

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
UYGULAMALI PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ERGENLERİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK
DÜZEYLERİ VE HAYAT AMAÇLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Hasan ŞAHİN**

**Danışmanı
Yard.Doç.Dr.Ayşegül YETKİN**

İstanbul – 2018

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
UYGULAMALI PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ERGENLERİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK
DÜZEYLERİ VE HAYAT AMAÇLARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Hasan ŞAHİN**

**Danışmanı
Yard.Doç.Dr.Ayşegül YETKİN**

İstanbul – 2018

T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

.....Psikoloji.....Anabilim/Anasanat Dalı Uygulamalı Psikoloji Programı Tezli Yüksek Lisans
öğrencisi Hasan SAHİN tarafından hazırlanan
“Ergenlerin Psikolojik Sağlamlık Düzeyleri ve Hayat Amaçları
Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”
adlı bu çalışma jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sınav Tarihi : 16.01/2018

(Jüri Üyesinin Ünvanı, Adı, Soyadı ve Kurumu) :

İmzası :

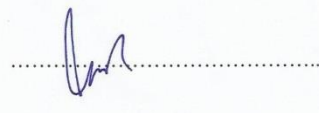
Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Ayşenül YETKİN
Danışman: Halis Üniv. Eğitim ASD/ABD Öğr. Üyesi



Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Atilla TEKİN
Halis Üniv. Psikoloji ASD/ ABD Öğr. Üyesi



Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Ali DAYI
Beykent Üniv. Psikoloji ASD/ ABD Öğr. Üyesi



Jüri Üyesi:
.....Üniv. ASD/ ABD Öğr. Üyesi (Yedek)

Jüri Üyesi:
.....Üniv. ASD/ ABD Öğr. Üyesi (Yedek)

ÖNSÖZ

Ergenlerin yaşamış oldukları sosyal sorunlar, uyum problemleri, stres faktörleri, gelecek kaygısı, akademik güçlükler, kimlik arayışı sebepli problemler, gelecekle ilgili beklentiler, bu problemlerle başa çıkmada yaşadıkları zorluklar ve hayat amaçları bağlamında psikolojik sağlamlıklarının araştırılması konusunda birtakım psikolojik destek almaları açısından önemli bir yere sahiptir.

Bu çalışma 9.10.11. ve 12. Sınıfta eğitim gören, ergen olarak adlandırılan öğrencilerin hayat amaçları ve psikolojik sağlamlıklarını incelemeyi amaçlamıştır. İstanbul ili, Beylikdüzü ilçesi, Özel Beykent Eğitimde Rasyonel Açılım Anadolu Lisesi öğrencilerinin verilerinden hareketle değerlendirmeler yapılmıştır. Toplanan verileri ışığında öğrencilerin hayat amaçları ve psikolojik sağlamlık düzeyleri bazı demografik veriler eşliğinde değerlendirilmiş, bazı problemlere yönelik öneriler getirilmiş ve bu alanda literatüre katkı sağlanmaya çalışılmıştır.

Ergenlerin hayat amaçları ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen tezimi hazırlama sürecinde tüm olumsuzluklara rağmen desteğini ve bilgilerini esirgemeyen tez danışmanın Sayın Yrd.Doç.Dr. Ayşegül YETKİN' e, bu süreçte tüm yüreğiyle arkamda olan, varlığıyla eşsiz güç veren başta babam Kadir ŞAHİN' e, şefkati, sevgisi ve duaları ile eşsiz gücünü hissettiren annem Günnaz ŞAHİN' e, varlıklarına çok şey borçlu olduğum biricik ablalarım Hacer ŞAHİN CELEP ve Hanife ŞAHİN KUŞ' a, bir ağabeyin erkek kardeşi olmanın haklı gururunu yaşatan ağabeyim Ferhat ŞAHİN' e, çalışmama gönüllü olarak katılmayı kabul eden Era Koleji'ndeki iki sene boyunca öğretmenleri olma şerefine ulaştığım öğrencilerime ve son olarak bu günlere gelmemde emeğini yok sayamayacağım, Gaziosmanpaşa Anadolu Lisesi, İstanbul Aydın Üniversitesi ve Haliç Üniversitesi'ndeki eğitim hayatım boyunca ışığıyla beni aydınlatmış olan bütün öğretmenlerime sonsuz teşekkür ve şükranlarımı sunarım.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

TABLoların LİSTESİ	VII
KISALTMALAR	IX
ÖZET.....	X
ABSTRACT	XI
1.GİRİŞ	0
1.1.Problem Durumu:.....	0
1.2.Problem Cümlesi :.....	2
1.3.Alt Problemler :.....	2
1.3.Sayıtlılar :	4
1.4.Sınırlılıklar :	5
1.5.Tanımlar :	5
1.5.1. Ergenlik:.....	5
1.5.2.Psikolojik Sağlık	5
1.5.3.Hayat Amacı:	5
2.İLGİLİ LİTERATÜR.....	6
2.1.Ergenlik	6
2.1.1.Ergenlikte Gelişim	6
2.1.1.1.Ergenlikte Psiko-Seksüel Gelişim.....	6
2.1.1.2.Ergenlikte Fiziksel Gelişim.....	7
2.1.1.3.Ergenlikte Cinsel Kimlik Gelişimi.....	7
2.1.2.Farklı Kuramsal Yaklaşımlarda Ergenlik.....	8
2.1.2.1.Eriksonun Gelişim Kuralı	8
2.1.2.2.Psikanalitik Kuram.....	8
2.1.2.3.Piaget Bilişsel Gelişim Kuramı.....	9
2.1.2.4.Stanley Hall'ın Kuramı	10
2.2. Pozitif Psikoloji.....	10
2.2.1. Psikolojik Sağlık (Dayanıklılık).....	13
2.2.2. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler	14
2.2.2.1. Bireysel Faktörler.....	14

2.2.2.2. Ailesel Faktörler.....	15
2.2.2.3. Çevresel Faktörler.....	15
2.2.3. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	16
2.3. Hayat (Yaşam) Amaçları.....	17
2.3.1. İçsel/Dışsal Amaçlar.....	18
2.3.2. Amaçlara Ulaşmada Başarısızlığın Nedenleri.....	18
2.3.3. Hayat Amaçları İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	19
3.YÖNTEM.....	22
3.1. Araştırmanın Modeli.....	22
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	22
3.3. Veri Toplama Araçları.....	23
3.3.1. Demografik Bilgi Formu.....	23
3.3.2. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği.....	23
3.3.3. Hayat Amacı Ölçeği (LPQ).....	24
3.4. Verilerin Toplanma Yöntemi.....	25
3.5. Verilerin Analizi.....	25
4. BULGULAR VE YORUM.....	27
4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Frekans Dağılımları.....	27
4.2. Hayat Amacı ve Psikolojik Sağlamlık ile İlgili Bulgular.....	30
4.3. Alt problemlere İlişkin Bulgular.....	35
5. TARTIŞMA.....	47
5.1.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Cinsiyetleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	47
5.2.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Kaçınıcı Sınıf Düzeyinde Eğitim Gördükleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	48
5.3.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Ebeveynlerinin Sağlıklı/Sağlıksız Olmaları veya Hayatta Olmamaları Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	48
5.4.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Ebeveynlerinin Birlikte/Boşanmış Olmaları Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	49
5.5.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Algılanan Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	49
5.6.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Sahip Oldukları Kardeş Sayıları Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	50
5.7.Ergenlerin Yaşam Amaçları İle Cinsiyetleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	50
5.8.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Kaçınıcı Sınıf Düzeyinde Eğitim Gördükleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	51

5.9.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Ebeveynlerinin Sağlıklı/Sağlıksız Olmaları Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	51
5.10.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Ebeveynlerinin Birlikte/Boşanmış Olmaları Arasındaki İlişkinin Tartışılması.....	51
5.11.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Algılanan Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin Tartışılması	52
5.12.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Sahip Oldukları Kardeş Sayıları Arasındaki İlişkinin Tartışılması	52
5.13.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Hayat Amaçları Arasında İlişkinin Tartışılması	52
6.SONUÇ VE ÖNERİLER.....	53
KAYNAKÇA	56
EKLER.....	62
EK 1: Demografik Bilgi Formu	63
Ek 2: Hayat Amacı Ölçeği	64
Ek 3: Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği	65
Ek: Etik Kurul Onay Formları.....	66
ÖZGEÇMİŞ.....	68

TABLULARIN LİSTESİ

	Sayfa No
Tablo 1. Sınıf Düzeyi Dağılımı.....	26
Tablo 2. Cinsiyet Dağılımı.....	27
Tablo 3. Ebeveyn Sağlık Durumu Dağılımı.....	27
Tablo 4. Ebeveyn Birliktelik Durumu Dağılımı.....	27
Tablo 5. Algılanan Akademik Başarı Dağılımı.....	28
Tablo 6. Kardeş Sayısı Dağılımı.....	28
Tablo 7. Hayat Amacı Ölçeğine Ait Tanımlayıcı İstatistikler.....	29
Tablo 8. Hayat Amacı Dağılımı.....	31
Tablo 9. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeğine Ait Tanımlayıcı İstatistikler.....	32
Tablo 10. Psikolojik Sağlık Dağılımı.....	34
Tablo 11. Cinsiyete Göre Psikolojik Sağlık Farklılık Analizi.....	34
Tablo 12. Sınıfa Göre Psikolojik Sağlık Farklılık Analizi.....	35
Tablo 13. Ebeveynlerin Sağlık Durumuna Göre Psikolojik Sağlık Farklılık Analizi.....	35
Tablo 14. Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Psikolojik Sağlık Farklılık Analizi.....	36
Tablo 15. Algılanan Akademik Başarıya Göre Psikolojik Sağlık Farklılık Analizi.....	37
Tablo 16. Kardeş Sayısına Göre Psikolojik Sağlık Farklılık Analizi.....	37
Tablo 17. Cinsiyete Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi.....	38
Tablo 18. Sınıfa Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi.....	39
Tablo 19. Ebeveynlerin Sağlık Durumuna Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi.....	40
Tablo 20. Ebeveynlerin Birliktelik Durumuna Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi.....	41
Tablo 21. Algılanan Akademik Başarıya Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi.....	41

Tablo 22. Kardeş Sayısına Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi.....	42
Tablo 23. İlişki Analizi.....	43
Tablo 24. Regresyon Analizi.....	44
Tablo 25. Regresyon Analizine Ait Anova Analizi.....	44
Tablo 26. Regresyon Analizi Kestirilmiş Beta Değeri.....	45

KISALTMALAR

Ark.	: Arkadaşları
ÇGPSÖ-12	: Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences

GENEL BİLGİLER

Adı ve Soyadı : Hasan ŞAHİN

Anabilim Dalı : Uygulamalı Psikoloji

Programı : Uygulamalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans

Tez Danışmanı : Yard. Doç. Dr. Ayşegül YETKİN

Tez Türü ve Tarihi: Yüksek Lisans- Ocak 2018

ERGENLERİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ VE HAYAT AMAÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

ÖZET

Bu araştırmada ergenlerin hayat amaçları ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 2017-2018 eğitim öğretim yılında Özel Beykent Eğitimde Rasyonel Açılım Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören 173 kız (%62,5), 104 erkek (%37,5) olmak üzere toplamda 277 öğrenci katılmıştır. Bu araştırmada ergenlerin hayat amaçlarını değerlendirmek için "Hayat Amacı Ölçeği", psikolojik sağlamlık düzeylerini belirlemek için "Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12)" kullanılmıştır. Ergenlerin demografik özelliklerine ilişkin verilere ulaşmak için "Demografik Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 23,0 paket programından yararlanılmış olup, frekans dağılımları oluşturulmuş, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi, grup karşılaştırma testleri, korelasyon analizi, regresyon analizi, ki-kare test istatistiği, karşılaştırmalı tablolar analizleri kullanılmıştır. Hayat amaçları ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Hayat Amacı Ölçeği'nde puan arttıkça Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nden alınan puan da artmaktadır. Algılanan akademik başarı ile hayat amacı arasında pozitif yönlü ilişki, ebeveyn birlikteliği ve sağlığı, algılanan akademik başarı ve sınıf düzeyi ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: ergenlik, hayat amacı, psikolojik sağlamlık

GENERAL KNOWLEDGE

Name and Surname : Hasan ŞAHİN
Field :Applie Psychology
Program : Applied Psychology
Supervisor : Yard. Doç.Dr. Ayşegül YETKİN
Degree Awarded and Date : Master- January 2018

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ADOLESCENCE OF PSYCHOLOGICAL RESILIANCE AND LIFE AIM

ABSTRACK

This study aims to investigate the relation between the life goals of adolescence and psychological resilience in this research. 2017-2018 education year, 277 students, including 173 girls and 104 boys participated this study that Private Beykent Eğitimde Rasyonel Açılım Anatolian High School. It was used of “Life’s Aim Scale” for determine aim of teenagers life. It was used of “Child and Youth Resilience Scale” to determine teenagers of psychological resilience. It was used of “Demographic Information Form” to reach the data on the demographic characteristic of students. SPSS 23,0 programme was used to analys the data and frequency distribution was created and independent groups t-test, one way anova analysis, regression analysis, comporison charts analysis have been used. A significant positive correlation was observed between life goals and psychological resilience scale. Grade of psychological resilience level increase while grade of life goal’s level increases. It has been found of positive correlation between the academic succesfull and life goal scale. It has been found of positive correlation between parents association, parents healty, academic succesfull and class of level with psychological resilience scale.

Key Words: adolescance, life goals, psychological resilience

1.GİRİŞ

Bu bölümde yapılan araştırmanın problem durumu, problem cümlesi, problem alt cümleleri, amacı, önemi, sayıtları, sınırlılıkları ve araştırmanın içerisinde yer alan temel kavramlara ilişkin bilgi verilmiştir.

1.1.Problem Durumu:

İnsanoğlu dünyaya geldiği andan itibaren, varlığını, bütünlüğünü ve hem psikolojik olarak hem de fizyolojik olarak sağlığını korumak için davranışlarda bulunur. Bu davranışlar bireyin geçmiş yaşam tecrübeleri, yaşadığı çevre, olaylar anındaki dürtü ve motivasyonuna göre değişiklik gösterebilmektedir.

Ruh ve beden sağlığını korumak, insan yaşamının merkezinde olan ve süreklilik arz eden bir amaçtır.

Aynı şartlar altında benzer olayları veya felaketleri yaşayan insanların, olayların veya felaketlerin sonucunda aynı ölçüde etkilenmediği, benzer olayların özellikle ruhsal olarak kişiden kişiye farklı sonuçlar doğurduğu defalarca tecrübe edilmiştir. Şüphesiz ki bunun başlıca sebebi bireylerin yaşadığı olayı algılama, çözümlenme, yorumlama ve içerisinde bulunduğu duruma bakış açısındaki farklılıklardır.

Bireyin başına gelen olumsuz yaşanmışlıklara rağmen ruhsal olarak sağlıklı gelişimi psikolojik sağlamlığın sonucu olarak ele alınır. (Sameroff, 2005)

Pozitif psikolojide oldukça önemli kavramlardan olan psikolojik sağlamlık, bireyin olumsuzluklara karşı gösterdiği uyum ve başa çıkabilme becerisi olarak tanımlanmaktadır. (Block ve Kremen,1996. Akt. Kararımak, Siviş-Çetinkaya, 2011)

Bireyin psikolojik sağlamlığını etkileyen bir çok etmen olduğu gibi, yapılan araştırmalar da göstermiştir ki psikolojik sağlamlık öğrenilebilir ve geliştirilebilir bir kişilik özelliğidir.

Psikolojik sağlamlık genel anlamda bireyin içerisinde bulunduğu duruma uyum sağlama süreci veya uyum sağlayabilme yetisidir.

Bireylerin uyum ve psikolojik işlev kazanmalarını etkileyen birçok etmen olduğu gibi umut, amaç ve hedefler bunların başlıcalarıdır. Bireylerin amaç belirlemeleri ve bu amaçlar doğrultusunda hedefler belirleyip peşlerinde koşmaları

yaşama uyum sağlama becerisi kazanma konusunda etkili ve önemli faktörlerdendir. (Myers ve Deiner, 1995)

Bireyin doğumundan ölümüne yaşamında kısa ve uzun vadeli amaçları vardır. Bu amaçlar bireyi davranışa iten dürtüleri doğurmaktadır.

Psikolojik sağlık üzerinde etkili olacağı düşünülen hayat amaçlarının araştırılarak gün yüzüne çıkması, psikolojik sağlamlığı sağlamak için yol gösterici olacaktır.

Bu bağlamda hayat amaçları ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkilere değinilmiştir.

1.2.Problem Cümlesi :

Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile hayat amaçları arasında bir ilişki var mıdır?

Bu temel problem cümlesine bağlı olarak çeşitli alt problemler oluşturularak araştırma sürdürülmüştür.

1.3.Alt Problemler :

1. Ergenlerin demografik bilgileri nasıl dağılım göstermektedir?
2. Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri nasıl dağılım göstermektedir?
3. Ergenlerin hayat amaçları nasıl dağılım göstermektedir?
4. Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile demografik yapıları arasında ilişki var mıdır?
 - a) Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile cinsiyetleri arasında bir ilişki var mıdır?
 - b) Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile kaçınıcı sınıf düzeyinde eğitim gördükleri arasında bir ilişki var mıdır?
 - c) Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile ebeveynlerinin sağlıklı/sağlıksız olmaları arasında bir ilişki var mıdır?
 - d) Ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile ebeveynlerinin birlikte/boşanmış olmaları arasında bir ilişki var mıdır?

- e) Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile algılanan akademik başarıları arasında bir ilişki var mıdır?
 - f) Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile sahip oldukları kardeş sayıları arasında bir ilişki var mıdır?
5. Ergenlerin hayat amaçları ile demografik yapıları arasında ilişki var mıdır?
- a) Ergenlerin hayat amaçları ile cinsiyetleri arasında bir ilişki var mıdır?
 - b) Ergenlerin hayat amaçları ile kaçınıcı sınıf düzeyinde eğitim gördükleri arasında bir ilişki var mıdır?
 - c) Ergenlerin hayat amaçları ile ebeveynlerinin sağlıklı/sağlıksız olmaları arasında bir ilişki var mıdır?
 - d) Ergenlerin hayat amaçları ile ebeveynlerinin birlikte/boşanmış olmaları arasında bir ilişki var mıdır?
 - e) Ergenlerin hayat amaçları ile algılanan akademik başarıları arasında bir ilişki var mıdır?
 - f) Ergenlerin hayat amaçları ile sahip oldukları kardeş sayıları arasında bir ilişki var mıdır?

