M., ve Erden-İmamoğlu, S. (2010). The Prediction of Gender and Attachment Styles on Shame, Guilt, and Loneliness. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 10(2), 669-682.
- Akın, Ü., Akın, A., ve Abacı, R. (2007). Öz-şefkat ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 01-10.
- Akün, E. (süreçte). *Hatırlanan ebevyn kabul reddinin çeşitli psikopatolojilerle ilişkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Armsden, G. C., ve Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 16(5), 427-454.
- Atabek, E. (2002). *Erken büyüyen çocuklar*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Ayverdi, M. (1990). *Erken ergenlik dönemi ergenlerinin depresyon düzeylerini*

*etkileyen bazı dış etmenler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10, 125-143.
- Bandura, A. (1990). Reflections on nonability determinants of competence. In R. J. Sternberg ve J. Kolligian Jr. (Ed.), *Competence considered* (316-352). New Haven, CT: Yale University Press.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: an attachment perspective. *Journal of social personality relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226-244.
- Baron, R. M., ve Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child development*, 887-907.
- Bayramoğlu, A. (2011). Self-compassion in relation to psychopathology . Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bee, H., ve Boyd, D. (2009). *Çocuk Gelişim Psikolojisi* (1.baskı). (Çev. O. Gündüz). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Bennett-Goleman, T. (2001). *Emotional alchemy: How the mind can heal the heart*. New York: Three Rivers Press.

- Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., ve ark. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11, 191-206.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol.1 Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol.3. Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). Developmental psychiatry comes of age. *The American Journal of Psychiatry*, 145(1), 1-10.
- Brach, T. (2003). *Radical acceptance: Embracing your life with the heart of a Buddha*. New York: Bantam Books.
- Brown, B. (1999), "Soul without shame: A guide to liberating yourself from the judge within", Boston: Shambhala Publications, Inc.
- Cacioppo, J. T., ve Hawkley, L. C. (2003). Social isolation and health, with an emphasis on underlying mechanisms. *Perspectives in biology and medicine*,46(3), S39-S52.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman.
- Critchfield, K. L., Levy, K. N., Clarkin, J. F., ve Kernberg, O. F. (2008). The relational context of aggression in borderline personality disorder: Using adult attachment style to predict forms of hostility. *Journal of Clinical Psychology*,64(1), 67-82.
- Cüceloğlu, D. (1992). *İnsan ve Davranışları* (3.baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çayköylü, A., ve Çöl, S. E. (2010). Kız Çocuklarında Cinsel İstismar ve Psikolojik Sonuçları. *Türkiye Klinikleri Jinekoloji Obstetrik Özel Dergisi*, 3(2), 116.
- Çetin, F. Ç., Tüzün, Z., Pehlivan Türk, B., Ünal, F. ve Gökler, B. 2010. Attachment Styles and Self-Image in Turkish Adolescents. *Journal Of Research on Adolescence*, 20(4), 840-848.

- Çuhadaroğlu, F., Canat, S., Kılıç, E., Şenol, S., Rugancı, N., Öncü, B., Hoşgör, A. G., Işıklı, S. ve Avcı, A. (2004). Ergen ve Ruhsal Sorunlar. Durum Saptama Çalışması. Türkiye Bilimler Akademisi (TÜBA) Raporları, Ankara.
- Dacey J. S. ve Travers, J. F. (1996). *Human development* (3.baskı). Chicago: Benchmark Publishers.
- Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma stilleri ve benlik-kavramı arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Deci, E. L., ve Ryan, R. M. (1995). Human autonomy: The basis for true self-esteem. In M. H. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency, and self-esteem* (31-49). New York: Plenum Press.
- Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde Bağlanma Stilleri ile Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22, 89-99.
- Derogatis, L. R. (1992). Brief Symptom Inventory (BSI): Administration, Scoring, and Procedures Manual (2.baskı). USA: Clinical Psychometric Research.
- Dinçel, E. (2006). *Ergenlik Dönemi Gelişimsel Ödevleri ve Psikolojik Problemler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Diyarbakırlı, H. (2007). *Ergen ve Yetişkin Kadınların Ergenlik Dönemlerindeki Flört İlişkilerinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Durak-Batıgün, A., ve Kılıç, N. (2011). İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10.
- Elkind, D. (1970) *Children And Adolescents*. Newyork: Oxford University Press.
- Eneçcan, F. N., Şahin, E. M., Erdal, M., Aktürk, Z., ve Kara, M. (2011). Edirne Şehir



Merkezindeki Lise Öğrencilerinde Riskli Sağlık Davranışlarının Değerlendirilmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 10(6), 687-700.

