

**T.C.
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

SOSYAL UYUM İLE SÜREKLİ KAYGI ARASINDAKİ İLİŞKİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**T.C. YÜKSEKÖĞRETİM KURULU
DOKÜMANTASYON MERKEZİ**

Faruk ÖĞÜT

107126

**Ana Bilim Dalı: Eğitim Bilimleri
Tez Danışmanı: Prof.Dr. İlkay KASATURA**

**KOCAELİ
2000**

T.C.

KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

SOSYAL UYUM İLE SÜREKLİ KAYGI ARASINDAKİ İLİŞKİ

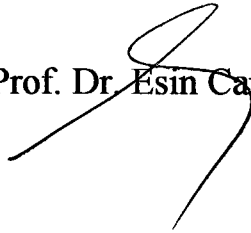
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tezi Hazırlayan: Faruk Ögüt

Tezin Kabul Edildiği Enstitü Yönetim Kurul Tarih ve No: 08. 02. 2001-
2001/02



Prof. Dr. İlkay Kasatura



Prof. Dr. Esin Cantez



Prof. Dr. Nejat Bozkurt

ŞUBAT 2001

TEŞEKKÜR

Bu araştırma konusuna ilgin; lisede öğretmen olmam ve gençlerin uyum düzeylerini etkileyen etmenleri araştırmak isteşiminden kaynaklanmaktadır.

Başta, bu araştırmamın başından sonuna kadar her aşamada danışmanlığını üstlenerek bana yol gösteren Prof.Dr. İlkey KASATURA'ya teşekkür ederim. Ayrıca istatistiksel analizlerin yapılmasında yardımlarını aldığım Yrd.Doç.Dr. Hüseyin GÜL'e ve tez yazımında büyük katkıları olan Fatma KILINÇ'a teőekkürlerimi sunarım.

Faruk ÖĞÜT

ÖZET

Bu çalışmada liselerde okuyan öğrencilerin sosyal uyum düzeyi ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Bu amaçla aile ilişkileri, sosyal ilişkiler, sosyal normlar ve antisosyal eğilimler ile sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Araştırmanın örneklem grubunu, İzmit ili merkezindeki Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı genel eğitim yapan liselerden raslantısal örnekleme yöntemiyle seçilmiş toplam 150 öğrenci oluşturmuştur. Bu öğrenciler, sosyal uyumu iyi ve sosyal uyumu orta düzeyde olanlar olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Sosyal uyum puanları iyi olan grup deney grubu, sosyal uyumu puanları orta olan grup ise kontrol grubu olarak seçilmiştir. Deney ve kontrol grubu 30'u deney, 30'u kontrol grubu olmak üzere 60 kişiden oluşmuştur.

Veri toplama aracı olarak Hacettepe Kişilik Envanteri ve Sürekli Kaygı Envanterleri'nden yararlanılmıştır. Veriler t-testi ile karşılaştırılmıştır.

Araştırmada elde edilen bulgular aşağıda özetlenmiştir:

1-Aile ilişkilerinin iyi düzeyde olması sürekli kaygı düzeyini olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Kontrol grubunda aile ilişkileri orta düzeyde bulunmuş, buna bağlı olarak sürekli kaygı düzeyi yükselmiştir.

2-Sosyal ilişkileri iyi olan öğrencilerin sürekli kaygı puanı da iyi düzeyde olduğu bulunmuştur. Kontrol grubunda sosyal ilişki düzeyi orta düzeyde sürekli kaygı da yüksek olarak bulunmuştur.

3- Sosyal normlara uyum düzeyi arttıkça sürekli kaygı düzeyinin düştüğü kontrol grubuna bakarak görülmüştür. Çünkü sosyal normlara uyum orta düzeyde olan kontrol grubunda sürekli kaygı puanı yükselme göstermiştir.

4-Antisosyal eğilimlerin azalması ile sürekli kaygının da azaldığı sonucu bu çalışmada görülmüştür. Kontrol grubunda antisosyal eğilimler arttıkça sürekli kaygıda da artış bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Sosyal uyum, sürekli kaygı, sosyal ilişkiler, sosyal normlar, antisosyal eğilimler, aile ilişkileri, Hacettepe Kişilik Envanteri, Durumluluk ve Sürekli Kaygı Envanteri.

SUMMARY

In this thesis we are looking to see whether or not there is a relationship between the level of social adaptation and trait anxiety levels of high school students. We have studied the relationships between trait anxiety level and social relationships, social norms and anti-social tendencies.

The sample group for this study was made up of a total of 150 students randomly chosen from the National Education Authorities' high schools in the centre of Izmit. These students were divided into two groups according to the level of social adjustment: well or average.

The students who were awarded the highest points for social adjustment formed the study group, while those who gained the least points for social adjustment formed the control group. 30 students were used for both the study and the control group making a total of 60 students.

The data collecting method used was the Hacettepe Personality Inventory (Hacettepe Kisilik Envanteri) and Trait and State Anxiety Inventory (Surekli Kaygi Envanteri). The data was compared with the t-test.

The findings of this study are summarised below:

1. It was found that that good family relationships positively affected the trait anxiety levels. The family relationships of the control group were found to be average, and the trait anxiety levels were comparatively higher.
2. It was found that the trait anxiety level of students who had good social relationships was low. The test showed that the students in the control group with average level social relationships also had a higher level of trait anxiety.
3. By looking at the results from the control group we can see that as the level of social adjustment increases, the level of trait anxiety falls.
4. In this study we can see that as the anti-social tendencies decreased so did the trait anxiety level. So also, it was found in the control group that as the anti-social tendencies increased, so did the anxiety trait level.