1.1.Araştırmanın Amacı :

Toplumumuzda sayıları oldukça fazla olan ergen grubunun hayat amaçları, bunun psikolojik sağlamlık düzeyi üzerinde anlamlı olup olmadığı araştırılacaktır. Ergenlerin psikolojik sağlamlık ve hayat amaçları bakımından nasıl bir profil çizdikleri araştırılarak saptanmaya çalışılacaktır.

1.2.Araştırmanın Önemi :

Ergenler toplumumuzda sayıları fazla olmasından da kaynaklanan biçimde, ergenliğin kendine has sorunları, psikolojik karmaşaları ve eğitim döneminde yer almaları nedeniyle bir çok araştırmaya ve toplum gündemine konu olmuştur. Ergenlik dönemi psikolojik gelişim açısından da kritik bir dönem olduğundan, bu dönemi daha verimli geçirmek, bireyin psikolojik yapısının temellerini daha sağlam oluşturmak adına ergenler üzerinde yapılan araştırmalar oldukça elzemdir.

Yapılan bu çalışmada araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet, eğitim gördükleri sınıf düzeyi, ebeveynlerinin sağlık durumu, ebeveynlerinin birliktelik durumu, algıladıkları akademik başarı düzeyi, kardeş sayıları gibi sosyo-demografik

verilere ek olarak hayat amaçları ve psikolojik sağamlık düzeyleriyle ilgili veri ve bulgulara da yer verilmektedir. Bu sayede ergenlerin hayat amaçları ve psikolojik sağamlık düzeyleri arasındaki ilişki farklı değişkenler açısından test edilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilecek bulgular ile ergenlerin amaç belirlemelerinin ve hayattaki amaçlarının etkilerine bakılması amaçlanmaktadır.

Yapılan bu çalışma ile bir hem Türk ortaėđretim ğrencilerinin hangi çeşit hayat amaçlarına sahip olduğu araştırılmış, hem de psikoloji temelinde hayat amaçlarının psikolojik sağamlığa ne düzeyde katkı sağladığı araştırılmıştır. Yerli literatürde hayat amaçları ve psikolojik sağamlık ile yapılan araştırmaların sınırlı sayıda olduğu göze çarpmaktadır. Yapılan bu araştırmada elde ettiğimiz verilerin, farklı kültürlerdeki psikoloji araştırmaları ile de kıyaslanma açısından kültürel bir yarar sağlayacağı beklenmektedir.

Bu araştırmanın, hazırlanacak ve uygulanacak okullarda rehberlik programlarına da katkıda bulunacağı öngörülmektedir. Özellikle ortaėđretim düzeyi okullarda uygulanan ve geliştirilen rehberlik programları içerisinde önleyici rehberlik çalışmaları etkili ve önem arz etmektedir. Ergenlerin psikolojik sağamlıklarına etki eden faktörleri öngörmek, bu faktörleri hayat amaçları doğrultusunda incelemek, bu sonuçlar doğrultusunda rehberlik programlarını şekillendirmek, psikolojik danışma ve rehberlik faaliyetlerinin olumlu sonuçlar doğurmasında oldukça önemlidir. Araştırma işığında hangi yaşam amaçlarının desteklenmesi gerektiği, okullarda uygulanacak psikolojik danışma ve rehberlik çalışmalarının verimliliğini ve kalitesini artıracaktır.

Bu araştırma gelecek çalışmalara işık tutması ve ergenlerin gelişimine katkı sağlaması açısından önem teşkil etmektedir.

1.3.Sayıtlar :

1. Araştırmaya katılan kişilerin anket formundaki sorulara tarafsız ve içtenlikle, herhangi bir etki altında olmadan, cevap verdikleri varsayılmıştır.
2. rneklemimiz olan zel Eğitimde Rasyonel Açılım Beykent Anadolu Lisesi ğrencilerinin evreni temsil eder nitelikte olduğu varsayılmıştır.

3. Araştırmada kullandığımız ölçekler olan “Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” ve “Hayat Amaçları Ölçeği” ölçtükleri özellikler bakımından güvenilir ve geçerlidir.

1.4.Sınırlılıklar :

1. Araştırmaya katılanlar kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş, Özel Eğitimde Rasyonel Açılım Beykent Anadolu Lisesi’nde öğrenim gören ergenlerin görüşleri ile sınırlıdır.
2. Araştırmada elde edilen veriler araştırmaya katılan ergenlerin verdikleri cevaplarla sınırlıdır.
3. Araştırmada incelenen psikolojik dayanıklılık düzeyleri, Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden elde edilen sonuçlar ile sınırlıdır.
4. Araştırmada incelenen yaşam amaçları, Hayat Amacı Ölçeğinden elde edilen sonuçlar ile sınırlıdır.
5. Bu araştırma 2017 yılında elde edilen verilerle sınırlıdır.

1.5.Tanımlar :

1.5.1. Ergenlik: Çocukluktan yetişkinliğe geçildiği dönem şeklinde tanımlanan çağ ergenliktir. Ergenliği kapsayan yaş dilimi çok net bir şekilde ifade edilemez, lakin bu çağ yaklaşık olarak 12 yaşından 20’li yaşlara kadar, hemen hemen fiziksel gelişmenin son bulduğu zamana kadar süregelir. Bu evrede genç birey cinsel olgunluğa erişir ve aileden bağımsız bir birey olarak kendi kimliğini elde eder. (Atkinson, Smith, Bem and Hoeksema, 2010)

1.5.2.Psikolojik Sağlamlık: Önem arz eden değişim, olumsuz durum, olay veya risklerle karşılaşıldığında kişinin başarılı şekilde bütün bunlarla mücadele edebilme yeteneği veya kapasitesi biçiminde tanımlanmıştır. (Stewart, M., Reid, G., & Mangham, C. , 1997)

1.5.3.Hayat Amacı: Bireyin uzun dönemde gerçekleştirmeyi planladığı ve umduğu hedef veya amaçlarıdır. (Kasser ve Ryan, 1996).

2.İLGİLİ LİTERATÜR

2.1.Ergenlik

Latince kökenli birebir karşılığı “kıllanmak” olan “adolescere” kelimesi; kelime anlamı olarak kıllanmak ve büyümek anlamlarını içerir ve ingilizce’de de ergenlik dönemi, Latince kökenli adolescace (adölesans) şekliyle kullanılmaktadır. (Eskin ve ark., 2008)

Ergenlik, bireyde ve ebeveynlerinde birçok değişim ve gelişimin gerçekleştiği bir dönemdir. Çocuklar, gelişen hormonları etkisiyle yetişkinliğe giden yolda fiziksel olarak gelişim gösterirken duygusal olarak da iniş-çıkışlar yaşarlar. Kimi zaman üzgün, kimi zaman mutlu olurlar ve genellikle de neden böyle hissettiklerini anlamlandıramazlar. Fakat bu dönemdeki bireyler karşılaştıkları tüm bu karmaşa ve sorunlarını çözerken bilişsel, sosyal ve duygusal alanlarda da gelişim gösterirler. (Türnüklü ve Şahin, 2004)

Ergenlik kavramı da tarihle birlikte gelişmekte ve güncellenmekte olan bir terimdir. olgunlaşma ve yaş arasındaki grafik ve büyümeye dair normlar asırdan asıra farklılık göstermektedir. Ergenlerin özellikle psikososyal alanda niteliği, yakın zamanda hızla değişmiştir. (Cloutier, 1982)

2.1.1.Ergenlikte Gelişim

Bu bölümde bireyin gelişiminde kritik bir evre olan ergenliği, gelişimin farklı alanları ve farklı psikolojik kuramlara göre ele alacağız.

2.1.1.1.Ergenlikte Psiko-Seksüel Gelişim

Ergenlik öncesi bastırılmış ve dingin olan cinsel dürtüler, ergenlik döneminde fizyolojik değişimlerle yeniden canlanır. Bu nedenle cinsel dürtüler, mastürbasyon eğilimleri, cinsellikle alakalı hayaller, güven duygusunda azalma davranışlarıyla çatışmalara zemin hazırlar. Birey ergenlikte yoğun cinsel dürtülerin getirdiği çatışmalardan ürkererek ebeveynlerinden uzaklaşmak isteyebilir. Ergenlik döneminde birey; tüm bu maruz kaldığı çatışmalara çözüm arayarak yetişkin bir birey olma

yolunda adımlar atar. Bu çatışmalar ve çözüm aramalar sonucu bu dönem genel özellikleri şekillenir ve bunlar şu şekildedir; karşı cinse ilgi duyma, iletişimi güçlendirecek grup ilişkileri kurma, evliliğe yönelik planlar oluşturma ve mesleki anlamda planlar oluşturma. Bütün bu karmaşalar ergen bireyi çevresel değerleri kabullenme veya reddetme gibi bir düşünceye sevk eder. Bu dönem içerisindeki çatışmalar sağlıklı biçimde atlatılmazsa aşırı bağımlı veya bağımsız kişilik gelişebilir. (Selçuk, 2012:46)

2.1.1.2.Ergenlikte Fiziksel Gelişim

Ergenlik döneminde birey, hormonal ve fizyolojik olarak yoğun bir değişim içerisinde. Bu dönemde erkeklerde testosteron, kızlarda östrojen adı verilen cinsiyet hormonları salgılanmaya başlar. Bu cinsiyet hormonları vücuttaki diğer hormonlarla birleştiğinde metabolizma hızla büyüme eğilimi gösterir. Fiziksel olarak hızlanan büyümenin yanı sıra, erkeklerde sperö, kızlarda yumurta hücreleri oluşur ve birey cinsel becerilerini bu dönemde kazanır. Kızlarda bu dönemde yağ dokusu artışının neticesinde bedensel hatlar ovalleşir ve göğüsler büyür. Erkeklerde ise bu dönemde kas dokusu artar ve neticesinde beden tüm bölümleri süratle gelişir. Kızlar ve erkeklerde fiziken hızlıca büyüme ve şekillenme meydana gelmekte ve bu gelişme bireyin bazı sakarlıklar göstermesine, koordinasyon güçlükleriyle karşılaşmasına neden olur. Ergenlik dönemi, fiziksel olarak yaşamın ilk 2 yılından sonraki, en hızlı gelişim görülen dönemdir. Bu dönem sonunda birey yetişkin birey vücudu ve becerilerine sahip olmaktadır. (Aydın, 2011:28)

2.1.1.3.Ergenlikte Cinsel Kimlik Gelişimi

Cinsel kimlik, bireyin kendi cinsiyetiyle alakalı algısı ve diğer insanların cinsiyetlerini tanıma kabiliyeti ile alakalı bir konudur. Cinsel kimlik, bireyin biyolojik yapısı ile alakalı değildir. Toplumun çoğunda bireyin cinsel kimliği, biyolojik yapısıyla benzer olsa da; bazı bireylerde kendisine yönelik algı karşı cinsten olduğu veya olması gerekliliği ile süregelir. Bireyin algısında temel cinsel kimlik, 0-3 yaş arasında oluşur. Birey 3 yaşından itibaren temel 2 kimlik olduğunun ve kendisinin bunlardan hangisine ait olduğunun farkına varır. Çocuklar çok küçük yaşlardan itibaren kendi cinsiyet rollerine uygun davranış göstermeye çalışırlar.

Bunu bilişsel görüş, çocukların belli düzeyde bilişsel gelişim sağladıktan sonra kazandığını, diğer görüş ise toplumsal öğrenme ve rol model alma kavramları ile açıklamaktadır. (Selçuk, 2012:46)

2.1.2.Farklı Kuramsal Yaklaşımlarda Ergenlik

2.1.2.1.Eriksonun Gelişim Kuralı

Erikson'un psikososyal gelişim kuramında ergenlik dönemine tekabül eden 12-18 yaş arası dönem: Kimlik kazanmaya karşı kimlik karışıklığı ismiyle anılmaktadır. Erikson'un kuramında her dönemin temel bir sorunu vardır. Bu dönem sorunu ise; tutarlı bir benlik yapısının oluşumu, bir kimlik yani bireyselleşme olgusudur. (Aydın, 2011:97)

Bu dönemde birey, "ben kimim?" sorusunun cevabını aramaktadır. Kendisine has bir kimlik oluşturmaya çalışan birey, ebeveynlerinden sıyrılmaya çalışmakta veya dönem dönem çatışma yaşamaktadır. Bunun yanı sıra başka kişilerin kimliklerine de başvurarak kendisine model aramaktadır. Bu dönemde genç birey, mesleki tercihler yapmakta, kendisine has giyim-konuşma tarzları belirlemekte, toplumsal konulara ilgisi artmakta ve toplum içerisinde kendi fikirlerini paylaşarak kabul görme davranışı beklemektedir. Bu zorlu süreçte birey, Erikson'un psikososyal morotoryum diye adlandırdığı tüm bu çabalara ve uğraşlara bir ara verdiği döneme girebilir. Erkeklerde bu süreci bırakarak askere gitme, kızlarda evlenme gibi davranışlar, kimlik oluşturmanın zorluğundan psikososyal morotoryum durumuna girme çerçevesinde ele alınabilir. (Selçuk, 2012:66)

2.1.2.2.Psikanalitik Kuram

Psikanaliz, bireyi dinler/gözlemler ve yorumlar. Bunun dışında hiçbir ölçüm aracı yoktur. Freud, histerik hastalarla çalışırken bilinçdışının gücünü keşfetti ve bilinçdışı süreçleri çocuk cinselliği ile ilişkilendirdi. (İkiz, 2011)

Psikanaliz içerisinde ergenliği; bu ön bilgi ışığında inceleyebiliriz.

Psikanalitik kuramda ergenlik döneminin sonunda varılması beklenen temel amaç; cinsel doyuma ulaşmak, çocukluk dönemlerinde (özellikle anal dönem) olanın

aksine libidoyu ebeveynle ilişkili olmayan nesnelere yöneltmeyi başarmaktır. (Cloutier, 1982)

Aydın (2011), bu dönemde kazanılması amaçlanan; toplumsal, fizyolojik ve psikolojik olgunluğa ulaşmak olarak ifade etmiştir.

A. Freud, psikanalizin üvey kardeşi olarak nitelendirdiği ergenliğe, çalışmalarının 20. Senesinden sonra eğildiğini, ergenlikle ilgili psikanalitik bilgisinin, birey yaşamındaki geçmiş dönemlere nazaran yetersiz olduğunu dile getirmiştir. Psikanalizin ilk 50 senesinde çocukluk ve yetişkinlik dönemlerine dair yapılan çalışmalarda büyük mesafe kat edilmiştir. Psikanaliz, doğası gereği nevrozların kaynağını çocukluk yıllarında aramaktadır. Psikanalizin, ergenliği işleme biçimi de; ergenlikte yapılan masturbasyonun çocukluk yıllarındaki masturbasyonu hatırlatması bağlantısı ile ortaya çıkmaktadır. Psikanalizin ilk döneminde ergenlik çalışmalarında pedagojik temel ve bakış açısı hakim olduğundan, ergenle çocuk eşleştirilerek, ergendeki çocuk aranarak yola çıkılmıştır. çünkü bu tarihe kadar psikanalizin yapılandırılmış bir çocukluk dönemi temeli vardır. 1960lı yıllardan sonra A.Freud, psikanalizde ergenlik çalışmalarında kuramsal çalışmaktan uygulamaya geçmiştir. Bu çalışmalar sonucu ilk bulgular ışığında, pedagojik kaygılardan uzak yaklaşımda bulunulmuştur. Ergenliğin bir gelişim dönemi olduğu, bu gelişim son bulduğunda bir kırılma meydana geldiği, bu kırılmanın yetişkinlikte patoloji sebebi olduğu dile getirilmiştir. Bu gelişmeden sonra ergenlik adına eğitmek yerine tedavi etmek yaklaşımı gelişmiştir. (Parman,1998)

2.1.2.3.Piaget Bilişsel Gelişim Kuramı

Piaget, kuramında ergenlik dönemine karşılık gelen dönemi “soyut işlemler dönemi” olarak adlandırmıştır. Bu döneme ulaşan birey; analiz ve değerlendirme eylemlerinde soyutlamalar yapabilir, elde edilen bir sonuçla ilgili genellemeler yapabilir, eğer ve ise cümle kalıplarıyla hipotezler oluşturabilir, olaylar veya nesnel gözle görülebilir biçimde olmasa da soyut düşünebilir. (Selçuk, 2012:101)

Soyut düşünme çağındaki ergen, perspektifini genişleterek başkalarının bakış açılarını benimser ve bu özellikleriyle sosyal ilişkilerini geliştirirler. Bu etkileşimle beraber birey, toplumsal yaşama aktif olarak katılmaya eğilim gösterir. Piaget, yetişkin diye adlandırdığımız ergenlik çağından daha büyük bireylerin büyük bir kısmının soyut düşünce çağına ulaşamadıklarını öne sürmüştür. Gelişme ve öğrenme

yalnızca fizyolojik olgunluğa veya kronolojik yaşı bağlı değildir. Bu hususta Piaget, soyut dūşünce yeteneğini artırmaya yönelik bir anlayışın önemine vurgu yapmıştır. (Aydın, 2011:49)

2.1.2.4. Stanley Hall'ın Kuramı

Stanley Hall'ın kuramına göre, (Muus, 1975)' in kitabında yer verdiği şekliyle; İnsanın gelişimi, kendi genetiğinde kodlanmıştır. Anne karnından yetişkin bireyliğe kadar evrim, evrimin tarihsel süreçlerinde insanın geçtiği dönemlerin, her insanda tekrar özetidir. İnsan yaşamındaki her dönem, insanlığın evrimsel gelişimindeki bir dönemin imgesel biçimde yeniden yaşanmasına denk düşmektedir. Hall'ın kuramında Darwin'in etkisi büyüktür. Hall, ergenin gelişiminde sosyo-kültürel çevresel etkileri yok saymıştır. Ergenlikteki istenmeyen davranışların bile, insanlığın evrimindeki tarihsel yaşantının imgesel bir tekrarı olduğunu ve bundan kaygı duymanın yersiz olduğunu dile getirmiştir. Bununla birlikte Hall'e göre ergenlik, geleceğe yön verecek önemli bir dönemdir. Değerlerin olgun ve işlevsel girmeye, yeni fikir yürütme biçimlerine bağlı olarak gelişeceği dönemdir. Bu özelliği ile ergenlik, gelecek dönemleri şekillendirebilecek bir dönemdir. (Aktaran: Cloutier, 1982)

2.2. Pozitif Psikoloji

Çok eski bir bilim dalı olmayan psikolojinin ortaya çıkış öyküsü, psikolojik bozukluklar sebepli olmuştur. Psikoloji temellerinin atıldığı ilk yıllardan, çok yakın zamanlara kadar bu bozukluklar veya anormalliklerle ilgilenmiş, psikoloji bu patolojilerden doğmuştur. Anormal psikoloji çoğu zaman psikopatoloji olarak da isimlendirilir.