- Ergin, B. E., ve Dağ, İ. (2013). Kişilerarası problem çözme davranışları, yetişkinlerdeki bağlanma yönelimleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(1), 36-45.
- Erikson, E. H. (1959). Identity and Life Cycle. Psychological Issues (Monograph No.1). New York: International Universities Press.
- Erözkan, A. (2009a). The predictors of depression in eighth grade primary school students. *Elementary Education Online*, 8(2), 334-345.
- Erözkan, A. (2009b). The predictors of loneliness in adolescents. *Elementary Education Online*, 8(3), 809-819.
- Ertem, H. (1980) *Hitit Devletinin İki Eyaleti: Pala- Tum(m)ana ile Yakın Çevrelerindeki Yerlerin Lokalizasyonu Üzerine Yeni Denemeler*. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.
- Foster, J. D., Kernis, M. H., ve Goldman, B. M. (2007). Linking adult attachment to self-esteem stability. *Self and Identity*, 6(1), 64-73.
- Gallatin, J. (1995). *Ergenlik kuramları*. J.F. Adams (Ed) Ergenliği anlamak (49-80) (Çev. Nermin Çelen) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi.
- Gander, M. J., ve Gardiner, H. W. (2007). *Çocuk ve Ergen Gelişimi* (6.baskı). B. Onur (Ed.). İstanbul: İmge Kitabevi.
- Geçtan, E. (2005). *Psikanaliz ve Sonrası* (11.baskı). İstanbul: Metis Yayınları.
- Gezen, M., ve Oral, E. T. (2013). Attachment styles and degree of the psychological symptoms in women staying in a shelter for battered women or in their home where they were exposed to violence. *Düşünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 26(1), 65-71.
- Gilbert, P., ve Irons, C. (2005). Therapies for shame and self-attacking, using cognitive, behavioural, emotional imagery and compassionate mind training.

- P. Gilbert (Ed.), *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy* (263-325). London: Routledge.
- Goldberg, S. (2004). *Attachment And Development* (2.baskı). London: Hodder Headline Group.
- Goldstein, J., ve Kornfield, J. (1987). *Seeking the heart of wisdom: The path of insight meditation*. Boston: Shambhala.
- Goodwin, L., Fairclough, S. H. ve Poole, H. M. (2013). A cognitive–perceptual model of symptom perception in males and females: The roles of negative affect, selective attention, health anxiety and psychological job demands. *Journal of Health Psychology*, 18(6), 848-857.
- Görgün, S., Tiryaki, A., ve Topbaş, M. (2010). Üniversite öğrencilerinde madde kullanma ve anne babaya bağlanma biçimleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11, 305-312.
- Grotevant, H. D., ve Cooper, C. R. (1985). Patterns of interaction in family relationships and the development of identity exploration in adolescence. *Child Development*, 56(2), 415-428.
- Grotevant, H. D. ve Thorbecke, W. L. (1982). Sex Differences in Styles of Occupational Identity Formation in Late Adolescence. *Developmental Psychology*, 18(3), 396-405.
- Güler, N., Uzun, S., Boztaş, Z., ve Aydoğan, S. (2002). Anneleri tarafından çocuklara uygulanan duygusal ve fiziksel istismar/ihmal davranışı ve bunu etkileyen faktörler. *Cumhuriyet üniversitesi, Tıp Fakültesi Dergisi*, 24(3), 128-134.
- Günaydın, B. ve Yöndem, Z. D. (2007). Ergenlerin Akran Bağlılığının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Aibü Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 141- 153.