Psikologlar, eğitimleri süreci içerisinde araştırma, öğrenme ve soru sorma alanlarında bilgi edinmek suretiyle eğitim alırlar. Psikologlar soru sorma ve araştırma faaliyetlerini sağaltımı sağlamak sebebiyle gerçekleştirirler ve en başarılı sağaltımı tercih etmek için güncel araştırmalardan faydalanırlar. 20, 10 hatta 5 yıl evvelki en başarılı sağaltım yöntemleri, günümüzde farklı yorumlanabilir. Her bilim alanında olduğu gibi, psikolojide de yeni bir bilgi birikimi söz konusu ve araştırmalar arttıkça

ilerlemeler kaydedilmektedir. Bu ilerlemenin motivasyonu ve itici gücü de muhakkak ki araştırmalardır. (Butcher , Mineka, Hooley,2011)

Amerikan Psikoloji Derneği, DSM-IV, 2000 yayınında zihinsel bozuklukların tanımını şöyle yapmıştır;

- Klinik açıdan ciddi boyutta davranışsal ya da psikolojik bir örüntü veya belirti,
- Rahatsız edici ya da yetersizlik belirtisi ile bağlantılı olması (yani günlük işleyişin bir ya da daha fazla alanında işlevsel bozukluk-aksama görölmesi),
- Bir olaya karşısında tahmin edilemeyen ya da kültürel ve sosyal olarak kabul edilmesi güç bir tepki,
- Bireyde davranışsal, psikolojik ya da biyolojik işlev bozukluğunu yansıtmaması.

Normal olamayan Anormallik veya bozukluk ile anlatılmak istenenin tam olarak ne olduğu hususunda henüz evrensel bir fikir birliği yoktur. Fakat bu vaziyet bu konuda hiçbir geçerli tanım olmadığını ifade etmemektedir. Fakat yine de, günümüze dek literatüre girmiş her tanımın bir yönden yetersiz olduğu görölüyor. (Maddux ve diğerleri, 2005)

Kısacası zihinsel bozukluk veya psikopatoloji kalıpları için her kesim tarafından kabul görecektir net bir tanım yaratıp ortaya çıkarmak oldukça güçtür. DSM' deki ifade de bu vaziyetten farklı değildir. DSM' yi tastamam bir çalışma olarak görmektense henüz ilerleyen bir çalışma şeklinde kabul etmek daha yerinde olacaktır. (Butcher, Mineka, Hooley,2011)

Bu gibi güçlüklerle birlikte, anormal psikoloji sınıflama biçiminde bir durumu da insanlıkla karşı karşıya bırakmaktadır. Hastalıkları, bozuklukları veya hastaları sınıflandırmanın avantajları olmasına rağmen bir takım dezavantajları da beraberinde barındırır.

Sınıflandırma, doğal olarak bilgilere kolay yoldan ulaşma konusunda fayda sağlar. Lakin bu elde edilen fayda ile birlikte kaçınılmaz bir veri kaybına sebep olur. Öyle ki bir insan sınıflandırmaya tabi tutulduğunda yani herhangi bir tanı aldığında ve o kişiye aldığı tanıyla değerlendirdiğimizde, kişinin kendine has geçmiş yaşantısını, ayırıcı kişilik özelliklerini, sosyal yaşantısını ve aile bağları gibi kendine özgü özelliklerini ve kişiyle ilgili kişisel ayrıntıların bir bölümünü sınıflandırmanın doğası gereği gözden kaçıırırız. (Butcher, Mineka, Hooley,2011)

Ayrıca belirli bir ilerleme şeklinde fayda sağlamak söz konusu olsa da, psikolojik ve patolojik bir tanı ile bağdaştırılmak veya anılmak bir damgalanma veya utanç nedeni olabilmektedir. Bu gibi etiketlenmelerin hoş görölmeyen toplumsal,

sosyal, ilişkisel veya mesleki sonuçlara sebebiyet vermesi beklenen bir endişedir. (Thornicrott ve diğerleri, 2007)

Nihayetinde yaftalanmak da damgalamayı sürdürebilir. Şizofreni, depresyon, çoklu kişilik bozukluğu gibi tanımlar bireyin benlik algısını da dolaylı veya doğrudan etkileyebilir.

Patolojilerle fazla alakadar olmanın bunlar gibi pek çok sorunu beraberinde getirmesi ile birlikte, psikoloji biliminde sürekli gelişen yeni yaklaşımlar arasında pozitif psikoloji de kendine yer bulmuştur.

Olumsuz durumlar ve patolojiler üzerine gelişim gösteren psikoloji bilimi, son yıllarda pozitif psikoloji akımı ile birlikte patolojilerden veya bozukluklardan arındırılmış bir psikoloji akımını da geliştirmektedir.

İnsanı doğasını anlamaya yönelik çabaların itici gücünü oluşturduğu bilim olan psikoloji, son iki yüz senede gelişim göstererek, dönüşüm göstermektedir. İlk ortaya çıktığı senelerde insanı bir organizma olarak değerlendiren psikoloji bilimi; gün geçtikçe insanı bağımsız, mukayese yeteneğine sahip hür ve mantıklı davranışlarda bulunabilen bir birey olarak görmeye başlamıştır. Bu dönüşümde psikopatoloji temelli yaklaşımın yerini pozitif odaklı yaklaşım almıştır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000:286)

Pozitif psikoloji, insanların yaşamı boyunca hayata tutunmalarına ve hayatı daha olumlu bir seviyeye ulaştırmalarına yardımcı olan; hayatta neyin olumlu olduğuna dair bilgiler ve bulgular üreten bir bilimsel çalışma ve araştırma alanıdır (Peterson, 2000).

Pozitif psikoloji bireylerin, örgütlerin, kuruluşların maksimum düzeyde işlev gösterebilmeleri veya gelişimlerine katkıda bulunacak zaman dilimi ve durumların araştırılması şeklinde de ifade edilmiştir. (Gable ve Haidt, 2005).

Psikologlar, 2. Dünya Savaşı'ndan sonra, savaş coğrafyasında patolojilerden kaynaklı rahatsızlıklar ve bunları iyileştirme mücadelesinde bulundular. Normal olmayan dürtüler, alışkanlıklar tedavi edilmeye çalışıldı. Bu senelerde psikolojinin odak noktası patolojiler oldu. Seneler sonra ise patoloji odaklı yaklaşımlar, insan psikolojisini ve işlevselliğini açıklama ve geliştirmede yetersiz kaldı. (Terjesen, Jacofsky, Froh ve Diguseppe, 2004).

1940'lı senelerden sonra psikoloji biliminin odak noktası değişmiştir. Bu tarihten itibaren patoloji temelli yaklaşımdan pozitif birey donanımlarına doğru bir yöneliş söz konusudur. Bu yönelim içerisinde Abraham Maslow, Carl Rogers ve

diğer insancıl psikologlar klinik ve psikoloji bilimine yeni bakış açıları getirdiler. Doksanlı yıllardan itibaren ise, insanın güçlü özelliklerini araştıran, insanın organizmasına ve çevresine fayda sağlayacak tarzdaki işlevselliklerini ortaya koyan yeni bir psikoloji yaklaşımı ortaya çıkmıştır (Linley, Joseph, Harrington ve Wood, 2006). Bu yaklaşım; patolojiler ya da bireyin eksik tarafları üzerine yoğunlaşmak yerine bireyi daha güçlü kılma ve bireyin kapasitesini artırma üzerin yoğunlaşan pozitif psikoloji akımıdır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Pozitif psikoloji, insanın iyi oluşunu sağlayacak programlar vasıtasıyla ruh sağlığının bozulmamasına çalışan bir yaklaşımdır. Diğer bir deyişle pozitif psikoloji; birey, patoloji sahibi olmadan onun iyi oluşunu sağlamak ve ruh sağlığını korumak odaklı çalışmalar bütünüdür. (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

İnsanlar için yaşamı sürdürülmeye değer kılan şeylerin araştırılması, bu konuda teoriler oluşturulması, araştırılan konunun bilimsel çerçeve içerisinde sunulması önem arz etmektedir. Bireyin yaşamı daha güzel ve verimli yaşamasına sebep olabilecek etkenler ve buna dair araştırmalar, pozitif psikoloji çatısı altında toplanabilir. Bu sayede yapılan araştırmaları ve iddiaları bilimsel temele dayandırmak ve pozitif psikolojinin kendi çalışma alanını oluşturması hususundaki gelişmeleri hızlandıracaktır. (Peterson ve diğerleri, 2009)

Yadsınamaz bir gerçektir ki; olumsuz durum ve duyguların beraberinde olumsuz sağlık durumunu getirmesi konusunda korelasyon kurulabilir. (Kiecolt-Glaser ve diğerleri, 2002)

Yapılan araştırma sonuçlarından da esinlenerek denilebilir ki; olumsuz duygulardan sıyrılmakla beraber, yaşama optimist bir bakış açısının psikolojik sağlamlık ölçüsünde fayda sağlayacağını söyleyebiliriz.

Pozitif psikoloji geçtiğimiz yıllarda ve günümüzde kendisine dönük ilgiyi artırıyor. Bu ekol, fiziksel ve ruhsal sağlığımızı pozitif biçimde etkileyecek olumlu kaynaklarımızı ve özelliklerimizi araştırıp inceler.

2.2.1. Psikolojik Sağlamlık (Dayanıklılık)

Psikolojik sağlamlık (dayanıklılık), depresyon, kötü durumlar veya hastalıklar karşısında hızla iyi olma yeteneği, toparlanabilme; gerginlik veya incinmişlikten sonra kolayca durumu atlatabilme, eski haline dönebilme esnekliği olarak tanımlanır (Earvolino, 2007) .

Psikolojik dayanıklılık, zorlu şartlar karşısında bireyin bu güç koşullarla baş edebilme ve duruma uyum gösterme yeteneğidir (Masten ve Coatsworth, 1998).

Çocukluk ve ergenlik dönemlerindeki risk durumları ve zorlu yaşam tecrübelerine bağlı kalarak araştırılmaya başlanan psikolojik dayanıklılık, uygulama ve araştırma alanlarında ve bilhassa önleyici psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri alanında risk çalışmalarıyla paralel ilerleyerek önem kazanmaya ve gelişmeye başlamıştır. Doğal olarak risk ve psikolojik sağlamlık kavramları psikolojik danışma ve rehberlik, gelişim psikolojisi ile psikiyatri alanında gün geçtikçe ilgi gören ve dikkat çeken konular olmuşlardır. (Gizir, 2016)

Pozitif duygu durumları yaşama yatkınlığı (Watson, 2002), minnet (Emmons, Shelton, 2002:465), mizah anlayışı (Lefcourt, 2002:619), sevecenlik (Casell, 2002:442), ve tinsellik (Pargament , Mahoney, 2002) değerleri yok sayılmamak insani tutumlardır. Pozitif adapte olmanın bu ve buna benzer yönleri üzerinde gerçekleştirilen araştırmalar henüz oldukça taze olsa dahi, fizyolojik ve psikolojik yarar sağlaması bakımından potansiyellerine dair belirtiler günümüzde kendilerini göstermeyi başardı. Örneğin; kahkaha atmanın bağışıklık sistemine olumlu etki ettiğine dair bulgulara ulaşıldı. (Lefcourt, 2002)

Araştırmalarda görülmektedir ki; patolojik veya kültürlerince kabul görmeyen davranışlara, psikolojik dayanıklılık düzeyleri yüksek olan bireylerde daha az rastlanmaktadır. (Kabasakal ve Arslan, 2014)

Bir başka söylemle psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan ergenlerin, problem davranışlarda daha az bulunduğu dile getirilmiştir. (Arslan ve Balkıs, 2016)

2.2.2. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler

Psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörleri bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri şeklinde 3 ana başlık altında inceleyebilir.

2.2.2.1. Bireysel Faktörler

Bireysel risk faktörleri; ergenlik çağı gebeliği, uygunsuz biçimde alkol veya ilaç tüketimi, prematüre doğum, geçimsiz bir tabiata/karaktere ya da utangaç bir mizaca sahip olma, IQ seviyesinde yetersizlik, ruhsal veya kronik bir rahatsızlık, , algılanan

akademik başarıda yetersizlik madde kötüye kullanımı ve etnik bir zümreye mensup olmadır.

Bireysel koruyucu faktörler: Yukarıda sıralanan birey kaynaklı risk faktörlerine zıt biçimde, stresle karşılaşıldığında bireyi koruyan ve kaynağını yine bireyden alan koruyucu faktörlerdir. Bunlar; yeterli(iyi) seviyede zeka/bilişsel kabiliyet, algılanan akademik başarının yeterli olması, benlik saygısının yüksek oluşu, iyimser olma, geleceğe dair plan yapabilme ve hedefler ortaya koyabilme, kendi yaşamı adına söz sahibi olma, mizah yeteneğine ve etkili sorun çözme yeteneğine sahip olma, empati kurabilme, yardımseverlik ve sorumluluk duygusudur.

2.2.2.2. Ailesel Faktörler

Ailesel risk faktörleri; iki kardeş arasındaki yaş farkının 2'den az olması, üçten fazla çocuklu kalabalık bir ailede büyümek, madde kullanan veya sabıkalı anne/babaya sahip olma, ruhsal/kronik hastalığı bulunan ebeveynin olması, ebeveynlerin boşanması, evlat edinilme, ebeveyn ölümü veya tek ebeveyne sahip olma, aile içi şiddet oluşu faktörlerdir.

Ailesel koruyucu faktörler: Yukarıda sıralanan bu ailesel risk faktörlerine karşılık ailesel koruyucu faktörler ise; olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi, ailenin çocuklarının gelecekteki pozisyonları hakkında olumlu beklentiler içinde olması, yaşamı aileyle birlikte sürdürme, ebeveynlerin iyi eğitilmiş olması gibi özelliklerdir.

2.2.2.3. Çevresel Faktörler

Çevresel risk faktörleri; fiziksel ve cinsel istismar, düşük sosyo-ekonomik durum, fakirlik, çocuğun ihmal edilmesi, evsizlik, yetersiz akran desteği veya akran zorbalığı, beslenme yetersizliği ve toplumsal şiddete veya baskıya maruz kalma gibi faktörlerdir.

Çevresel koruyucu faktörler ise; bir yetişkinle olumlu kurulmuş ilişkiye sahip olma, olumlu eğitim hayatı, olumlu çevresel destek, olumlu arkadaş desteği ve olumlu bir rol modeline sahip olma gibi özelliklerdir. (Öz ve Yılmaz , 2009)

2.2.3. Psikolojik Sağlamlık İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Sezgin (2012) bazı demografik özellikler açısından ilköğretim okulunda görev yapan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılıklarını araştırmıştır. Araştırma sonucunda; öğretmenlerin psikolojik dayanıklılığı ile cinsiyet, mesleki deneyim, yaş ve branşları arasında anlamlı korelasyonun olmadığı şeklinde bulgular elde edilmiştir.

Yöndem ve Bahtiyar (2016) tarafından yapılan araştırmada ergenlerde psikolojik dayanıklılık ve stresle baş etme arasındaki ilişki araştırılmış, ergenlerin psikolojik dayanıklılığı; sınıf, algılanan gelir düzeyi, kardeş sayısı, anne baba tahsil durumu, cinsiyet değişkenlerine göre incelendiğinde bu değişkenlere göre fark bulunmamıştır. Bunun yanı sıra ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerine göre stresle baş etme biçimlerinde farklılıklarla karşılaşılmıştır.

Eminağoğlu (2006),diğer çalışmalardan farklı olarak; yapmış olduğu araştırmada sokak yaşantısı hiç olmayan çocuklarla sokak çocuklarının psikolojik dayanıklılığı arasındaki farklılıkları araştırmıştır. Sokak çocuklarının psikolojik dayanıklılık düzeylerini incelemek ve zorlu sokak yaşantılarına karşı ne tür baş etme stratejileri kullanarak güçlü kalabildiklerini incelemek, araştırmanın asıl amacı olmuştur. Araştırma bulgularında; çalışan çocukların, sokak çocuklarına kıyasla duygusal yakınlık kurma ve işbirliği başlıklarında daha yetersiz oldukları, sokak çocuklarının bu avantajla psikolojik dayanıklılıklarına pozitif etkide buldukları sonucu elde etmiştir. Sokak çocukları, yine bu araştırmada, çalışan çocuklara kıyasla olumsuzluk ve yetersizliklerini: depresif duygu durumu düzeylerinin yüksek oluşu, başarılı öğütsel davranış kabiliyetsizlikleri ve daha fazla kognitif yetersizliğe sahip oldukları şeklinde dile getirmişlerdir.

Özcan (2005), araştırmasını lise öğrencileri ile yapmıştır. Ebeveynleri ayrı olan ve ebeveynleri birlikte olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarını ve koruyucu faktörlerini araştırmıştır. Araştırma neticesinde elde edilen bulgularda; ebeveynleri birlikte olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve koruyucu faktörlerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gizir (2004) tarafından yürütölmüş olan araştırmada sosyo-ekonomik düzeyi düşük öğrenciler ile çalışılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının gelişimine yardımcı olan bireysel ve çevresel koruyucu faktörlerin etkisini araştırmak amaçlanmıştır. Gizir (2004) araştırma bulgularından yola çıkarak

verdiği önerilerinde, yoksul bir ortamda yaşayan ergenlerin psiko-sosyal gelişimlerini güçlendirmeleri için ve psikolojik dayanıklılıklarını artırmak için ergenlerin kaynaklara ulaşılabilirliklerinin artırılması, çeşitliliğin fazlalaştırılması ve akademik dayanıklılıklarının artırılmasına olumlu yönde etki edecek bireysel ve çevresel koruyucu faktörlerin etkinleştirilerek ergenlerde fakirliğin olumsuz etkilerinin minimuma indirilmesi gereğinden bahsetmiştir.