- Günce, G., Ünlüoğlu, G., Gürkaynak, İ., Zeytinoğlu, S., Çileli, M., Dönmez, A., Öner, U. ve Onur, B. (1985). *Ergenlik Psikolojisi*. Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık.
- Gürlek-Yüksel, E. (2006). *Üniversite öğrencilerinin ayrılma bireyleşme özellikleri ve etkileyen Etmenler*. Yayınlanmamış tıpta uzmanlık tezi, Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Haliloğlu, S. (2008). *Ortaöğretim 9. Sınıf öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri, bağlanma biçimleri ve işlevsel olmayan tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hall, G. S. (1904). *Adolescence: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education (1 and 2)* New York: D. Appleton & Co.
- Hamarta, E. (2004). Attachment theory. *Anadolu University Journal of Faculty of Education, 14*(1), 53-66.
- Hamidi, F. (2012). *Ergen-Ebeveyn İlişkinin Doğası, Depresyon ve Psikososyal İşlevsellik Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Harinck, F., ve Van-Kleef, G. A. (2012). Be hard on the interests and soft on the values: Conflict issue moderates the effects of anger in negotiations. *British Journal of Social Psychology, 51*(4), 741-752.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford Press.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental Tasks and Education (3.baskı)*. New York: David McKay Co.
- Hayes, A. F., ve Preacher, K. J. (2012). Statistical mediation analysis with a multicategorical independent variable. *Manuscript submitted for publication, 1-51*.

- Jessor, R. (1998) *New Perspectives on Adolescent Risk Behavior*. USA: Cambridge University Press.
- Kalkan, M. (2008). Dating anxiety in adolescents: scale development and effectiveness of cognitive-behavioral group counseling. *Eurasian Journal of Educational Research*, 32, 55-68.
- Kalkan, M., ve Özbek, S. K.(2011). Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları Ergenlerdeki Flört Kaygısını Yordar mı? *Türk J Child Adolesc Ment Health*, 18(1): 35-44.
- Kapçı, E. G. ve Küçüker, S. (2006). Ana babaya bağlanma ölçeği: türk üniversite öğrencilerinde psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4), 286-295.
- Karancı, A. N., Gençöz, F. ve Bozo, Ö. (Ed.). (2012). *Psikolojik Sağlığımızı Nasıl Koruruz? I Çocukluk ve Ergenlik* (2.baskı). Ankara: ODTÜ Yayıncılık.
- Kavlak, O., ve Şirin, A.(2009). The Turkish version of maternal attachment inventory. *International Journal of Human Sciences*, 6(1), 188-202.
- Kaya, B. (2010). *Yatılı ilköğretim bölge okulu II. Kademe öğrencilerinin bağlanma stillerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kaya, M., Genç, M., Kaya, B., ve Pehlivan, E. (2007). Tıp Fakültesi ve Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Depresif Belirti Yaygınlığı, Stresle Başa Çıkma Tarzları ve Etkileyen Faktörler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(2), 137- 146.
- Kesebir, S., Özdoğan Kavzoğlu, S. Ö. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 3(2), 321-342.
- Keskin, G. ve Çam, O.(2009). Ergenlik ve Bağlanma Süreci: Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi. *Yeni Sempozyum Dergisi*, 47(2), 52-59.
- Koç, M. (2002). *Ergenlik döneminde dua ve ibadet psikolojisinin ruh sağlığı*

*üzerindeki etkileri.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Koç, V. (2008). *Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kohlberg, L. (1976). Moral stages and moralization: The cognitive-developmental approach. T. Lickona (Ed.), *Moral development and behavior: Theory, research, and social issues.* New York: Holt, Reinhart & Winston.

Kolay-Akfert, S. K., Çakıcı, E., ve Çakıcı, M. (2009). Üniversite öğrencilerinde sigara-alkol kullanımı ve aile sorunları ile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 10(1), 40-47.*

Kökçü, F., ve Kesebir, S. (2010). İki Uçlu Olgular ve Çocuklarında Bağlanma Biçimi'nin Mizaç, Kişilik ve Klinik Özellikler İle İlişkisi: Kontrollü Bir Çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi, 21, 1-10.*

Kulaksızoğlu, A. (2001). *Ergenlik Psikolojisi* (4.baskı). İstanbul: Remzi Kitapevi.

Laible D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Pers Individ Dif, 43, 1185-1197.*

Leadbeater, B. J., Kupermine, G. P., Blatt, S. J., ve Hertzog, C. (1999). A multivariate model of gender differences in adolescents' internalizing and externalizing problems. *Developmental Psychology, 35, 1268-1282.*

Leary, M. R., Adams, C. E., ve Tate, E. B. (2005). *Adaptive self-evaluations: Self-compassion versus self-esteem.* Paper presented at the 113th Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, DC.