Arslan ve Balkıs (2016) , öz yeterlilik ve psikolojik sağlamlığın; ergenlerde duygusal istismar ile problem davranışlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırma sonucunda araştırmacılar; ergenlerin ebeveynleri tarafından algılanan duygusal istismarın direk olarak problem davranışa sebebiyet verdiği, algılanan istismar arttıkça öz yeterliliğin ve psikolojik dayanıklılığın negatif yönlü bir tablo çizdiği bulgusuna varmıştır. Ergenlerde istismar arttıkça psikolojik sağlamlık düzeyi azalmakta, bunun sonucunda problem davranış görülme oranı artmaktadır. Psikolojik sağlamlık düzeyinin bu noktada aracılık rolünde olduğu saptanmıştır.

2.3. Hayat (Yaşam) Amaçları

Hayat amaçları; insanın bireyin esas yaşam felsefesinden doğan günlük hayatına ve işleyişine yön veren kural, kaide, ölçüt ve ilkelerdir. Birçok birey gündelik yaşamında mutluluktan ve mutlu olmaktan söz ederken hakikatte gelecekteki istekleri, beklentileri ve yaşam amaçlarını belirlerler. Yaşam amaçlarının, bireyin ruh sağlığının tertip edilmesinde ve yaşamı anlamlı hale getirmede oldukça mühim bir etkene sahip olduğu pek çok araştırma sonucunda bulgular ile desteklenmiştir. (Kasser ve Ryan 2001, Williams, G. C., ve ark. 2000).

Bireyin yaşam tutumlarında biçare ve umutsuz kalıpların oluşu psikolojik, fizyolojik ve organik işlevler üzerinde zarara yol açıcı etkileri olabilir. Örneğin, bireyin umutsuz duygu durumunun felce veya kalp krizine yol açtığı, damar sertliğine sebep olduğu bilinmektedir. (Everson ve diğerleri, 1997:1492)

İnsanı mutluluğa ulaştıracak etmenler ile ilgili araştırmalar çok eski zamanlardan beri süregelenmektedir (Schmuck ve Sheldon, 2001).

Sheldon ve Lyubomirsky (2006), özellikle psikolojinin gelişmesiyle beraber insan mutluluğunu araştıran çalışmaların hız kazanması bağlamında; insanın amaçlar belirlemesi ve bu amaçları sürdürebilmesinin insanın mutluluğa ulaşma yollarından olduğunu dile getirmiştir.

İnsanın önem atfettiği ve gayret gösterdiği amaçlara ulaştığında mutlu olacağı belirtilmiştir. (Yetim, 2001)

İnsanın amaçlarına ulaşmaya yarayacak uygun bir gelişim sağladığımızı düşünmesi bireyin mutluluğunu sağlar. (Lazarous, 1991)

İnsanlar çevrelerine uyum göstermek için türlü amaçlarını kültüre uygun hale getirirler. Bu amaçlar bireyin bütününe bir parçası halini alır. Amaçlar, bireyin davranışının itici gücünü oluşturur ve yönünü belirler. Bu sebeple bireyin amaçları, bireyin günümüz ve gelecekteki davranış örüntüsünü anlamlandırma hususunda referans olur (Ingrid, Majda ve Dubravka, 2009).

İnsanların amaçlarının olması, onlara bağlanması ve amacı uğruna hareket etmesi kendi varoluşlarının devamı için önemlidir. Bunun yanı sıra hedeflenen amacın içeriği, insanın öznel iyi oluş, mutluluk ve doyum üzerinde bir amacın var olmasından daha fazla etkilidir. Kişiler arası sağlıklı ilişkiler kurma, kendini kabullenme, fiziksel sağlığı koruma ve sürdürme, ihtiyaç sahiplerine yardım etme gibi amaçlar psikolojik sağlıklılığa olumlu yönde tesir ederken, zengin olma, şöhretli olma ve çekici olma gibi dışsal amaçları hedeflemek ve peşinden gitmek ise psikolojik sağlığa olumsuz tesir etmektedir (İlhan, 2009).

2.3.1. İçsel/Dışsal Amaçlar

Kasser ve Ryan (1993), insan yaşamında etkiye sahip amaçların tamamının mutluluk ve psikolojik ihtiyaçlar bağlamında aynı etkiyi göstermeyeceğini ileri sürmüşlerdir. Bu bağlamda amaçlar, içsel ve dışsal amaçlar olarak 2 temel kategoriye ayrılmışlardır. İçsel amaçlar; kendini kabullenme, topluma katkı sağlama, sağlıklı yakın ilişkiler kurabilme, fiziksel olarak sağlıklı olma gibi amaçlardır. Dışsal amaçlar; imajla alakalı çekici olma, şöhret/ünlü olma, zenginlik gibi amaçları kapsamaktadır. Kasser ve Ryan'ın bu kategorileri destekleyici ve hangi amaç türlerinin ne gibi etkileri olduğuna dair çalışmalarına “ Yaşam amaçları ile ilgili yapılan araştırmalar” başlığında yer verilmiştir.

2.3.2. Amaçlara Ulaşmada Başarısızlığın Nedenleri

Downie ve arkadaşları (2006) 'na göre insanların amaçlarına ulaşmasında motivasyonel ve bilişsel iki temel etken vardır. Amaca ulaşmaktaki başarısızlık

nedenlerinden biri, kişinin kendisi için anlamsız bir amacı seçmesidir. Birey kendi içsel dinamiğine göre amaç seçmek yerine, sosyal baskı, kabul görememek gibi kaygılar sonucu veya suçluluk, vicdan, utanma gibi endişelerin baskısı altında amaç seçtiğinde, o amaç birey için anlamsızdır.

Bir diğer başarısızlık nedeni ise; kişinin amaçlarına ulaşmak için nasıl bir yol izleyeceğini bilememesidir. Ayrıntılı ve kademeli olarak amaca ulaşacak bir yol çizmek, amaca ulaşmayı kolaylaştıracaktır (Gollwitzer, 1999).

Baumeister ve Heatherton (1996), başarısızlık nedenlerini 3 madde ile sıralamıştır;

- Amaçların belirsizliği,
- Amaçlara ulaşmada süreci takip edememe,
- Amaca giden yolda karşılaşılan zorluklara karşı mücadele edebilme yetisine sahip olamama.

2.3.3. Hayat Amaçları İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Konu ile ilgili daha önce yapılan çalışmalarda; amaç belirleme ve amaçlara ulaşma ile akademik başarı arasında (Vansteenkiste, Simons, Lens, Soenens ve Matos 2005), amaç belirleme ve amaçlara ulaşma ile öznel iyi oluş arasında (Bauer ve McAdams, 2004) pozitif yönde anlamlı korelasyon olduğu bulgularına ulaşılmıştır.

Tüm bunların yanı sıra; bireyin tüm amaçları veya hedefleri, kendisine olumlu sonuçlar sağlamayacaktır. (Kasser ve Ryan, 1993)

Kasser ve Ryan (1996) hangi çeşit yaşam amaçlarının öznel iyi oluşu pozitif etkilediğini, hangilerinin negatif etkileri olduğunu inceledikleri çalışmalarında kişisel gelişimi sağlamak, topluma katkı sağlamak, kişilerarası ilişkide başarılı olmak ve fiziksel sağlığı korumak gibi amaçları *içsel amaçlar* olarak isimlendirmişlerdir. Şöhret sahibi olma, çekici olma ve zengin olma gibi amaçları ise *dışsal* amaçlar olarak isimlendirmişlerdir. Bahsi geçen bu çalışmalarda içsel amaçların, öznel iyi oluşun bileşenlerinden, “öz saygı” ve “kendini gerçekleştirme” ile yüksek düzeyde ve pozitif yönlü ilişkisi tespit edilmiştir. Depresyon ve kaygı ile negatif yönlü ilişkisi tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra dışsal amaçlar ise, öznel iyi oluş ile negatif yönlü korelasyon göstermiştir. Bir diğer araştırmada ise (Kasser ve Ryan, 2001) içsel amaçları yüksek düzeyde olan bireylerin, içsel amaçları daha düşük olan bireylere göre daha yüksek düzeyde öznel iyi oluşa, ilişki doyumuna ve öz saygıya sahip oldukları sonucu elde edilmiştir. Buna karşın dışsal amaçları yüksek düzeyde olan

bireylerin yaşam doyumu, kendini gerçekleştirme ve öz saygı düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna varılmış; daha yüksek düzeyde kaygı ve depresyon skoru aldıkları sonuçları elde edilmiştir. Yine bu araştırmada, dışsal amaçlı bireylerin televizyon izleme sürelerinin ve madde kullanım sıklığının içsel amaçlı bireylere kıyasla daha fazla olduğu bulgusu elde edilmiştir.

Yaşam amaçları ile ilgili yapılan çalışmaların çoğu yurt dışı kaynaklıdır. Ülkemizde bu konuda yapılan araştırmalar oldukça sınırlıdır. Bu hususta;

İlhan ve Özbay (2016), 14 devlet üniversitesinde 1474 öğrencinin katılımı ile yapmış oldukları çalışmada; kız öğrencilerin yaşam amaçları puanının, erkek öğrencilere oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğuna, kızlarda en yüksek skora sahip yaşam amaçlarının sırasıyla; aileye katkı, kişisel gelişim, sağlık, ilişki, anlamlı yaşam ve topluma katkı olduğuna ulaşımlardır. Erkeklerde ise en yüksek skoru alan yaşam amacı kızlardaki ile aynı şekilde aileye katkı iken, onu sırasıyla; kişisel gelişim, ilişki, sağlık, anlamlı yaşam ve topluma katkı takip etmektedir. Özetle içsel amaçlar olarak kızlarda ve erkeklerde en yüksek skorlu amaç aileye katkı iken, en düşük skorlu amaç ise topluma katkı olmuştur. Dışsal amaçlar olarak bulgular incelendiğinde, sadece “çekici olma”ya dair kızlarda pozitif yönlü bir fark görülmüştür. Yapılan bu araştırmada temel probleme ilişkin bulunan sonuçta; ihtiyaç doyumu ve içsel amaçların, öznel iyi oluşa olumlu yönde katkı sağladığı, dışsal amaçların öznel iyi oluş üzerinde olumsuz bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Düşükcan, Demirel ve Demirel (2012), 428 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada ; eğitim alınan alan ve eğitim düzeyi ile içsel yaşam amaçları arasında anlamlı bir ilişki olduğu, dışsal yaşam amaçları ile eğitim düzeyi ve eğitim alanı arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Eryılmaz (2011), 326 lise öğrencisi üzerinde yapmış olduğu çalışmada, ihtiyaç doyumu ve yaşam amaçları doğrultusunda öznel iyi oluş modeli oluşturmaya çalışmıştır. Araştırma sonucunda geliştirilen modelde; ihtiyaç doyumu ve yaşam amaçları belirlemenin, öznel iyi oluş üzerinde olumlu etki ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

İlhan (2013), 361 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada madde kullanımının cinsiyet ve yaşam amaçları ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre kadınların daha az sigara içtiği sonucu elde edilirken, alkol kullanımında cinsiyet değişkeni bir farklılık yaratmamıştır. Sigara kullanmayanların içsel yaşam amaçları daha yüksek olduğu saptanmış, dışsal yaşam amaçları arasında

anlamli bir fark bulunmamıştır. Alkol kullanımında ise; alkol kullanan bireylerin içsel yaşam amaçları puanının düşük, dışsal yaşam amaçları puanının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Eryılmaz ve Aypay (2011), 218 lise öğrencisi yapmış oldukları çalışmada, öğrencilerin derse katılım motivasyonları ve yaşam amaçları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulgularına göre; beden (duyum) ve başarı (kariyer) amaçları belirlemenin, derse katılma motivasyonu ile anlamlı pozitif korelasyon gösterdiği, ilişki amacı belirlemelerinin ise, derse katılma motivasyonunu etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır.

3.YÖNTEM

Bu kısımda araştırmanın evreni ve örneklemini, araştırma modeli, veri toplama yöntemleri, veri toplama araçları ile ilgili bilgiler ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel tekniklere yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ilişki arayıcı, karşılaştırma çalışmasıdır.

Olaylar/değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit etmek amaçlı yapılan çalışmalara ilişki arayıcı çalışma (korelasyon teknikleri) denir. Korelasyon kelimesi, birden fazla olay/değişken arasındaki karşılıklı ilişki bağımlılığını açıklar niteliktedir. (Neale ve Liebert 1973)

Araştırmada korelasyon tekniklerine başvurma sebebi, birden fazla değişken üzerinde deneysel çalışmanın uygulanmasındaki imkansızlıktır. Ayrıca laboratuvar ortamında sağlamamız imkansız olan bir çok durum ve hali gerçek hayat içerisinde gözlemleyebilir ve korelasyon teknikleriyle araştırabiliriz. Ayrıca, ilişki arayıcı çalışmalar, genellikle maliyet, zaman ve emek açısından tasarruf sağlamaktadır ve bu bakımdan kontrol mahiyetinde de uygulanabilir. Fakat iki değişken arasında bulunan ilişki bize sebep/sonuç bağlantısını göstermeyebilir. Yani iki değişken arasındaki ilişki, her zaman değişkenlerden birinin sebep, diğerinin sonuç olduğunu ifade etmeyebilir. Fakat birçok korelatif çalışmada, sebepleri ima edecek sonuçlara erişildiği de bir gerçektir. (Arık, 1998:278)

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemini

Araştırmanın evrenini, Beylikdüzü' ilçesinde bulunan Eğitimde Rasyonel Açılım Anadolu Lisesi öğrencileri olan 350 kişi oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklemini evreni belli örneklem hesabına göre 250 kişi oluşturacaktır. Örneklemdeki ergenler İstanbul-Beylikdüzü' nde bulunan Özel Beykent Eğitimde Rasyonel Açılım Anadolu Lisesi 9.10.11. ve 12. Sınıf öğrencileridir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada ergenlerin kişisel bilgilerini öğrenmek maksadıyla “Demografik Bilgi Formu”, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin öğrenilebilmesi için “Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği” ve yaşam amacı düzeylerinin belirlenmesi amacıyla “Hayat Amacı Ölçeği” kullanılmıştır.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacının kendisinin hazırladığı Demografik Bilgi Formu’nda ergenlerin sınıf düzeyi, cinsiyetleri, ebeveynlerinin sağlık veya hayatta olma durumu, ebeveynlerinin birliktelik durumu, algılanan akademik başarıları, kardeş sayıları, yaşam amaçları ve psikolojik sağlık düzeyleri ile ilişki aramak ve kişisel bilgilerini öğrenmek amacıyla oluşturulmuştur. Demografik Bilgi Formu Ek.1 de verilmiştir.

3.3.2. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği

Araştırmaya katılan bireylerin psikolojik sağlık düzeylerini belirlemek amacıyla Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12) kullanılmıştır. On bir farklı ülkeden toplanan veriler ışığında geliştirilen ölçeğin 28 maddelik orijinal formu, üç alt ölçek ve sekiz alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçme aracı sosyo-ekolojik bakış açısıyla, nicel ve nitel yöntemler kullanılarak geliştirilmiştir (Liebenberg, Ungar ve Van de Vijver, 2012). Ölçeğin kısa form çalışması Liebenberg, Ungar ve LeBlanc (2013) tarafından yapılmış ve iki farklı çalışma sonucunda 12 maddelik bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğin faktör yük değerleri .39 ile .88 arasında değişmekte ve iç tutarlılık katsayısı .84 bulunmuştur. Beşli likert yapıda olan ölçme aracı “*Beni tamamen tanımlıyor (5)*” ile “*Hiç tanımlamıyor (1)*” arasında derecelendirilmektedir. Yüksek puan yüksek sağlık düzeyini belirtmektedir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Alınabilecek toplam puan 60’tır.

Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması ve güvenilirlik-geçerlilik çalışması Arslan (2015) tarafından yapılmıştır. Güvenirlik çalışması kapsamında ölçeğin tamamı için Cronbach α güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Birinci örneklem için iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. On iki maddelik bir ölçme aracı için ede edilen bu

değerlerin oldukça iyi olduğu söylenebilir. Ayrıca ölçeğin madde-toplam korelasyon değerleri .45 ve .79 arasında değişmektedir. Elde edilen değerler bu ölçeğin çocuk ve ergenlerde psikolojik sağlamlığı ölçmek için güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. ÇGPSÖ-12, Ek.3'te verilmiştir.

3.3.3. Hayat Amacı Ölçeği (LPQ)

Hayat amacı ölçeği (HAÖ) kolay uygulanabilen, çocuk ve ergenlerin yaşadıkları hayatın amaç ölçümünde yararlı olmaktadır. Literatürde ergenlere yönelik hayat amaçlarını ölçmede yararlanılabilecek bir ölçek bulunmamasından dolayı Hutzell ve Finck tarafından geliştirilen Hayat Amacı Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması hedeflenmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Yetkin (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Hayat amacı ölçeğinde ikili ölçme (Katılıyorum, Katılmıyorum) tekniği kullanılmıştır. Toplam 18 maddeden oluşmuştur. Bu araştırmanın sonucunda HAÖ Ergenlere hayatı anlamlandırmalarında ve amaçlandırmalarında önemli bir şekilde faydalı bir ölçü olduğunu göstermiştir. Çalışmada Türkçeye çevirisi yapılarak dilbilimciler ve alan uzmanları tarafından görüşler alınan Hayat Amacı Ölçeğinin, 60 kişiye uygulanan İngilizce ve Türkçe ölçek ile dilsel eşdeğerlik düzeyinin uyumlulukları için kontrol edilmesi için eşleştirilmiş t testi analizi yapılmıştır. Bu aşamalar tamamlandıktan sonra hazırlanan Türkçe Form yaşları 15 ile 18 arasında değişen 378'i kız, 141'i erkek toplam 519 öğrenciye uygulanmıştır. Hayat Amacı Ölçeğinin güvenilirlik düzeylerinin tespit edilmesi amacı ile Cronbach's Alpha yöntemi kullanılmıştır.