Liu, L., Cohen, S., Schulz, M. S., ve Waldinger, R. J. (2011). Sources of somatization: Exploring the roles of insecurity in relationships and styles of anger experience and expression. *Social Science & Medicine, 73(9), 1436-1443.*

- Mahler, M. S. (1967). On human symbiosis and the vicissitudes of individuation. *Journal of the American Psychoanalytic Association, 15*, 740-763.
- Mallinckrodt, B., ve Wei, M. (2005). Attachment, Social Competencies, Social Support, and Psychological Distress. *Journal of Counseling Psychology, 52*(3), 358-367.
- Malrieu, P. (1985). Ergenlikte Toplumsallaşma. (Çev. B.Onur). *Ergenlik Psikolojisi* (Ed. B.Onur). Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık.
- Marchiori E, Loschi S, Marconi P. L., Mioni D. ve Pavan L. (1999). Dependence, locus of control, parental bonding, and personality disorders: a study in alcoholics and controls. *Alcohol Alcohol, 34*, 396-401.
- McKee, M., Roring, S., Winterowd, C., ve Porras, C. (2012). The Relationship of Negative Self-Schemas and Insecure Partner Attachment Styles With Anger Experience and Expression Among Male Batterers. *Journal of interpersonal violence, 27*(13), 2685-2702.
- Mikulincer, M., ve Shaver, P. R. (2005). Attachment security, compassion, and altruism. *Current directions in psychological science, 14*(1), 34-38.
- Miller, P. H. (2008). *Gelişim Psikolojisi Kuramları*. B. Onur(Ed.). Ankara: İmge Kitapevi.
- Muris, P., Meesters, C., van Melick, M., ve Zwambag, L. (2001). Self-reported attachment style, attachment quality, and symptoms of anxiety and depression in young adolescents. *Personality and Individual Differences, 30*(5), 809-818.
- Muuss, R. E. (2006). *Theories of Adolescence*. (6. Baskı) New York: McGraw- Hill Publishers.
- Neff, K. D. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity, 2*, 223-250.

- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85-102.
- Neff, K. D. (2008a). *Self-compassion among adolescents*. Paper presented at the 38th annual meeting of the Jean Piaget Society, Quebec City, Canada.
- Neff, K. D. (2008b). Self-compassion: Moving beyond the pitfalls of a separate self-concept. In J. Bauer & H. A. Wayment (Eds.) *Transcending Self-Interest: Psychological Explorations of the Quiet Ego* (95-106). Washington: APA Books.
- Neff, K. D., Rude, S.S., ve Kirkpatrick, K. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41, 908-916.
- Neff, K. D. ve McGhee, P. (2010). Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults. *Self and Identity*, 9, 225–240.
- Neff, K. D. ve Vonk, R. (2009). Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways of Relating to Oneself. *Journal of Personality*, 77(1).
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 569-582.
- Offer, D., Ostrov, E., ve Howard, K. I. (1989). Adolescence: What is normal? *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 143(6), 731-736.
- Origlia, D. ve Ouillon, H. (1985). Toplumda Okulda ve Ailede Ergen. (Çev. B. Onur). *Ergenlik Psikolojisi*. B.Onur (Ed.). Ankara:Hacettepe Taş Kitapçılık.
- Öveç, Ü. (2007). *Öz-şefkat ile Öz-Bilinç, Depresyon, Anksiyete ve Stres Arasındaki İlişkilerin Yapısal Eşitlik Modeliyle İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özbay, H. ve Öztürk, E. (1992). *Gençlik*. İstanbul: İletişim Yayıncılık A.Ş.
- Özen, D. Ş. ve Aktan, T. (2010). *Bağlanma ve Zorbalık Sisteminde Yer Alma: Başa*

- Çıkma Stratejilerinin Aracı Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25(65):101-113.
- Öztürk, M. O. ve Uluşahin, A. (2008). *Ruh Sağlığı Bozuklukları I* (11.baskı). Ankara: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Postman, N.(1995). *Çocukluğun Yokoluşu*. (Çev. K. İnal). (1.Baskı) Ankara: İmge Kitabevi.
- Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 36(4), 717-731.
- Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior research methods*, 40(3), 879-891.
- Rague-Bogdan, T. L., Ericson, S. K., Jackson, J., Martin, H. M. ve Bryan, N. A. (2011). Attachment and Mental and Physical Health: Self- Compassion and Mattering as Mediators. *Journal of Conseling Psychology*, 58(2), 272-278.
- Rick A. D., (2006). Vanheule S. The relationship between perceived parenting, adult attachment style and alexithymia in alcoholic inpatients. *Addict Behav*, 31, 1265- 1270.
- Ridout, B., Campbell, A., ve Ellis, L. (2012). ‘Off your Face (book)’: Alcohol in online social identity construction and its relation to problem drinking in university students. *Drug and alcohol review*, 31(1), 20-26.
- Rocheblave-Spenle, A. M. (1980). *Ergenlik Psikolojisi* (1.baskı). (Çev. B. Onur). Ankara: Maya Matbaacılık Yayıncılık.
- Rosenberg, M. B. (2000), *Nonviolent communication: A language of compassion*. Encinitas, CA: PuddleDancer Press.
- Sable, P. (2008). What is adult attachment? *Clinical Social Work Journal* 36, 21-30.
- Salzberg, S. (1997). *Lovingkindness: The revolutionary art of happiness*. Boston: Shambala.