Hayat Amacı ön ve son ölçüklerinin güvenilirlik düzeylerinin tespit edilmesi amacı ile [Cronbach's Alpha](#) yöntemi kullanılmıştır. Alpha güvenilirlik testi sonucunda son çalışmanın güvenilirliği 0,80 olduğu görülmüştür. Ölçek güvenilirliği oldukça yüksektir. 0,80-0,99 arasındaki Cronbach's Alfa değerleri yüksek derecede güvenilir kabul edilmektedir (Özdamar, 2004). Yapı geçerliğinin test edilmesi amacı ile ölçeğe uygulanan faktör analizi sonucunda; tek bir temel boyut tespit edilmiştir. Elde edilen boyut toplam varyansın %66'ını açıklamaktadır. Örneklem yeterliliğinin testi için KMO katsayısı 0,82 elde edilmiş olup ulaşılan örneklem düzeyinin (n=519) yapı geçerliğinin ortaya konması adına yeterli olduğu görülmüştür.

Hayat Amacı Ölçeği (HAÖ), Ek.2 de verilmiştir.

3.4. Verilerin Toplanma Yöntemi

Araştırma için belirlenen örneklem İstanbul ili Beylikdüzü ilçesinde bulunan, Özel Eğitimde Rasyonel Açılım Beykent Anadolu Lisesi'nde eğitimini sürdürmekte olan, tesadüfi (random) örnekleme yoluyla seçilen 9,10,11 ve 12. Sınıf öğrencilerinden oluşan 277 kişiden oluşmaktadır. Araştırma için gerekli izinler Haliç Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan alınmıştır. Örneklemin evreni temsil ettiği varsayımında bulunarak lise öğrencilerinden araştırmaya katılmaya gönüllü olanlar dahil edilmiştir. Araştırmanın amacı, bilimsel literatüre katkı sağlayabileceği, ölçeklerin cevaplanmasının tahmini kaç dakika süreceği, elde edilen bilgilerin araştırmacı tarafından değerlendirileceği ve bilimsel amaçlar dışında kullanılmayacağı, tamamen gizli kalacağı kişilere anlatılmış, bu bilgilendirmeler sözlü olarak yapılmıştır. Bu araştırmada, veri toplama aracı olarak anket tekniği seçilmiştir. Anket formu sınıf, cinsiyet, ebeveyn sağlık durumu, ebeveyn birliktelik durumu, (sizce) akademik başarı ve kardeş sayısı değişkenlerinden oluşan demografik bilgiler bölümü, 18 maddeden oluşan Hayat amacı ölçeği ve 12 maddeden oluşan Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeğinden oluşan 36 maddeden oluşmaktadır. Veri toplama işlemi 2017 senesi Aralık ayı içerisinde tamamlanmıştır. Anket formu öğrencilere internet aracılığıyla iletilmiş ve anket formuna verilen cevaplar da internet aracılığıyla toplanmış ve sayısal hale getirilerek istatistik paket programına veri girişi sağlanmış ve veri yapısına göre gerekli analizler uygulanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Örnekleme giren öğrencilere uygulanan ölçeklerden elde edilen verilerin analizinde SPSS 23.0 paket programı kullanılmıştır. Örnekleme oluşturan katılımcıların demografik bilgileri ile ilgili bulgular için frekans analizi uygulanmıştır. Hayat amacı ölçeği hayat amacı düşük, orta ve yüksek sahip olmak üzere 3 düzeye sahip olduğu ve Demografik değişkenler birden fazla düzeye sahip olduğu için, hayat amacı düzeyleri ile demografik değişkenler arasında ilişki olup olmadığını belirlemek için karşılaştırmalı tablolar analizinde yararlanılmış ve Ki-kare test istatistiğine göre yorum yapılmıştır. Psikolojik dayanıklılık ölçeği ise tek boyutta ve ifadelere verilen cevapların ortalaması alınarak oluşturulan toplam puan üzerinden değerlendirildiği için iki düzeye sahip demografik değişkenler ile

anlamlılığına Bağımsız Grup T testi ve ikiden fazla dzeeye sahip değişkenler için anlamlılığa Tek Yönlü Varyans Analizi uygulanmış, sonrasında anlamlılığa neden olan grupların belirlenebilmesi için grup karşılaştırma testlerinden faydalanılmıştır. Ayrıca hayat amacı ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki derecesi ve yönünü belirlemek için korelasyon analizi uygulanmış, psikolojik dayanıklılığın hayat amacı üzerindeki etkisinin belirlenebilmesi için regresyon analizi uygulanmıştır. Uygulanan analizlerde anlamlı bir farklılık olup olmadığı $\alpha = 0.05$ düzeyinde test edilmiştir.

4. BULGULAR VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde, örneklem grubuna ait demografik bilgilerin açıklanması ve elde edilen verilerin uygun istatistiksel yöntem ile analizi sonucunda ortaya çıkan bulgulara ve bu bulgulara yönelik yorumlara yer verilmiştir.

4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Frekans Dağılımları

Araştırmanın bu bölümünde, anket formunda yer alan kişisel bilgilere ve ölçek ifadelerine ait olarak dağılım tabloları oluşturulup yorumlanacaktır.

Tablo 1. Sınıf Düzeyi Dağılımı

	f	%
9. sınıf	62	22,4
10. sınıf	27	9,7
11. sınıf	43	15,5
12. sınıf	145	52,3
Toplam	277	100,0

Tablo 1’de görüldüğü gibi öğrencilerin %22,4 (42) 9.sınıf, %9,7 (27) 10.sınıf, %15,5 (43) 11. Sınıf ve %52,3 (145) 12.Sınıf öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemin yarısından fazlasının (%52,3) 12. sınıf öğrencilerden olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Cinsiyet Dağılımı

	F	%
Kadın	173	62,5
Erkek	104	37,5
Toplam	277	100,0

Tablo 2’de görüldüğü gibi öğrencilerin %62,5 (173) kadın ve %37,5 (104) erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemin önemli bir kısmının (%62,5) kız öğrencilerden olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Ebeveyn Sağlık Durumu Dağılımı

	f	%
Sağlıklı	265	95,7
Sağlıksız	6	2,2
Hayatta değil(ler)	6	2,2
Toplam	277	100,0

Tablo 3’de görüldüğü gibi öğrencilerin %95,7 (265) ebeveyn sağlık durumu sağlıklı, %2,2 (6) ebeveyn sağlık durumu sağlıksız ve %2,2 (6) ebeveyni hayatta değil(ler) olan öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemin tamamına yakınının (%95,7) ebeveyni sağlıklı olan öğrencilerden olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Ebeveyn Birliktelik Durumu Dağılımı

	F	%
Birlikte	226	85,9
Boşanmış	37	14,1
Toplam	263	100,0

Tablo 4’de görüldüğü gibi öğrencilerin %85,9 (226) ebeveyn birliktelik durumu birlikte ve %14,1 (37) ebeveyni boşanmış olan öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemin büyük bir kısmının (%85,9) ebeveyni birlikte olan öğrencilerden olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Algılanan Akademik Başarı Dağılımı

	f	%
Kötü	13	4,7
Orta	140	50,5
İyi	124	44,8
Toplam	277	100,0

Tablo 5’de görüldüğü gibi öğrencilerin %4,7 (13) akademik durumu kötü, %50,5 (140) akademik durumu orta ve %44,8 (124) akademik durumu iyi olan öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemin yarısına yakın bir kısmı (%50,5) akademik durumu orta olan öğrencilerden olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Kardeş Sayısı Dağılımı

	f	%
Kardeşim yok	38	13,7
1 kardeş	98	35,4
2 kardeş	63	22,7
3 kardeş ve fazlası	78	28,2
Toplam	277	100,0

Tablo 6’da görüldüğü gibi öğrencilerin %13,7 (38) kardeşi yok, %35,4 (98) 1 kardeş, %22,7 (63) 2 kardeş ve %28,2 (78) 3 kardeş ve daha fazla kardeşe sahip olan

öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemin önemli bir kısmının (%35,4) 1 kardeşe sahip olan öğrencilerden olduğu görülmektedir.

4.2. Hayat Amacı ve Psikolojik Sağlık ile İlgili Bulgular

Tablo 7. Hayat Amacı Ölçeği İfadelerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler

	Evet		Hayır	
	n	%	n	%
1-Genellikle sıkırım.	158	57	119	43
2-Genelde, hayatım sıkıcı ve durağan görünür.	109	39	168	61
3-Yapmak istediğim şeylere ilişkin belirgin düşüncelere sahibim.	226	82	51	18
4-Hayatım anlamlıdır.	198	71	79	29
5-Her günüm aynı gibi görünür.	173	62	104	38
6-Eğer hayatımı yeniden yaşayabilseydim, onu hemen hemen şimdi olduğu gibi yaşardım.	99	36	178	64
7-Hayat amaçlarıma ulaşmasam da, küçük ilerlemeler sağladım.	239	86	38	14
8-Hayatım boş gibidir.	71	26	206	74
9-Eğer bugün ölürsem, hayatımın değerli olduğunu hissederim.	165	60	112	40
10-Hayatımı düşündüğümde, neden hayatta olduğumu sıklıkla merak ederim.	150	54	127	46
11-Hayatım dünyanın kalanı ile uyumlu değil.	87	31	190	69
12-Çoğunlukla güvenilir, sorumlu bir kişiyim.	263	95	14	5
13-İnsanlar çoğunlukla kendi seçimlerini yapabilmek için fazla özgürlüğe sahip değildir.	201	73	76	27
14-Bazen intiharın benim için iyi bir çıkış yolu olabildiğini düşünürüm.	64	23	213	77
15Çoğunlukla hayatım için bir yararlılık düşünebilme yeteneğindeyim.	228	82	49	18
16-Hayatım üzerinde kontrolüm fazlasıyla vardır.	196	71	81	29
17-Günlük görevlerim sıkıcı gibidir.	185	67	92	33
18-Neden yaşadığıma ilişkin birçok sebep keşfettim.	143	52	134	48

Tablo 7’de görüldüğü gibi öğrencilerin Hayat amacı ifadelerinden “Genellikle sıkılırim.” İfadesine %57 evet ve %43 hayır cevabını vermiştir.

“Genelde, hayatım sıkıcı ve durağan görünür.” İfadesine %39 evet ve %61 hayır cevabını vermiştir.

“Yapmak istediğim şeylere ilişkin belirgin düşüncelere sahibim.” İfadesine %82 evet ve %18 hayır cevabını vermiştir.

“Hayatım anlamlıdır.” İfadesine %71 evet ve %29 hayır cevabını vermiştir.

“Her günüm aynı gibi görünür.” İfadesine %62 ve %38 hayır cevabını vermiştir.

“Eğer hayatımı yeniden yaşayabilseydim, onu hemen hemen şimdi olduğu gibi yaşardım.” İfadesine %36 evet ve %64 hayır cevabını vermiştir.

“Hayat amaçlarıma ulaşamasam da, küçük ilerlemeler sağladım.” İfadesine %86 evet ve %14 hayır cevabını vermiştir.

“Hayatım boş gibidir.” İfadesine %26 evet ve %74 hayır cevabını vermiştir.

“Eğer bugün ölürsem, hayatımın değerli olduğunu hissederim.” İfadesine %60 evet ve %40 hayır cevabını vermiştir.

“Hayatımı düşündüğümde, neden hayatta olduğumu sıklıkla merak ederim.” İfadesine %54 evet ve %46 hayır cevabını vermiştir.

“Hayatım dünyanın kalanı ile uyumlu değil.” İfadesine %31 evet ve %69 hayır cevabını vermiştir.

“Çoğunlukla güvenilir, sorumlu bir kişiyim.” İfadesine %95 evet ve %5 hayır cevabını vermiştir.

“İnsanlar çoğunlukla kendi seçimlerini yapabilmek için fazla özgürlüğe sahip değildir.” İfadesine %73 evet ve %27 hayır cevabını vermiştir.

“Bazen intiharın benim için iyi bir çıkış yolu olabildiğini düşünürüm.” İfadesine %23 evet ve %77 hayır cevabını vermiştir.

“Çoğunlukla hayatım için bir yararlılık düşünebilme yeteneğimdeyim.” İfadesine %82 evet ve %18 hayır cevabını vermiştir.

“Hayatım üzerinde kontrolüm fazlasıyla vardır.” İfadesine %71 evet ve %29 hayır cevabını vermiştir.

“Günlük görevlerim sıkıcı gibidir.” İfadesine %67 evet ve %33 hayır cevabını vermiştir.

“Neden yaşadığıma ilişkin birçok sebep keşfettim.” İfadesine %52 evet ve %48 hayır cevabını vermiştir.

Tablo 8. Hayat Amacı Dağılımı

Hayat amacı	F	%
Düşük Hayat Amacı	123	44,4
Orta Hayat amacı	154	55,6
Toplam	277	100,0

Tablo 8’de görüldüğü gibi, hayat amacı ölçeği hesaplaması sonucunda örnekleme %44,4 (123) düşük hayat amacına ve %55,6 (154) orta hayat amacına sahip katılımcılar yer almakta, yüksek hayat amacı grubuna giren katılımcı olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 9. Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği İfadelerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler

	Beni hiç tanımlamıyor		Çok az tanımlıyor		Biraz tanımlıyor		Oldukça tanımlıyor		Beni tamamen tanımlıyor		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	Ort.	Std. Sapma
1-Hayatımda saygı duyabileceğim insanlar var.	7	3	10	4	52	19	74	27	134	48	4,15	1,01
2-Eğitim almak benim için önemlidir.	8	3	6	2	23	8	46	17	194	70	4,49	0,95
3-Ailem benim hakkımda birçok şeyi bilir. (örneğin; arkadaşlarımla kim olduğumu, nelerden hoşlandığımı)	15	5	33	12	46	17	68	25	115	42	3,85	1,24
4-Başladığım faaliyetleri/işleri bitirmeye çalışırım.	4	1	15	5	36	13	96	35	126	45	4,17	0,95
5-Bir şeyler istediğim şekilde gitmediğinde diğer insanlara ve kendime zarar vermeden bu durumu çözebilirim. (örneğin; şiddete başvurmadan veya kötü şeyler söylemeden)	19	7	17	6	53	19	80	29	108	39	3,87	1,20
6-Yardıma ihtiyacım olursa, nereden yardım alacağımı bilirim.	15	5	20	7	52	19	75	27	115	42	3,92	1,17
7-Kendimi okuluma ait hissediyorum.	35	13	36	13	68	25	72	26	66	24	3,35	1,32
8-Ailem zor zamanlarımda yanımdadır. (örneğin; hasta olduğumda veya başım sıkıştığında)	11	4	15	5	20	7	36	13	195	70	4,40	1,09
9-Arkaşlarımla zor zamanlarımda yanımdadır.	19	7	18	6	45	16	73	26	122	44	3,94	1,22
10- Yaşadığım toplumda bana adil bir şekilde davranılır.	24	9	33	12	71	26	76	27	73	26	3,51	1,24
11-Hayatımda gelecekte kullanacağım yeteneklerimi geliştireceğim fırsatlara sahibim.	18	6	21	8	55	20	78	28	105	38	3,83	1,20

12-Ailemin aile geleneklerini ve kültürünü seviyorum.	17	6	20	7	44	16	54	19	142	51	4,03	1,23
---	----	---	----	---	----	----	----	----	-----	----	------	------

Tablo 9’de görüldüğü gibi öğrencilerin Hayat amacı ifadelerinden “Hayatımda saygı duyabileceğim insanlar var.” İfadesine 4,15 (SS=1,01) ortalama ile oldukça tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Eğitim almak benim için önemlidir.” İfadesine 4,49 (SS=0,95) ortalama ile oldukça tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Ailem benim hakkımda birçok şeyi bilir (Örneğin; arkadaşlarımla kim olduğunu, nelerden hoşlandığımı)” İfadesine 3,85 (SS=1,24) ortalama ile biraz tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Başladığım faaliyetleri/işleri bitirmeye çalışırım.” İfadesine 4,17 (SS=0,95) ortalama ile oldukça tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Bir şeyler istediğim şekilde gitmediğinde diğer insanlara ve kendime zarar vermeden bu durumu çözebilirim (Örneğin; şiddete başvurmadan veya kötü şeyler söylemeden)” İfadesine 3,87 (SS=1,20) ortalama ile biraz tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Yardıma ihtiyacım olursa, nereden yardım alacağımı bilirim.” İfadesine 3,92 (SS=1,17) ortalama ile biraz tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Kendimi okuluma ait hissediyorum.” İfadesine 3,35 (SS=1,32) ortalama ile biraz tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Ailem zor zamanlarımda yanımdadır (Örneğin; hasta olduğumda veya başım sıkıştığında)” İfadesine 4,40 (SS=1,09) ortalama ile oldukça tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Arkadaşlarım zor zamanlarımda yanımdadır.” İfadesine 3,94 (SS=1,22) ortalama ile biraz tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Yaşadığım toplumda bana adil bir şekilde davranılır.” İfadesine 3,51 (SS=1,24) ortalama ile biraz tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Hayatımda gelecekte kullanacağım yeteneklerimi geliştireceğim fırsatlara sahibim.” İfadesine 3,83 (SS=1,20) ortalama ile biraz tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

“Ailemin aile geleneklerini ve kültürünü seviyorum.” İfadesine 4,03 (SS=1,23) ortalama ile oldukça tanımlıyor düzeyinde dağılmaktadır.

Tablo 10. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikler

	Minimum	Maximum	Ortalama	Std. Sapma
Psikolojik Dayanıklılık	16,00	60,00	47,51	8,77

Tablo 10’de görüldüğü gibi, örnekleme dahi olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyi incelenildiğinde en küçük dayanıklılık düzeyi 16 ile en yüksek dayanıklılık düzeyi 60 ve ortalama 47,51 (SS=8,77) olarak dağıldığı tespit edilmiştir.

4.3. Alt problemlere İlişkin Bulgular

Araştırmanın dördüncü alt problemi kapsamında ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve diğer demografik değişkenlere ilişkin verilerin sonuçları bu başlık altında verilmiştir.

Araştırmanın 4-a alt problemi kapsamında ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve cinsiyet değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 11’ de verilmiştir.

Tablo11. Cinsiyete Göre Psikolojik Dayanıklılık Farklılık Analizi

	N	Ort.	Std. Sapma	t	p
Psikolojik Dayanıklılık Kadın	173	4,01	0,71	1,597	0,111
Erkek	104	3,86	0,74		

Tablo 11’de görüldüğü gibi öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ölçeği puanının cinsiyet değişkenine göre bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Buna göre, psikolojik dayanıklılık ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ($t= 1,597$; $p=0,111 > 0.05$).

Araştırmanın 4-b alt problemi kapsamında ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve sınıf değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 12’ de verilmiştir.