- Sarı, M. ve Cenkseven, F. (2008). İlköğretim öğrencilerinde okul yaşam kalitesi ve benlik kavramı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2).
- Seligman, M. E. (1995). *The optimistic child*. Boston: Houghton Mifflin.
- Sezer, Ö. (2009). Ergenlerin Kendilik Algılarının Anne Baba Tutumları ve Bazı Faktörlerle İlişkisi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 1-19.
- Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., ve Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 373-386.
- Sonucu, E. (2010). *Psychiatric Symptomatology, Attachment Style, And Burnout Among Mental Health Professionals In Turkey*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şahin, C. ve Tunçel, M. (2008). Sınıf öğretmenliği ve beden eğitimi öğretmenliğinde öğrenim gören öğrencilerin psikososyal uyum düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 45-50.
- Şahin, N. ve Şahin, N. H. (1995). Dimensions of Concerns: the case of Turkish adolescents. *Journal of Adolescence*, 18, 1-21.
- Şahin, N. H., ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk Gençleri için Uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 44-56.
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D. ve Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri (KSE): Ergenler İçin Kullanımının Geçerlik, Güvenilirlik ve Faktör Yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 125-135.
- Tabaschnik, B. G. ve Fidel, L. S. (1996). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Tekin, M., Yıldız, M., Lök, S., ve Taşgın, Ö. (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğretmen adaylarının çeşitli değişkenlere göre demokratik tutum düzeylerinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 204-212.

- Terzi, Ş., ve Cihangir-Çankaya, Z. (2012). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve stresle başa çıkma tutumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 1-11.
- Thompson, R., ve Zuroff, D. C. (1999). Development of self-criticism in adolescent girls: Roles of maternal dissatisfaction, maternal coldness, and insecure attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(2), 197-210.
- Thompson, R. A. (1998). Emotional Competence and The Development of Self. *Psychological Injury*, 9(4), 308-309.
- Troisi, A., ve D'Argenio, A. (2004). The relationship between anger and depression in a clinical sample of young men: the role of insecure attachment. *Journal of affective disorders*, 79(1), 269-272.
- Tüzün O. ve Sayar K. (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Tüzün, Z. (2006). *Çeşitli psikolojik sorunları olan ergenlerde bağlanma biçimleri ve algılanan aile ortamları ile kişilerarası şema örüntüleri arasındaki ilişkilerin objektif ve projektif temelli değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ünal, S., Küey, L., Güleç, C., Bekaroğlu, M., Evlice, Y. E., ve Kırılı, S. (2002). Depresif bozukluklarda risk etkenleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 8-15.
- Ünver, Ö., Tolan, B., Bulut, I. ve Dağdaş, C. (1986). *12-24 Yaş Gençlerin Sosyo-Ekonomik Sorunları*. N. Nirun (Ed.) T.C. MEB Gençlik ve Spor Bakanlığı Gençlik Hizmetleri ve Dairesi Başkanlığı.
- Üstün, A., ve Yılmaz, M. (2008). Üniversite öğrencilerinin aile içi demokrasi ile ilgili görüşlerinin cinsiyet ve anne-baba eğitim düzeyine göre değerlendirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 9(2), 77-90.
- Varlık, E. (2011). *Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Violato, C. and Holden, W. B., (1988). A Confirmatory Factor Analysis of a Four-Factor Model of Adolescent Concerns. *Journal of Youth and Adolescence*, 17(1), 101-113.
- Wedekind, D., Bandelow, B., Heitmann, S., Havemann-Reinecke, U., Engel, K. R., ve Huether, G. (2013). Attachment style, anxiety coping, and personality-styles in withdrawn alcohol addicted inpatients. *Substance abuse treatment, prevention, and policy*, 8(1), 1-7.
- Wei, M., Liao, K. Y., Ku, T. ve Shaffer, P. A. (2011). Attachment, Self-Compassion, Empathy, and Subjective Well-Being Among College Students and Community Adults. *Journal of Personality*, 79(1).
- Yaka, A. İ. (2011). *Bağlanma, erken döneme yönelik şemalar, öz-yönetim ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yörükoğlu, A. (2004). *Çocuk Ruh Sağlığı* (27.baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yücedağ, Ş. (1994). *Ergenlik dönemi problemleri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişki*.Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Zimmermann, P. ve Becker-Stoll, F. (2002). Stability of attachment representations during adolescence: the influence of ego-identity status. *Journal of Adolescence*, 25(1), 107-124.