Tablo 12. Sınıfa Göre Psikolojik Dayanıklılık Farklılık Analizi

	N	Ort.	Std. Sapma	F	p	Fark
9. sınıf	62	4,04	0,77	2,804	0,040	10.sınıf > 12.sınıf
10. sınıf	27	4,27	0,71			
11. sınıf	43	3,97	0,57			
12. sınıf	145	3,86	0,75			
Toplam	277	3,96	0,73			

Tablo 12’de görüldüğü gibi öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ölçeği puanının sınıf değişkenine göre bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Buna göre, psikolojik dayanıklılık ile sınıf arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. ($t= 2,804$; $p=0,040 < 0.05$). Anlamlılığa neden olan grupların hangi grup olduğuna bakıldığında 10. sınıfların psikolojik dayanıklılık ortalamalarının 12. Sınıf psikolojik dayanıklılık ortalamalarından daha yüksek olarak anlamlılığa sebep olduğu görülmüştür.

Araştırmanın 4-c alt problemi kapsamında ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve ebeveynlerinin sağlık durumu değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 13 ‘te verilmiştir.

Tablo13. Sağlık Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık Farklılık Analizi

	N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Sağlıklı	265	3,98	0,71	3,337	0,037
Sağlıksız	6	3,43	1,03		
Hayatta değil(ler)	6	3,43	1,05		
Toplam	277	3,96	0,73		

Tablo 13’de görüldüğü gibi öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ölçeği puanının ebeveyn sağlık durumu değişkenine göre bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Buna göre, psikolojik dayanıklılık ile ebeveyn sağlık durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t= 3,337$; $p=0,037 < 0.05$). Anlamlılığa neden olan grupların hangi grup olduğuna bakıldığında sağlıklı ve hayatta değil(ler) düzeyi eşit katılımcıya sahip olduğu için gruplar arası farklılık hesaplanamamıştır.

Araştırmanın 4-d alt problemi kapsamında ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve ebeveynlerinin birliktelik durumu değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 14’ te verilmiştir.

Tablo 14. Birliktelik Durumuna Göre Psikolojik Dayanıklılık Farklılık Analizi

	N	Ort.	Std. Sapma	t	p
Psikolojik Dayanıklılık					
Birlikte	226	4,06	0,64	3,844	0,000
Boşanmış	37	3,43	0,96		

Tablo 14’da görüldüğü gibi öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ölçeği puanının ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Buna göre, psikolojik dayanıklılık ile ebeveyn birliktelik durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t= 3,844$; $p=0,000 < 0.05$). Böylelikle ebeveynleri birlikte olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılığının ebeveynleri boşanmış olan öğrencilerden daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın 4-e alt problemi kapsamında ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ve algılanan akademik başarı değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 15’ te verilmiştir.

Tablo 8. Akademik Başarıya Göre Psikolojik Dayanıklılık Farklılık Analizi

	N	Ort.	Std. Sapma	F	p	Fark
Kötü	13	2,73	0,97	33,215	0,000	İyi > Kötü
Orta	140	3,85	0,68			İyi > Orta
İyi	124	4,21	0,59			Orta > Kötü
Toplam	277	3,96	0,73			

Tablo 15’da görüldüğü gibi öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ölçeği puanının akademik başarı değişkenine göre bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Buna göre, psikolojik dayanıklılık ile akademik başarı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t= 33,215$; $p=0,000 < 0.05$). Hangi gruplar arasında farklılığın olduğunu belirlemek için yapılan post hoc testleri sonucunda akademik başarısı iyi olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılığının akademik başarısı kötü ve orta olan öğrencilerden daha fazla olduğu için ve akademik başarısı orta olan öğrencilerin psikolojik dayanıklılığının akademik başarısı kötü olan öğrencilerden daha fazla olduğu için anlamlılığa sebep oldukları tespit edilmiştir.

Araştırmanın 4-f alt problemi kapsamında ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ve kardeş sayıları değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 16’ da verilmiştir.

Tablo16. Kardeş Sayısına Göre Psikolojik Dayanıklılık Farklılık Analizi

	N	Ort.	Std. Sapma	F	p
Kardeşim yok	38	3,83	0,94	1,209	0,307
1 kardeş	98	3,95	0,66		
2 kardeş	63	4,10	0,64		
3 kardeş ve fazlası	78	3,92	0,77		
Toplam	277	3,96	0,73		

Tablo 16’ da görüldüğü gibi öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ölçeği puanının kardeş sayısı değişkenine göre bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Buna göre, psikolojik dayanıklılık ile kardeş sayısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. ($F=1,209$; $p=0,307 > 0.05$).

Araştırmanın 5-a alt problemi kapsamında ergenlerin hayat amacı düzeyleri ve cinsiyet değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 17’ de verilmiştir.

Tablo17. Cinsiyete Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi

			Hayat amacı		Toplam	χ^2	p
			Düşük	Orta			
Cinsiyetiniz?	Kadın	N	83	90	173	2,382	0,123
		%	48,0%	52,0%	100,0%		
	Erkek	N	40	64	104		
		%	38,5%	61,5%	100,0%		
Toplam	N	123	154	277			
	%	44,4%	55,6%	100,0%			

Tablo 17’ de görüldüğü gibi öğrencilerden kız öğrencilerin %48 hayat amacı düşük ve %52 hayat amacı orta grubunda ve erkek öğrencilerden %38,5 hayat amacı düşük ve %61,5 orta grubunda yer aldığı tespit edilmiştir. Cinsiyet ile hayat amacı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ki-kare bağımsızlık testi uygulanmış ve değişkenler arasındaki istatistiksel açıdan ilişki anlamsız bulunmuştur ($\chi^2 = 2,382$; $p = 0,123 > 0,05$). Diğer bir deyişle hayat amacı ile cinsiyet değişkeninin bağımsız olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın 5-b alt problemi kapsamında ergenlerin hayat amacı düzeyleri ve sınıf değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 18’ de verilmiştir.

Tablo 18. Sınıfa Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi

			Hayat amacı		Toplam	χ^2	p
			Düşük	Orta			
Kaçınıcı sınıfta öğrenim görüyorsunuz?	9. sınıf	n	25	37	62	3,791	0,285
		%	40,3%	59,7%	100,0%		
	10. sınıf	n	9	18	27		
		%	33,3%	66,7%	100,0%		
	11. sınıf	n	17	26	43		
		%	39,5%	60,5%	100,0%		
	12. sınıf	n	72	73	145		
		%	49,7%	50,3%	100,0%		
Toplam		n	123	154	277		
		%	44,4%	55,6%	100,0%		

Tablo 18’ de görüldüğü gibi öğrencilerden 9. Sınıflardan %40,3 hayat amacı düşük ve %59,7 hayat amacı orta grubunda, 10. Sınıflardan %33,3 hayat amacı düşük ve %66,7 hayat amacı orta grubunda, 11. Sınıflardan %39,5 hayat amacı düşük ve %60,5 hayat amacı orta grubunda, 12. Sınıflardan %49,7 hayat amacı düşük ve %50,3 hayat amacı orta grubunda yer aldığı tespit edilmiştir. Sınıf ile hayat amacı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ki-kare bağımsızlık testi uygulanmış ve değişkenler arasındaki istatistiksel açıdan ilişki anlamsız bulunmuştur ($\chi^2 = 3,791$; $p = 0,285 > 0,05$). Diğer bir deyişle hayat amacı ile sınıf değişkenin bağımsız olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın 5-a alt problemi kapsamında ergenlerin hayat amacı düzeyleri ve ebeveynlerinin sağlık durumu değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 19’ da verilmiştir.

Tablo19. Sağlık Durumuna Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi

	Hayat amacı			χ^2	p
	Düşük	Orta	Toplam		
Ebeveynleriniz... Sağlıklı	n	114	151	5,094	0,078
	%	43,0%	57,0%		
			100,0%		
Sağlıksız	n	4	2	6	100,0%
	%	66,7%	33,3%		
Hayatta değil(ler)	n	5	1	6	100,0%
	%	83,3%	16,7%		
Toplam	n	123	154	277	100,0%
	%	44,4%	55,6%		

Tablo 19’ da görüldüğü gibi öğrencilerden ebeveyni sağlıklı öğrencilerin %43 hayat amacı düşük ve %57 hayat amacı orta grubunda, ebeveyni sağlıksız olan öğrencilerden %66,7 hayat amacı düşük ve %33,3 hayat amacı orta grubunda, ebeveyni hayatta değil(ler) olan öğrencilerin %83,3 hayat amacı düşük ve %16,7 hayat amacı orta grubunda yer aldığı tespit edilmiştir. Ebeveyn sağlık durumu ile hayat amacı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ki-kare bağımsızlık testi uygulanmış ve değişkenler arasındaki istatistiksel açıdan ilişki anlamsız bulunmamıştır ($\chi^2=5,094$; $p = 0,078 > 0,05$). Diğer bir deyişle hayat amacı ile ebeveyn sağlık durumu değişkeninin bağımsız olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın 5-d alt problemi kapsamında ergenlerin hayat amacı düzeyleri ve ebeveynlerinin birliktelik durumu değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 20’ de verilmiştir.

Tablo20. Birliktelik Durumuna Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi

	Hayat amacı			χ^2	p
	Düşük	Orta	Toplam		
Ebeveynleriniz... Birlikte	n	94	132	2,971	0,085
	%	41,6%	58,4%		
Boşanmış	n	21	16	37	
	%	56,8%	43,2%		
Toplam	n	115	148	263	
	%	43,7%	56,3%		

Tablo 20' de görüldüğü gibi anket çalışmasına katılan öğrencilerden ebeveyni birlikte olan öğrencilerin %41,6 hayat amacı düşük ve %58,4 hayat amacı orta grubunda ve ebeveyni boşanmış olan öğrencilerin %56,8 hayat amacı düşük ve %43,2 hayat amacı orta grubunda yer aldığı tespit edilmiştir. Ebeveyn birliktelik durumu ile hayat amacı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ki-kare bağımsızlık testi uygulanmış ve değişkenler arasındaki istatistiksel açıdan ilişki anlamlı bulunmamıştır ($\chi^2 = 2,971$; $p = 0,085 > 0,05$). Diğer bir deyişle hayat amacı ile ebeveyn birliktelik durumu değişkeninin bağımsız olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın 5-e alt problemi kapsamında ergenlerin hayat amacı düzeyleri ve algılanan akademik başarı değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 21' de verilmiştir.

Tablo21. Akademik Başarıya Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi

	Hayat amacı			χ^2	p	
	Düşük	Orta	Toplam			
(Sizce) Akademik başarınız?	Kötü n	12	1	13	14,304	0,001
	%	92,3%	7,7%			

	Orta	n	64	76	140		
		%	45,7%	54,3%	100,0%		
	İyi	n	47	77	124		
		%	37,9%	62,1%	100,0%		
Toplam		n	123	154	277		
		%	44,4%	55,6%	100,0%		

Tablo 21’ de görüldüğü gibi öğrencilerden akademik başarısı kötü olan öğrencilerin %92,3’ü hayat amacı düşük ve %7,7 hayat amacı orta grubunda, akademik başarısı orta olan öğrencilerin %45,7 hayat amacı düşük ve %54,3 hayat amacı orta grubunda ve akademik başarısı iyi olan öğrencilerin %37,9’u hayat amacı düşük ve %62,1 hayat amacı orta grubunda yer aldığı tespit edilmiştir. Akademik başarı ile hayat amacı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ki-kare bağımsızlık testi uygulanmış ve değişkenler arasındaki istatistiksel açıdan ilişki anlamlı bulunmuştur ($\chi^2=14,304$; $p = 0,001 < 0,05$). Diğer bir deyişle hayat amacı ile akademik başarı durumunun bağımlı olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın 5-f alt problemi kapsamında ergenlerin hayat amacı düzeyleri ve kardeş sayıları değişkenine ilişkin verilerin sonuçları tablo 22’ de verilmiştir.

Tablo22. Kardeş Sayısına Göre Hayat Amacı Farklılık Analizi

			Hayat amacı			χ^2	p
			Düşük	Orta	Toplam		
Kardeş sayınız?	Kardeşim yok	N	18	20	38	1,387	0,796
		%	47,4%	52,6%	100,0%		
	1 kardeş	N	42	56	98		

	%	42,9%	57,1%	100,0%		
2 kardeş	N	25	38	63		
	%	39,7%	60,3%	100,0%		
3 kardeş ve fazlası	N	38	40	78		
	%	48,7%	51,3%	100,0%		
Toplam	N	123	154	277		
	%	44,4%	55,6%	100,0%		

Tablo 22’ de görüldüğü gibi öğrencilerden kardeşi olmayan öğrencilerden %47,4 hayat amacı düşük ve %52,6 hayat amacı orta grubunda, 1 kardeşi olan öğrencilerden %42,9 hayat amacı düşük ve %57,1 hayat amacı orta grubunda, 2 kardeşi olan öğrencilerden %39,7 hayat amacı düşük ve %60,3 hayat amacı orta grubunda, 3 kardeş ve daha fazla kardeşe sahip olan öğrencilerden %48,7 hayat amacı düşük ve %51,3 hayat amacı orta grubunda yer aldığı tespit edilmiştir. Kardeş sayısı ile hayat amacı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ki-kare bağımsızlık testi uygulanmış ve değişkenler arasındaki istatistiksel açıdan ilişki anlamsız bulunmuştur ($\chi^2=1,387$; $p = 0,796 > 0,05$)

Araştırmanın problem cümlesi olan “Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile hayat amaçları arasında bir ilişki var mıdır? “ problemi kapsamında, psikolojik sağlamlık düzeyleri ve hayat amacı düzeyleri değişkenleri arasındaki ilişkiler tablo 23, 24, 25, 26 da verilmiştir.

Tablo23.İlişki Analizi

	Psikolojik Dayanıklılık
Hayat amacı r	0,420
p	0,000
N	277

Tablo 23’de görüldüğü gibi, hayat amacı ile psikolojik dayanıklılık arasında $r = 0,420$ düzeyinde, anlamlı ve doğrusal bir ilişki bulunmaktadır. ($p=000 < 0,05$) Bu analiz sonucuna göre hayat amacı ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin pozitif olduğu ve öğrencinin psikolojik dayanıklılığının artışına bağlı olarak, hayat amacı artmaktadır. Psikolojik dayanıklılıktaki değişiklikler hayat amacını pozitif yönde etkileyecektir.

Tablo 24. Regresyon Analizi

Model	Çoklu Regresyon Katsayısı	Belirleme Katsayısı	Düzeltilmiş Belirleme Katsayısı	Hatanın Standart Sapma
1	0,420	0,176	0,173	1,98199

Tablo 24’de görüldüğü gibi, psikolojik dayanıklılığın, hayat amacını açıklama düzeyi %17,6 (adj R kare=0.176) olarak tespit edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık ile hayat amacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin var olup olmadığını test etmek için varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır.

Tablo 25. Regresyon Analizine Ait ANOVA Analizi

Model		Karelerin toplamı	Serbestlik Derecesi	Ortalamanın karesi	F	p
1	Regression	231,485	1	231,485	58,928	0,000
	Residual	1080,277	275	3,928		
	Toplam	1311,762	276			

Bağımlı Değişken: Hayat Amacı

Sabit: Psikolojik Dayanıklılık

Tablo 25’de görüldüğü gibi, bu analizde $p=0,000$ değerinin 0.05 den küçük olması psikolojik dayanıklılık ile hayat amacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin varlığını göstermektedir. Regresyon modeli genel olarak anlamlıdır.

Tablo 26. Regresyon Analizi Kestirilmiş Beta Değerleri

Model	Standardize Edilmemiş Katsayı (R Kare)		Standardize Edilmiş Katsayı (R Kare)	t	p
	B	Std. Hata	Beta		
1 Sabit	4,779	0,657		7,277	0,000
Psikolojik Dayanıklılık	1,252	0,163	0,420	7,676	0,000

Bağımlı Değişken: Hayat amacı

Tablo 26’de görüldüğü gibi, Yapılan test sonucuna göre, psikolojik dayanıklılığın hayat amacını etkileme katsayısı Beta=0.420 olarak hesaplanmıştır. Kestirimi yapılan parametre istatistiksel olarak anlamlıdır (p = 0,000)

5. TARTIŞMA

Çalışmanın bu bölümünde Hayat Amacı Ölçeği, Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Demografik Bilgi Formu'ndan elde edilen bulgular, çalışmanın amaç bölümünde sorulan sorular ışığında ve bu alanda yapılan diğer literatür ve kuramsal bulgular çerçevesinde tartışmaya yer verilmiştir.

Araştırmanın birinci alt problemi olan; “Ergenlerin demografik bilgileri nasıl dağılım göstermektedir?” maddesinin analizine bağlı olarak araştırmaya katılanların demografik dağılımları incelenmiş ve inceleme sonuçları bulgular bölümünde detaylı olarak paylaşılmıştır.

Araştırmanın ikinci problemi olan “Ergenlerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile demografik yapıları arasında ilişki var mıdır?” maddesine bağlı olarak demografik bulgularla ilişkili alt problemler bu bölümde işlenmiştir.

5.1.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Cinsiyetleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş olan bulgularda, ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yöndem ve Bahtiyar (2016) ,193 kız, 135 erkek ile yürüttükleri, ergenlerde psikolojik dayanıklılık ve stresle baş etme düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında; cinsiyet ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulmamışlardır. Sezgin (2012), araştırmamıza göre daha büyük yaşta bir grup olan öğretmenlerin psikolojik dayanıklılığını araştırdığı çalışmasını 203 erkek, 143 kadın ile sürdürmüştür; psikolojik dayanıklılık ile cinsiyet arasında herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlamamıştır. Altundağ (2013) 75 kız, 69 erkek ergen ile yürüttüğü çalışmasında Anne babası boşanmış ergenlerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerini incelemiş ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Altundağ bu çalışmasında yalnızca psikolojik dayanıklılık alt puanlarından “okul desteği” puanında kızların erkeklere oranla psikolojik dayanıklılık puanlarının yüksek olduğunu bulgulamıştır. Oktan (2008), üniversiteye

hazırlanan ergenlerin psikolojik dayanıklılıklarını çeşitli değişkenlere göre inceleyen çalışmada, kız öğrencilerin erkek öğrencilere nazaran psikolojik dayanıklılık düzeylerini anlamlı olarak fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır. Literatürde çoğunluğun desteklediği cinsiyet ve psikolojik dayanıklılığın ilişkisiz olduğu sonucuna zıt bulguya ulaşılan bu çalışmadaki farklılığın örneklemde sadece üniversiteye hazırlık aşamasındaki ergenlerin bulunmasından kaynaklı, yaş olarak farklılık göstermeyen bir grubun olması ve kızların bu yaşlarda erkeklerden daha hızlı olgunlaşarak ergenliği erken sonlandırmaları sebebiyle olduğu düşünülmektedir.