## EKLER

### EK1. BİLGİLENDİRME VE ONAM FORMU I

Bu çalışma, ergenlik dönemindeki bireylerin zihnini meşgul eden konularla ilişkili psikolojik değişkenleri ve bu değişkenlerin düzeylerini belirlemek amacı ile Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Psk. Sezin ANDİÇ'in bitirme tezi olarak hazırlanmıştır.

Bu çalışmada, sizinle birebir olarak tezi hazırlayan araştırmacı çalışacak ve aşağıdaki ölçekler uygulanacaktır:

- Ergenlik Kaygıları/Konuları Ölçeği
- Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği 2011
- Öz-şefkat Ölçeği
- Kısa Semptom Envanteri

Uygulama süresi 25-35 dakika arasında değişebilir. Uygulama sizin için uygun olan bir zaman diliminde yapılacaktır. Uygulamaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalıdır ve araştırmaya katılmayı kabul edip etmemeniz sizin eğitiminiz ile ilgili hiçbir durumu değiştirmeyecektir. Araştırmaya katılmayı kabul ettiğinizde de uygulamanın herhangi bir bölümünde katılımınızdan vazgeçme hakkına sahipsinizdir. Uygulamanın size hiçbir maddi getirisi olmamakla birlikte araştırma ile ilgili her türlü sorunuz yanıtlanacaktır.

Sizden alınan her türlü kimlik bilgisi gizli tutulacaktır. Araştırmanın hiçbir kısmında kimlik bilgileri yayınlanmayacak ya da deşifre edilmeyecektir. İsterseniz uygulama sonrasında uygulama formunun üzerinden kimlik bilgileriniz silinebilir.

Araştırmanın herhangi bir yerinde duyduğunuz bir rahatsızlıkta, araştırmacının tez danışmanı Ankara Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN'e başvurabilirsiniz.

#### ONAY BİLDİRGESİ:

Araştırma hakkında ayrıntılı olarak bilgilendirildim. Bu araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kendi rızamla kabul ediyorum.

Tarih:

İmzası:

Katılımcının Adı Soyadı:

Uygulayıcının Adı Soyadı:

## EK2. BİLGİLENDİRME VE ONAM FORMU II

Bu çalışma, ergenlik dönemindeki bireylerin zihnini meşgul eden konularla ilişkili psikolojik değişkenleri ve bu değişkenlerin düzeylerini belirlemek amacı ile Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisi Psk. Sezin ANDİÇ'in bitirme tezi olarak hazırlanmıştır.

Bu çalışmada, sizinle birebir olarak tezi hazırlayan araştırmacı çalışacak ve aşağıdaki ölçekler uygulanacaktır:

- Ergenlik Kaygıları/Konuları Ölçeği
- Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği 2011
- Öz-şefkat Ölçeği
- Kısa Semptom Envanteri

Uygulama süresi 25-35 dakika arasında değişebilir. Uygulama sizin için uygun olan bir zaman diliminde yapılacaktır. Uygulamaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalıdır ve araştırmaya katılmayı kabul edip etmemeniz sizin eğitiminiz ile ilgili hiçbir durumu değiştirmeyecektir. Araştırmaya katılmayı kabul ettiğinizde de uygulamanın herhangi bir bölümünde katılımınızdan vazgeçme hakkına sahipsinizdir. Uygulamanın size hiçbir maddi getirisi olmamakla birlikte araştırma ile ilgili her türlü sorunuz yanıtlanacaktır.

Sizden alınan her türlü kimlik bilgisi gizli tutulacaktır. Araştırmanın hiçbir kısmında kimlik bilgileri yayınlanmayacak ya da deşifre edilmeyecektir. İsterseniz uygulama sonrasında uygulama formunun üzerinden kimlik bilgileriniz silinebilir.