5.2.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Kaçınıcı Sınıf Düzeyinde Eğitim Gördükleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu çalışmada elde edilmiş olan bulgularda, ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile eğitim gördükleri sınıf seviyesi arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Farklılığa sebep olan gruplar incelendiğinde 10.sınıf öğrencilerinin, 12. Sınıf öğrencilerine kıyasla psikolojik sağlamlık ortalamalarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Yöndem ve Bahtiyar (2016) çalışmalarında psikolojik dayanıklılık ve sınıf değişkenleri arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Literatür incelendiğinde psikolojik dayanıklılık ile sınıf değişkeni yerine genellikle yaş değişkeni arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışmada da istisnalar dışında ergenlerin sınıf düzeyleri, yaş düzeylerini temsil etmektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde yaş ve psikolojik dayanıklılık değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Sezgin, 2012 ; Tüfekçiyavaş, 2014 ;Bektaş ve Özben, 2016)

5.3.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Ebeveynlerinin Sağlıklı/Sağlıksız Olmaları veya Hayatta Olmamaları Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu çalışmada elde edilen bulgularda, ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile ebeveynlerinin sağlık durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Anlamlılığa neden olan gruplar incelendiğinde ebeveynleri sağlıklı olan ergenlerin, ebeveyn(ler)i sağlıksız veya hayatta olamayanlara oranla psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu konuda literatür tarandığında ebeveynlerin sağlık veya hayatta olma durumları ile psikolojik dayanıklılık değişkenleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya ulaşamamıştır. Fakat yine bu çalışmada ebeveynlerin birlikte/boşanmış olma durumları ile de

psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki kurulmuştur. Ebeveynin boşanmış olması ve hayatta olmaması, ergenin en az bir ebeveyninden uzakta kalmasına sebebiyet vereceği durumu oluşturmaktadır. Yapılan bu araştırmada ebeveynleri boşanmış olan ergenler ile, ebeveynleri hayatta olmayan ergenlerin diğerlerine oranla psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha düşük olduğu bulgusu, araştırmanın kendi kendini destekler nitelikte olduğu sonucunu göstermektedir. Literatürde de yer verildiği gibi ebeveyn(ler)in ruhsal veya kronik bir rahatsızlık içerisinde olmasının veya ebeveynin ölümünün, psikolojik sağlık bağlamında ailesel risk faktörlerinden olduğu düşünülmektedir.

5.4.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Ebeveynlerinin Birlikte/Boşanmış Olmaları Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş bulgularda, ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile ebeveynlerinin birlikte/boşanmış olma durumları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ebeveynleri birlikte olan ergenlerin psikolojik sağlamlığının ebeveynleri boşanmış olan ergenlerden daha fazla olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu konuda ebeveynlerinin birliktelik durumu ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma bulunmamıştır. Literatürde yer verildiği gibi ebeveynlerin boşanmış olmasının yani ergenin ebeveynlerinden birinden veya ikisinden uzakta olmasının psikolojik sağlık bağlamında ailesel risk faktörlerinden olduğu düşünülmektedir.

5.5.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Algılanan Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş bulgularda, ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile algılanan akademik başarıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Hangi grupların anlamlılığa neden olduğu araştırıldığında, algılanan akademik başarıları iyi olan ergenlerin psikolojik sağlamlığının, orta ve kötü olan ergenlerden daha yüksek olduğu, algılanan akademik başarıları orta olan öğrencilerin de psikolojik sağlamlığının kötü olan öğrencilerden yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde algılanan akademik başarı ile psikolojik dayanıklılık değişkenleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Psikolojik dayanıklılık kavramıyla ilişkilendirebileceğimiz yetkin hissetme ve tükenmişlik durumuyla ilgili Çapulcuoğlu ve Gündüz(2013), algıladıkları başarı düzeyi yüksek

olan öğrencilerin düşük olan öğrencilere nazaran kendilerini daha fazla yetkin hissettikleri ve daha az tükenmişlik yaşadıkları sonucuna ulaşmışlardır. Bu araştırma bizim çalışmamızdaki bulguları destekler niteliktedir. Psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek olan ergenlerin, problem davranışlarda daha az bulunduğu literatürde yer verilmiştir. Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan ergenlerin, problem davranışlarda bulunma oranının azlığı, akademik olarak da ergeni olumlu yönde etkilediği bu sebeple algılanan akademik başarı ile psikolojik sağlamlık düzeyinin pozitif yönde korele olduğu düşünülmektedir. Yine literatürde yer verildiği biçimde algılanan akademik başarı, psikolojik sağlamlığı etkileyen bireysel faktörler içerisinde yer almaktadır. Ayrıca literatürde yer verildiği gibi algılanan akademik başarı düzeyi ile paralellik gösterebileceği düşünülen olumlu eğitim hayatının, psikolojik sağlamlık bağlamında çevresel koruyucu faktörlerden olduğu düşünülmektedir.

5.6.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Sahip Oldukları Kardeş Sayıları Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu çalışmada elde edilmiş olan bulgularda, ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile kardeş sayıları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Altundağ (2013) , Yöndem ve Bahtiyar (2016) ve Onat (2010) yapmış oldukları çalışmalarında kardeşe sahip olmanın veya kardeş sayısının ergenlerdeki psikolojik dayanıklılık düzeylerinde bir farklılaşmaya neden olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

5.7.Ergenlerin Yaşam Amaçları İle Cinsiyetleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu çalışmada elde edilmiş olan bulgularda, ergenlerin hayat amaçları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde yapılan çalışmaların geneli çalışmamızı destekler nitelikte cinsiyet ve hayat amacı arasında ilişkinin olmadığı bulgusu ile sonuçlanmıştır. (Ak, 2013 ; Aydın, 2011)

Aslan (2014), yaşam amaçları ve yalnızlık açısından ebeveyn kabul reddi ve intihar olasılığını araştırdığı değerlendirme çalışmasında 18-28 yaş aralığında 205 kadın, 191 erkekten oluşan çalışmada kadınların yaşam amaçlarının, erkeklerin yaşam amaçlarından anlamlı seviyede yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

5.8.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Kaçınıcı Sınıf Düzeyinde Eğitim Gördükleri Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş olan bulgularda, ergenlerin hayat amaçları ile eğitim gördükleri sınıf seviyesi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Literatürde daha önce yapılan araştırmalarda İlhan (2009), sınıf düzeyi ve yaşam amaçları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Bu bulgu, sınıf düzeyi ile yaşam amaçları değişkenleri arasında vardığımız ilişki olmadığı bulgusunu destekler niteliktedir. Aydın (2011), araştırması içerisinde öğrencilerin yaşam amaçları ile yaş değişkeni arasında ilişki aramış, anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varmıştır. Bizim örneklemimizde sınıf/yaş paralellliğini göz önünde bulundurursak, Aydın'ın çalışması da bizim araştırmamızı destekler niteliktedir.

5.9.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Ebeveynlerinin Sağlıklı/Sağlıksız Olmaları Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş bulgularda, ergenlerin hayat amaçları ile ebeveynlerinin sağlık durumu değişkeninin bağımsız olduğu tespit edilmiştir. Ak (2013), üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada; ebeveynleri hayatta olan ve olmayan öğrencilerin dışsal yaşam amaçlarında anlamlı bir fark bulmazken; ebeveynleri hayatta olmayan öğrencilerin içsel yaşam amaçlarının, ebeveynleri hayatta olanlara nazaran daha yüksek olduğu bulgusuna varmıştır. Çalışma içerisinde de bunun nedeninin ebeveynleri hayatta olmayan üniversite öğrencilerinin daha fazla sorumluluk sahibi olmalarından kaynaklandığı yorumu yapılmıştır. Bu yorumdan yola çıktığımızda, bizim araştırmamızın örneklemini daha küçük yaş grubu oluşturduğundan bu sorumluluktan etkilenmedikleri düşünülebilir. Bu konuyu aydınlatmak adına ergen yaş grubunda ebeveyni hayatta olmayan daha geniş bir örnekleme araştırma yapılması daha aydınlatıcı olacaktır.

5.10.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Ebeveynlerinin Birlikte/Boşanmış Olmaları Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş bulgularda, ergenlerin hayat amaçları ile ebeveynlerinin birliktelik durumu değişkeninin bağımsız olduğu tespit edilmiştir. Bu konuda literatürde ebeveynleri boşanmış ve boşanmamış ergenlerin yaşam amaçlarını inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır.

5.11.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Algılanan Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş bulgularda, ergenlerin hayat amaçları ile algılanan akademik başarı değişkeni arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ergenlerin algılanan akademik başarı düzeyleri yükseldikçe hayat amacı düzeylerinin de yükseldiği tespit edilmiştir. Aydın (2011), üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada algılanan akademik başarı düzeyi ile yaşam amaçları arasında pozitif yönlü korelasyon olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Aydın'ın araştırma bulgularında genel olarak yaşam amaçları alt başlıkları ve algılanan akademik başarı düzeyi paralellik göstermesine rağmen, "maddi kazanç" alt başlığı ile anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Aydın'ın araştırmasındaki bu bulgu, kısmen araştırmamızı destekler niteliktedir. Literatürde yer verilen amaçlara ulaşamamada başarısızlığın sebeplerinden ayrıntılı ve kademeli olarak amaca ulaşacak bir yol çizememek vurgusu, akademik olarak da başarı sağlayacak ayrıntı, kademe, disiplin ve düzen konularıyla ilişkili olduğu düşünülmekte ve bu sebeple algılanan akademik başarı düzeyi ile yaşam amaçlarının pozitif anlamlı ilişki içerisinde olduğu düşünülmektedir.

5.12.Ergenlerin Hayat Amaçları İle Sahip Oldukları Kardeş Sayıları Arasındaki İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş bulgularda, ergenlerin hayat amaçları ile kardeş sayıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde ergenlerin kardeş sayıları ile hayat amaçları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır.

5.13.Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri İle Hayat Amaçları Arasında İlişkinin Tartışılması

Bu araştırmada elde edilmiş bulgularda, ergenlerin psikolojik sağlık düzeyleri ile hayat amacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Regresyon modeli genel olarak anlamlıdır. Literatür incelendiğinde yaşam amaçları ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki korelasyonu araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır.

6.SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın konusu ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin yaşam amaçları ile ilişkisidir. Bu bağlamda ergenlik, pozitif psikoloji bağlamında yaşam amaçları ve psikolojik sağlamlık (dayanıklılık) kavramları açıklanmıştır.

Araştırmanın evreni İstanbul İli Beylikdüzü İlçesi Özel Beykent Eğitimde Rasyonel Açılım Anadolu Lisesi' dir. Evreni temsil eden örnekleme bu lisede eğitimine devam eden 9.10.11. ve 12 sınıf öğrencilerinden 173 kız, 104 erkek olmak üzere toplamda 277 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırma Demografik Bilgi Formu, Yaşam Amacı Ölçeği ve Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği' nden elde edilen bulgularla analiz edilmiştir. Ölçeklerden elde edilen verilerin kapsamında şu sonuçlara ulaşılmıştır:

Araştırmamızın temel problemi olan yaşam amaçları düzeyinin psikolojik sağlamlık düzeyi ile ilişkisini incelemek üzere YAÖ ve ÇGPSÖ' den elde edilmiş olan verilerin sonuçlarına göre her birey için yaşam amaçları ve psikolojik sağlamlık skorları elde edilmiştir. Yaşam amacı ile psikolojik sağlamlık düzeyi arasındaki ilişki korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir. Korelasyon analizi sonucunda, yaşam amaçları ve psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=0,420$, $p=0,00<0,05$). Yani öğrencilerin yaşam amaçları puanı yükseldikçe psikolojik sağlamlık düzeyleri de yükselmiştir. Psikolojik sağlamlık düzeyinin, yaşam amacını açıklama düzeyini tespit etmek için regresyon analizi uygulanmış, açıklama düzeyi %17,6 (adj R kare=0,176) olarak tespit edilmiştir. Psikolojik sağlamlık ile yaşam amacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin var olup olmadığını test etmek için varyans analizi (anova) yapılmıştır. Sonucunda regresyon modeli genel olarak anlamlıdır, psikolojik sağlamlık ile yaşam amacı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($p=0,000<0,05$).

Yapılmış olan bu araştırmada örneklemin yaşam amacı düzeyi ve psikolojik sağlamlık düzeyi birçok faktöre göre değişiklik göstermektedir. Araştırmaya katılan

ergenlerin yaşam amacı ve psikolojik sağlamlık değişkenleri ile demografik değişkenler (cinsiyet, sınıf düzeyi, ebeveyn birliktelik durumu, ebeveyn sağlık/hayatta olma durumu, algılanan akademik başarı, kardeş sayısı)in bazıları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu sonuçlara göre ebeveynleri birlikte olan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ebeveynleri ayrı olanlardan daha yüksek, 10. Sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyleri 12. Sınıf öğrencilerinden daha yüksek, ebeveyn(ler)i sağlıklı olan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ebeveyn(ler)i sağlıksız veya hayatta olmayan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinden daha yüksek, algılanan akademik başarıları yüksek olan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri algılanan akademik başarıları orta olan ergenlerden daha yüksek, algılanan akademik başarıları orta olan ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri de algılanan akademik başarıları düşük olan ergenlerden daha yüksek, algılanan akademik başarıları yüksek olan öğrencilerin yaşam amaçları düzeyi algılanan akademik başarıları orta ve düşük olan ergenlerden daha yüksek bulunmuştur.

Ergenlik çağında yaşam amacı ve psikolojik sağlamlık kavramlarının birey gelişiminde önemli bir yer teşkil ettiği düşünülmektedir. Ebeveyn(ler)i sağlık problemi yaşayan, ebeveynlerinin biri veya her ikisinden de uzakta olan, algıladığı akademik başarıları yeterli seviyede olmayan ergenlerin psikolojik sağlamlık bağlamında daha riskli bir grupta olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmanın sonuçlarından elde edilen bulgular ışığında bir takım öneriler getirilebilir. Bu kapsamda psikolojik sağlamlık ve yaşam amaçları ile anlamlı ilişki içerisinde olan algılanan akademik başarıyı etkileyen faktörler daha detaylı biçimde araştırılarak rehberlik ve psikolojik danışmanlık kapsamında öğrencilere rehberlik edilebilir. Ebeveyn birlikteliği değişkeni yaşam amaçları ile olmasa da psikolojik sağlamlık ile anlamlı ilişki içerisinde dir. Ebeveyninden uzak olan ergenin psikolojik sağlamlık düzeyinin etkilenme sebebi daha detaylı araştırılarak, gerek okul rehberliği gerekse aile bakanlığı tarafınca boşanmış ailelere çocukların durumdan olumsuz etkilenmesini minimuma indirecek biçimde rehberlik edilebilir. Ayrıca ebeveyni kronik veya ruhsal hastalık taşıyan ergenlere de bu konudaki bilişsel yapıları desteklenecek biçimde psikolojik danışmanlık veya terapi hizmeti sunulabilir.

Bu araştırmanın özellikle yerli literatürde yaşam amaçları ve psikolojik sağlamlık ile ilgili yapılan araştırmanın sınırlı olması bakımından, ilerleyen zamanlarda yapılacak araştırmalara yarar sağlayabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada kullanılan Demografik Bilgi Formu'nda yer alan maddelere farklı veri sağlayıcı sorular da eklenerek bu özelliklerin yaşam amaçları ve psikolojik sağlamlık düzeyleri ile ilişkisi incelenebilir. Ergenlerin yaşam amaçları ve psikolojik sağlamlık düzeyleri, daha farklı bölgeler ve daha farklı okullardaki örneklemeler ile karşılaştırması yapıp değerlendirilebilir.

KAYNAKÇA

Ak, K. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin Özgeçmiş Düzeylerinin Yordayıcısı Olarak Yaşam Amaçları*, Yüksek Lisans Tezi, Tokat: Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Alex Linley, P., Joseph, S., Harrington, S., & Wood, A. M. (2006). Positive psychology: Past, present, and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1), 3-16.

Altundağ, Y. (2013). *Anne-babası Boşanmış Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinde Yordayıcı Değişkenler Olarak Yaşam Doyumu ve Yalnızlık*. Yüksek Lisans Tezi, Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Arık, İ. A. (1998). *Psikolojide Bilimsel Yöntem*. İstanbul: Çantay kitabevi.

Arslan, G. (2015). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ) Psikometrik Özellikleri: Geçerlilik ve Güvenirlilik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.

Arslan, G., & Balkıs, M. (2016). Ergenlerde Duygusal İstismar, Problem Davranışlar, Öz-yeterlik ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişki. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 8-22.

Arslan, G., & Balkıs, M. (2016). *Ergenlerde Duygusal İstismar Problem Davranışlar Öz Yeterlik ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişki*. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 8-0.

Aslan, B. (2014). *Ebeveyn Kabul Reddi ve İntihar Olasılığı: Yaşam Amaçları ve Yalnızlık Açısından Bir Değerlendirme*. Yüksek lisans tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi.

Atkinson R.L., Atkinson R.C., Smith E.E., Bem D.J., Hoeksema S.N. (2010) Hilgard's Introduction to Psychology. *Psikolojiye Giriş*. Çeviren: Alogan Y. , Arkadaş Yayınevi, Ankara.

Aydın,A. (2011). *Eğitim Psikolojisi*. Pagem Akademi Yayınevi, Ankara.

Aydiner, B. B. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlarının Genel Öz-Yeterlik Yaşam Doyumu Ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

- Bauer, J. J., & McAdams, D. P. (2004). Growth goals, maturity, and well-being. *Developmental psychology*, 40(1), 114.
- Baumeister, R. F., & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological inquiry*, 7(1), 1-15.
- Bektaş, M., & Özben, Ş. (2016). Evli Bireylerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1).
- Brdar, I., Rijavec, M., & Miljković, D. (2009). Life Goals And Well-Being: Are Extrinsic Aspirations Always Detrimental To Well-Being?. *Psihologijske Teme*, 18(2), 317-334.
- Butcher J.N., Mineka S., Hooley J.M. (2011) Abnormal Psychology. Anormal Psikoloji. 1. Baskı. Çeviren: Gündüz O., Kaknüs Yayınları, İstanbul. s:34-35, 37, 40-42, 290-291, 492.
- Cassell E. J. (2002) Compassion. In: *The Handbook of Positive Psychology*. Eds: Synder C.R., Lopez S.J., Oxford University Press, New York, p:434-445.
- Cloutier, R. (1982). Ergenlik Psikolojisinde Kuramlar. Çev. Bekir Onur <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/40/491/5805.pdf>.
- Çapulcuoğlu, U., & Gündüz, B. (2013). Lise Öğrencilerinde Tükenmişliğin Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Okul Türü Ve Algılanan Akademik Başarı Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1).
- Demirel, H. G., Demirel, E. T., & Düşükcan, M. (2012). Yaşam Amaçları Ve Meslek Seçimi: Üniversite Öğrencileri Örneği.
- Deniz Yöndem, Z., & Bahtiyar, M. (2016). Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık Ve Stresle Başetme. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 4(Number: 45), 53-62.
- Downie, M., Koestner, R., Horberg, E., & Haga, S. (2006). Exploring The Relation Of Independent And İnterdependent Self-Construals To Why And How People Pursue Personal Goals. *The Journal Of Social Psychology*, 146(5), 517-531.
- Earvolino-Ramirez, M. (2007, April). Resilience: A Concept Analysis. In *Nursing Forum* (Vol. 42, No. 2, Pp. 73-82). Blackwell Publishing Inc.
- Eminağaoğlu, N. (2006). *Güç Koşullarında Yaşayan Sokak Çocuklarında Dayanıklılık*. Yayınlanmamış doktora tezi. İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Emmons, R. A., & Shelton, C. M. (2002). Gratitude and The Science of Positive Psychology. In: *The Handbook of Positive Psychology*, Eds: Synder C.R., Lopez S.J., Oxford University Press, New York, p: 459-471.
- Eryılmaz, A., & Aypay, A. (2011). Lise Öğrencilerinde Derse Katılmaya Motive Olma ile Yaşam Amaçları Belirleme Arasındaki İlişkiler. *Journal of Kirsehir Education Faculty*, 12(3).

Eryılmaz, A. (2011). İhtiyaç Doyumu Ve Yaşam Amaçları Belirleme: Lise Öğrenimi Gören Ergenler İçin Bir Öznel İyi Oluş Modeli. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(4), 1747-1764.

Eskin M, Ertekin K; Harlak H, Dereboy Ç (2008) *Türk Psikiyatri Dergisi*,19(4):382-389

Everson, S. A., Kaplan, G. A., Goldberg, D. E., Salonen, R., & Salonen, J. T. (1997). Hopelessness And 4-Year Progression Of Carotid Atherosclerosis. *Arteriosclerosis, Thrombosis, And Vascular Biology*, 17(8), 1490-1495.

Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (And Why) Is Positive Psychology?. *Review Of General Psychology*, 9(2), 103.

Gizir, C. A. (2004). *Academic Resilience: An Investigation of Protective Factors Contributing To The Academic Achievement of Eight Grade Students In Poverty*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gizir, C. A. (2016). Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri Ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 3(28).

Gollwitzer, P. M. (1999). Implementation Intentions: Strong Effects Of Simple Plans. *American Psychologist*, 54(7), 493.

İkiz, T. T. (2011). Türkiye'de Psikanalizin Gelismine Kısa Bir Bakış. *Sosyoloji Dergisi/Journal of Sociology*, (22).

İlhan, T. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Benlik Uyumu Modeli: Yaşam Amaçları, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ve Öznel İyi Oluş*. Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi. Ankara Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

İlhan, T. (2013). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Amaçları ve Madde Kullanımı. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2013(13).

İlhan, T., & Özbay, Y. (2016). Yaşam Amaçlarının Ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34).

Kabasakal, Z. ve Arslan, G. (2014). Ergenlikte Görülen Anti-Sosyal Davranışlar, Psikolojik Sağlık ve Aile Sorunları Arasındaki İlişki, *Uluslararası Hakemli Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi*, 2 (3), 76-90.

Kararımak, Ö., & Siviş Çetinkaya, R. (2016). Benlik Saygısının ve Denetim Odağının Psikolojik Sağlık Üzerine Etkisi: Duyguların Aracı Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35). <http://pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/view/177/107> adresinden erişildi.

Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). A Dark Side Of The American Dream: Correlates Of Financial Success As A Central Life Aspiration. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 65(2), 410.

Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further Examining The American Dream: Differential Correlates Of İntrinsic And Extrinsic Goals. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 22, 280–287

Kasser, T., & Ryan, R. M. (2001). Be Careful What You Wish For: Optimal Functioning And Relative Attainment Of İntrinsic And Extrinsic Goals. In P. Schmuck & K. M. Sheldon (Eds), *Life Goals And Well-Being: Towards A Positive Psychology Of Human Striving*. Göttingen, Germany: Hogrefe & Huber Publishers

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion And Adaptation*. Oxford University Press on Demand.

Lefcourt H. M. (2002). Humor. İn: *The Handbook of Positive Psychology*. Eds: Synder C.R., Lopez S.J., Oxford University Press, New York, p:619. <http://psycnet.apa.org/psycinfo/2002-02382-045>

Liebenberg, L., Ungar, M. ve LeBlanc, J. C. (2013). The CYRM-12: A Brief Measure Of Resilience. *Canadian Journal Of Public Health*, 104(2), 131-135.

Liebenberg, L., Ungar, M. ve Van de Vijver, F. R. R. (2012). Validation of the Child and Youth Resilience Measure-28 (CYRM-28) Among Canadian Youth With Complex Needs. *Research on Social Work Practice*, 22(2), 219-226.

Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The Development Of Competence İn Favorable And Unfavorable Environments: Lessons From Research On Successful Children. *American Psychologist*, 53(2), 205.

Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who İs Happy?. *Psychological Science*, 6(1), 10-19.

Neale, J. M., & Liebert, R. M. (1980). *Science And Behavior An İntroduction To Methods Of Research* Prentice-Hall. Inc. USA, Englewood Cliffs, NJ.

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

Onat, G. (2010). *Demokratik Ve Otoriter Olarak Algılanan Ana-Baba Tutumlarının Lise Birinci Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyine Etkilerinin Araştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Özcan, B. (2005). *Anne-Babaları Bosanmış ve Anne-Babaları Birlikte Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Öz, P. D. F., & Yılmaz, U. H. E. B. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(3), 082-089.

Parman, T. (1998). Ergenlik ve Psikanaliz. *Klinik Psikiyatri*, 2, 73-82.

Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American psychologist*, 55(1), 44.

Petersen, S. E., Fineburg, A. C., Sheldon, K. M., Rettew, J. G., Beaumont, S. L., Lopez, F. G., ... & Little, T. D. (2009). The *Encyclopedia Of Positive Psychology*.

Sameroff, A. (2005). Early Resilience And Its Developmental Consequences. *Tremblay RE, Barr RG, Peters Rdev, Eds. Encyclopedia On Early Childhood Development*, 1-6.

Schmuck, P. E., & Sheldon, K. M. (2001). *Life Goals And Well-Being: Towards A Positive Psychology Of Human Striving*. Hogrefe & Huber Publishers.

Selçuk, Z. (2012). *Eğitim Psikolojisi*. Nobel Yayınevi, Ankara.

Seligman, M.E. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.

Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive Psychology: An Introduction. In *Flow And The Foundations Of Positive Psychology* (Pp. 279-298). Springer Netherlands.

Sezgin, F. (2012). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 20(2), 489-502.

Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2006). How To Increase And Sustain Positive Emotion: The Effects Of Expressing Gratitude And Visualizing Best Possible Selves. *The Journal Of Positive Psychology*, 1(2), 73-82.

Stewart, M., Reid, G., & Mangham, C. (1997). Fostering Children's Resilience. *Journal Of Pediatric Nursing*, 12(1), 21-31.

Türnüklü, A., & Şahin, İ. (2004). 13-14 Yaş Grubu Öğrencilerin Çatışma Çözme Stratejilerinin İncelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 7(13), 45-61.

Terjesen, M. D., Jacofsky, M., Froh, J., & DiGIUSEPPE, R. A. Y. M. O. N. D. (2004). Integrating positive psychology into schools: Implications for practice. *Psychology in the Schools*, 41(1), 163-172.

Tüfekçiyaşar, T. (2014). Lise 10. ve 11. Sınıf Öğrencilerinde Kaygı, Umutsuzluk Ve Benlik İmgesi Düzeylerinin Değerlendirilmesi.

Watson, D. (2002). Positive Affectivity. In: *The Handbook of Positive Psychology*. Eds: Synder C.R., Lopez S.J., Oxford University Press, New York, p: 106-119.

Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., Soenens, B., & Matos, L. (2005). Examining The Motivational Impact Of İntrinsic Versus Extrinsic Goal Framing And Autonomy-Supportive Versus Internally Controlling Communication Style On Early Adolescents' Academic Achievement. *Child Development*, 76(2), 483-501.

Williams, G. C., Hedberg, V. A., Cox, E. M., & Deci, E. L. (2000). Extrinsic Life Goals and Health-Risk Behaviors in Adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*, 30(8), 1756-1771.

Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*. İstanbul: Baglam Yayinlari.

Yetkin, A. (2016). *Ergenlere Hayat Amacı Kazandırmada Logoterapi Yönelimli Grupla Psikolojik Danışmanlığın Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul : İstanbul Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Yöndem, Z. D., & Bahtiyar, M. (2016). Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık Ve Stresle Baş Etme. *The Journal Of Academic Social Science Studies*, 45, 53-62.

EKLER

EK 1: Demografik Bilgi Formu

Ek 2: Hayat Amacı Ölçeği

Ek 3: Çocuk ve Genç Psikolojik Sağamlık Ölçeği

Ek 4: Etik Kurul Onay Formu

EK 1: Demografik Bilgi Formu

1- Adınız/Soyadınız?

2- Kaçınıcı sınıfta öğrenim görüyorsunuz? a) 9 b) 10 c) 11

3- Cinsiyetiniz? K / E

4- Ebeveynleriniz

a) Birlikte b) Boşanmış

5- Ebeveynleriniz

a) Sağlıklı b) Sağlıksız c) Hayatta değil(ler)

6- (Sizce) Akademik başarınız:

a) kötü

b) orta

c) iyi

7- Kardeş sayınız;

a) 1 b) 2 c) 3 veya fazlası

Ek 2: Hayat Amacı Ölçeği

HAYAT AMACI ÖLÇEĞİ

Lütfen her ifadeye mutlaka **TEK** yanıt veriniz ve kesinlikle **BOŞ** bırakmayınız. Her bir maddeye “Katılıyorum” (E) veya “Katılmıyorum” (H) olarak işaretleyin.
En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz.

EVET

HAYIR

1)	Genellikle sıkılırım.		
2)	Genelde, hayatım durağan ve sıkıcı görünür.		
3)	Yapmak istediğim şeylere ilişkin belirgin düşüncelere sahibim.		
4)	Hayatım anlamlıdır.		
5)	Her günüm aynı gibi görünür.		
6)	Eğer hayatımı yeniden yaşayabilseydim, onu hemen hemen şimdi olduğu gibi yaşardım.		
7)	Hayat amaçlarıma ulaşamasam da küçük ilerlemeler sağladım.		
8)	Hayatım boş gibidir.		
9)	Eğer bugün ölürsem, hayatımın değerli olduğunu hissederim.		
10)	Hayatımı düşündüğümde, neden hayatta olduğumu sıklıkla merak ederim		
11)	Hayatım dünyanın kalamı ile uyumlu değil.		
12)	Çoğunlukla güvenilir, sorumlu bir kişiyim.		
13)	İnsanlar çoğunlukla kendi seçimlerini yapabilmek için fazla özgürlüğe sahip değildir.		
14)	Bazen intiharı benim için iyi bir çıkış yolu olabileceğini düşünürüm		
15)	Çoğunlukla hayatım için bir yararlılık düşünebilme yeteneğimdeyim.		
16)	Hayatım üzerinde kontrolüm fazlasıyla vardır		
17)	Günlük görevlerim sıkıcı gibidir		
18)	Neden yaşadığıma ilişkin birçok sebep keşfettim. Slavy 49		

Ek 3: Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği

		hiç Beni tanımlamıyor	Çok az tanımlıyor	Biraz tanımlıyor	Oldukça tanımlıyor	Beni tamamen tanımlıyor
1.	Hayatımda saygı duyabileceğim insanlar var.	1	2	3	4	5
2.	Eğitim almak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
3.	Ailem benim hakkımda birçok şeyi bilir (örneğin, arkadaşlarımla kim olduğumu, nelerden hoşlandığımı) .	1	2	3	4	5
4.	Başladığım faaliyetleri/işleri bitirmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
5.	Bir şeyler istediğim şekilde gitmediğinde, diğer insanlara ve kendime zarar vermeden bu durumu çözebilirim (örneğin, şiddete başvurmadan veya kötü şeyler söylemeden)	1	2	3	4	5
6.	Yardıma ihtiyacım olursa, nereden yardım alabileceğimi bilirim.	1	2	3	4	5
7.	Kendimi okuluma ait hissediyorum.	1	2	3	4	5
8.	Ailem zor zamanlarımda yanımdadır (örneğin hasta olduğumda veya başım sıkıştığında).	1	2	3	4	5
9.	Arkadaşlarım zor zamanlarımda yanımdadır.	1	2	3	4	5
10.	Yaşadığım toplumda bana adil bir şekilde davranılır.	1	2	3	4	5
11.	Hayatımda gelecekte kullanacağım yeteneklerimi geliştireceğim fırsatlara sahibim.	1	2	3	4	5
12.	Ailemin aile geleneklerini ve kültürünü seviyorum.	1	2	3	4	5

Ek: Etik Kurul Onay Formları



T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

SAYI : 186
KONU: Etik Kurul İzni

24.11.2017

Sayın; Hasan ŞAHİN

Haliç Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından yapmış olduğunuz başvuru incelenmiş olup, Yrd.Doç.Dr.Ayşegül YETKİN danışmanlığında yaptığımız “Ergenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri ve Hayat Amaçları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” isimli araştırma kurulumuzun 24.11.2017 tarihli toplantısında etik yönden uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi rica ederim.

Prof.Dr.Melek Güneş YAVUZER
Etik Kurul Başkan Yardımcısı

Ek: Etik Kurul Kararı



TC
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK
KURULU

Yayın Tarihi :10.12.2015
Revizyon Tarihi :25.01.2016
Revizyon No :01
Sayfa No :04 / 35

KARARLAR

Tarih: 24 Kasım 2017
Toplantı Sayısı: 08

Karar No :04

Hasan ŞAHİN'in Yrd.Doç.Dr.Ayşegül YETKİN danışmanlığında yaptığı "Ergenlerin Psikolojik Sağlık Düzeyleri ve Hayat Amaçları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu çalışması incelendi, yapılan inceleme sonucunda araştırmannın etik yönden uygun olduğuna karar verildi.

ÜYELER

Adı-Soyadı	Alanı	Kurumu	Araştırma ile ilişkisi	Toplantıya Katılma	İmza
Prof. Dr. Abdurrahman EREN (Başkan)	Hukuk	Haliç Üniversitesi Rektör Vekili	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Güneş YAVUZER	Fizyoterapi ve Rehabilitasyon	Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Kut SARPYENER	Antrenörlük	Haliç Üniversitesi Beden Eğt. ve Spor Yük. Okulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Filiz AÇKURT	Beslenme ve Diyetetik	Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Prof.Dr. Feridun VURAL	Tıp Fakültesi	Haliç Üniversitesi Tıp Fakültesi	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Doç. Dr. Burcu IRMAK YAZICIOĞLU	Moleküler Biyo Genetik	Haliç Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Moleküler Biyoloji ve Genetik Bölümü	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Yrd. Doç. Dr. Leman KUTLU (Yürütücü Sekreter)	Ebelik	Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Yrd. Doç. Dr. İlhan ODABAŞ	Spor Yöneticiliği	Haliç Üniversitesi Beden Eğt. ve Spor Yük. Okulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Yrd. Doç. Dr. Atilla TEKİN	Psikoloji	Haliç Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	

ETKU:10

ÖZGEÇMİŞ

06.06.1992 tarihinde İstanbul’ da doğdu. İlk ve ortaokulu tamamladıktan sonra liseyi Gaziosmanpaşa Anadolu Lisesi’ nde tamamladı. 2010-2015 seneleri arasında İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji Bölümü’ nde lisans eğitimini tamamladı. Lisans eğitimi süresince Yorum Psikoterapi Merkezi, Gaziosmanpaşa Aile Mahkemesi, Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi’ nde stajlarını tamamladı. 2015 senesi içerisinde formasyon eğitimini tamamlayıp, formasyon stajını Ataköy Anadolu Lisesi’ nde gerçekleştirdi. Lisans eğitimini bitirdiği seneyi takiben 2015-2016 ve 2016-2017 eğitim-öğretim senelerinde Özel Beykent Eğitimde Rasyonel Açılım Anadolu Lisesi ve Ortaokulunda Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen olarak çalıştı. 2015-2016 Eğitim-öğretim senesinde Haliç Üniversitesi Uygulamalı Psikoloji Programı’ nda yüksek lisans eğitimine başladı.

UYGUN GÖRÜMÖSTÖR
YED-DOĞ-DA ALIŞTIRMA

[Handwritten signature]

ERGENLERİN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK DÜZEYLERİ VE HAYAT AMAÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ORIJINALLIK RAPORU

% 11	% 7	% 4	% 6
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	Submitted to Haliç Üniversitesi Öğrenci Ödevi	% 2
2	readgur.com İnternet Kaynağı	% 2
3	calismatoplum.org İnternet Kaynağı	% 1
4	Submitted to TechKnowledge Turkey Öğrenci Ödevi	% 1
5	Submitted to Istanbul Aydın University Öğrenci Ödevi	% 1
6	pdrdergisi.org İnternet Kaynağı	% 1
7	www.journalofhappiness.net İnternet Kaynağı	<% 1
8	ARSLAN, Gökmen. "Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği nin (ÇGPSÖ-12) Psikometrik Özellikleri: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması",	<% 1