Araştırmanın herhangi bir yerinde duyduğunuz bir rahatsızlıkta, araştırmacının tez danışmanı Ankara Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. Ayşegül DURAK BATIGÜN'e başvurabilirsiniz.

### ONAY BİLDİRGESİ:

Araştırma hakkında ayrıntılı olarak bilgilendirildim. Bu araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kendi rızamla kabul ediyorum.

Tarih:

İmzası:

Katılımcının Adı Soyadı:

Velinin Adı Soyadı:

Uygulayıcının Adı Soyadı:

### EK3. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı,

Ankara Üniversitesi DTCF Psikoloji Bölümü tarafından yürütülen bu çalışma, Türkiye'deki gençlerin zihnini meşgul eden konularla ilgili bilgi toplamayı amaçlamaktadır. Aşağıda bu amaca yönelik bir dizi soru formu göreceksiniz. Sizlerden ricamız, elde edilecek bilgilerin sağlıklı olabilmesi için kendi durumunuzu içtenlikle ve dürüstçe yansıtacağınız cevapları vermenizdir.

Size kimliğiniz ile ilgili herhangi bir bilgi sorulmayacaktır. Toplanacak bilgiler grup halinde değerlendirilecektir. ARAŞTIRMAYA KATILIM TUMÜYLE GÖNÜLLÜLÜK ESASINA DAYALIDIR. Ancak, her birinizin tek tek katkısı bizim için çok önemlidir; bu nedenle katılımınızı dileriz. Bize vereceğiniz destek için şimdiden teşekkür ederiz.

Prof. Dr. Ayşegül Durak Batıgün  
Psikolog Sezin ANDIÇ

Üniversite/Okul:.....

Bölüm/ Sınıf:.....

Doğum tarihiniz:.....

Cinsiyetiniz: K( ) E( )

Anne Eğitimi: Anne sağ ( ) Anne sağ değil ( )

Okur-yazar değil ( )

Okur- yazar ( )

İlkokul ( )

Ortaokul ( )

Lise ( )

Üniversite/Yüksek okul ( )

Baba Eğitimi: Baba sağ ( ) Baba sağ değil ( )

Okur-yazar değil ( )

Okur- yazar ( )

İlkokul ( )

Ortaokul ( )

Lise ( )

Üniversite/Yüksek okul ( )

Anne mesleği: .....

Baba mesleği:.....

Anne-baba Beraber ( ) Ayrı ( )

Kardeş sayısı:

Yok ( )

Diğer (siz dahil kaç kardeşsiniz sayısını yazınız):.....

Kaçıncı çocuk olduğunuzu yazınız:.....

Eve giren toplam gelir:.....

#### EK4. ERGENLİK KONULARI ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ

Aşağıda zaman zaman zihninizi meşgul eden konular yer almaktadır. Lütfen her bir ifadeyi okuyunuz ve **o ifadenin zihninizi meşgul etme derecesini** 1 (Asla meşgul etmez) ile 4 (Çok sık meşgul eder) arasında (x) işareti koyarak derecelendiriniz.

1	2	3	4
Asla	Bazen	Sık Sık	Çok Sık

	ASLA	BAZEN	SIK SIK	ÇOK SIK
1. Okuldaki derecem	1	2	3	4
2. Nükleer savaş	1	2	3	4
5. Karşı cinsten arkadaşlarımla iyi geçinmek	1	2	3	4
6. Sigara içmek	1	2	3	4
9. Aile üyelerinden birinin sağlık problemleri	1	2	3	4
12. Okulu bitirdiğimde bir işimin olması	1	2	3	4
13. Alkol almak	1	2	3	4
18. Gerçekten neye benzediğimi keşfetmek	1	2	3	4
19. Okuldayken yarı zamanla bir işe sahip olmak	1	2	3	4
20. Sağlık problemlerimin olması	1	2	3	4
40. Dini konular	1	2	3	4
41. Yalnızlık	1	2	3	4
42. Toplumumuzdaki politik/siyasi olaylar	1	2	3	4
43. Ülkemin nüfus oranının artması	1	2	3	4
46. Ben ve arkadaşlarım arasındaki rekabet	1	2	3	4

## EK5. ÇOK BOYUTLU BAĞLANMA ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ

Aşağıda, **ebeveynleriniz** (anne-baba ya da size bakım veren kişi), **arkadaşlarınız** (özel ilişkinizi ve genel arkadaşlarınızı kapsar) ve **kendinizle** ilişkili çeşitli ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her bir ifadeyi okuyunuz ve o ifadenin sizin yaşantınızı tanımlama açısından ne kadar uygun olabileceğine karar veriniz. Eğer bahsedilen kişilerden biri(leri) şu anda yaşamıyorlarsa, lütfen soruları, o veya onlar hayatta iken yaşadığınız ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırınız. Yanıtınızı, her maddenin yanındaki 1 den 5'e kadar olan seçeneklerden birinin altına (X) işareti koyarak veriniz. Eğer annenizi çok küçük yaşta kaybettiyseniz, “anne” olarak sorulan soruları, “size bakım veren kişi”yi (akraba, üvey anne, bakıcı anne, bakıcı, vb.) düşünerek yanıtlayınız. Aynı şekilde, eğer babanızı çok küçük yaşta kaybettiyseniz, “baba” olarak sorulan soruları, “baba figürü yerine geçen kişi”yi (akraba, üvey baba, vb.) düşünerek yanıtlayınız.

**Seçeneklerin ne anlama geldiği aşağıdaki anahtarda belirtilmektedir:**

- 1 = (%0) Benim yaşantımı kesinlikle tanımlamıyor
- 2 = (%25) Benim yaşantımı biraz tanımlıyor
- 3 = (%50) Benim yaşantımı orta derecede tanımlıyor
- 4 = (%75) Benim yaşantımı çoğunlukla tanımlıyor
- 5 = (%100) Benim yaşantımı tam anlamıyla tanımlıyor

1	2	3	4	5
Hiç %0	Biraz %25	Orta %50	Çoğunlukla %75	Tamamen %100

	Hiç	Biraz	Orta	Çoğunlukla	Tamamen
1. Annem iyi niyetli bir insandır (dı).	1	2	3	4	5
2. Çocukluğumda annemle oynamak ya da ders çalışmak benim için bir zevkti.	1	2	3	4	5
4. Annem yanımda olmasa bile onun beni onaylayacağını bilirim (dim).	1	2	3	4	5
9. Çocukluğumda babam yanımdan uzaklaştığında herhangi bir tepki göstermezdim (umursamazdım).	1	2	3	4	5
10. Babam çocukken bana kızdığına hakaret ederdi.	1	2	3	4	5
19. Arkadaşlarım iyi niyetli insanlardır.	1	2	3	4	5
20. Alıngan bir insanımdır.	1	2	3	4	5



## EK6. ÖZ-ŞEFKAT ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ

Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendiriniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir. Lütfen **her ifadeye** mutlaka **TEK yanıt** veriniz ve kesinlikle **BOŞ bırakmayınız**. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.

		Hiçbir zaman	Nadir en	Sık sık	Genellikle	Her zaman
3	Bir şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılıp giderim.	1	2	3	4	5
4	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
7	Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım.	1	2	3	4	5
8	Başarısızlıklarımı insanlık halinin bir parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan her şeye kafamı takar ve onunla meşgul olurum.	1	2	3	4	5
11	Yetersizliklerim hakkında düşündüğümde, bu kendimi yalnız hissetmeme ve dünyayla bağlantımı koparmama neden olur.	1	2	3	4	5

## EK7. KISA SEMPTOM ENVANTERİ ÖRNEK MADDELERİ

Aşağıda insanların bazen yaşadıkları belirtiler ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyun. Daha sonra o belirtinin sizi bugün dahil, son bir haftadır ne kadar rahatsız ettiğini yandaki kutulardan uygun olanın içini X işaretleyerek gösterin. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösterin. Fikir değiştirirseniz ilk yanıtınızın üstünü karalayın.

		Hiç	Biraz	Orta derece de	Çok	Epey fazla
1.	İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali					
10.	İnsanların çoğuna güvenilemeyeceği hissi.					
13.	Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları.					
14.	Başka insanlarla beraberken bile yalnızlık hissetme.					
15.	İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetme.					
16.	Yalnızlık hissetme.					
17.	Hüzünlü, kederli hissetme.					
20.	Kolayca incinebilme , kırılma.					
22.	Kendini diğer insanlardan daha aşağı görmek.					
23.	Mide bozukluğu, bulantı.					
27.	Karar vermede güçlükler.					