Key Words: social adjustment, trait anxiety, social relationships, social norms, anti-social tendencies, family relationships, Hacettepe Personality Inventory (Hacettepe Kisilik Envanteri), Trait and State Anxiety Inventory (Surekli Kaygi Envanteri)

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	I
ÖZET.....	II
SUMMARY.....	III
İÇİNDEKİLER.....	IV
TABLolar.....	VI

BÖLÜM I

GİRİŞ.....	1
Problem.....	3
Araştırmacının Amacı.....	3
Alt Amaçlar.....	3
Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	3
Sayıtlar.....	4
Sınırlılıklar.....	4
Tanımlar.....	4

BÖLÜM II

ARAŞTIRMA KONUSUNU OLUŞTURAN KAVRAMLAR

UYUM.....	5
Sosyal Uyum.....	7
Sosyal Uyumsuzluk.....	8
Belirtileri.....	8
Sosyal Değişme ve Uyum.....	8
Benlik Duygusu ve Sosyal Uyum.....	8
Ergenin Uyumunda Aile İlişkilerinin Rolü.....	9
Ana-Baba Tutumunun Sosyal Uyum ile İlişkisi.....	11
Ergen ve Sosyal Çevre İlişkileri.....	14
Ergen ve Sosyal Normlar.....	15

Sosyal Uyum ve Antisosyal Eğilimler.....	17
Kaygı ile İlgili Tanımlar.....	18
Kaygının Nedenleri.....	19
Kaygının Kişi Üzerindeki Etkileri.....	20

BÖLÜM III

İlgili Araştırmalar.....	22
--------------------------	----

BÖLÜM IV

YÖNTEM

Evren ve Örneklem.....	24
Veri Toplama Teknikleri.....	25
Hacettepe Kişilik Envanteri.....	25
Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri.....	27
Veri Çözümleme Yöntemleri.....	29

BÖLÜM V

Bulgular ve Yorum.....	30
------------------------	----

Tablolar	31
----------------	----

BÖLÜM VI

Tartışma ve Sonuç	45
Öneriler	48

BÖLÜM VII

KAYNAKÇA

EKLER

TABLULAR

Tablo 1

Öğrencilerin Liselere Göre Sayısal Dağılımı.....24

Tablo 2

İyi Derecede Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Aile İlişkileri ile Sosyal uyum Alt Ölçeklerinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....31

Tablo 3

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Aile İlişkileri ile Sürekli Kaygı Düzeyleri Alt Ölçeklerinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....31

Tablo 4

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal İlişkileri ile Sosyal Uyum Alt Ölçekleri Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....32

Tablo 5

İyi Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....33

Tablo 6

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Normal ile Sosyal Uyum Alt Ölçekleri Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....33

Tablo 7

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Normlar ile Sürekli Kaygı Alt Ölçekleri Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....34

Tablo 8

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....35

Tablo 9

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....35

Tablo 10

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Uyum Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....36

Tablo 11

Orta Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Aile İlişkileri Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....37

Tablo 12

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Aile İlişkileri Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....37

Tablo 13

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....38

Tablo 14

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....39

Tablo 15

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Normlar Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....39

Tablo 16

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Normlar Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....40

Tablo 17

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....41

Tablo 18

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Antisosyal Eğilimler ile Sürekli Kaygı Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....41

Tablo 19

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Uyum Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....42

Tablo 20

İyi Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sürekli Kaygı Alt Ölçeği ile Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....43

Tablo 21

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Uyumunu ile Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Olanların Sosyal

Uyum Alt Ölçeği Puanları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri.....43



A decorative graphic consisting of a series of parallel diagonal stripes in a light pink color, forming a wide, horizontal band across the center of the page. The stripes are arranged in a pattern that creates a sense of depth and movement.

I. BÖLÜM

GİRİŞ

Sosyal uyum, bireyin diğer insanlarla uyum gösterebilme başarısı, grubunda kendini özgür bir biçimde tanıtabilmesidir ¹.

Gözlemler bu çağda gençlerin en az yüzde on ile yüzde onbeşinin önemli uyumsuzluk belirtilerinin olduğunu ortaya koymaktadır. Bu uyumsuzluk, delikanlılık çağına özgü niteliklerin abartılmış bir biçimde ortaya çıkışıyla oluşur. Çocukluk çağında sağlıklı gelişme gösteren gençler, bu çağı sarsıntısız atlatır ve yollarını bulurlar. Örselenmiş, doyumsuzluk çekmiş ya da ruhsal çatışmalarını çözememiş çocuklar ise delikanlılık çağının fırtınasından yara almadan çıkamazlar ².

Toplumsal değişme hızının gittikçe artması üzerine, bireylerin bilgili ve halihazır topluma uyum gösteren kimseler olarak değil, hızla değişen ve karmaşık hale gelen toplumda, ortaya çıkmakta olan sorunlarla başedebilecek ve durmadan değişen çevresine uyum gösterebilecek kimseler olarak yetiştirilmeleri gereği daha çok hissedilmektedir. Bu nedenle, okullarda artık, bireylere geçmişin ve bugünün sorunlarına bulunmuş çözümleri aktarma yanında, belki daha da önemli olarak onların problem çözme güçlerinin geliştirilmesi amacına da yer verilmeye başlanmıştır ³.

Kaygı, insanın varoluşundaki temel duygulardan biri olup, çatışma ve engellenme sonucu meydana gelmekte, çoğu kez nedeni bilinmeyen iç gerginlik ve huzursuzluk yaratmaktadır ⁴.

Çocukluk döneminde, aşırı reddedici, küçük düşürücü tutumlar; ergenlik döneminde, diğer yetişkinlerin alaycı tutumları, ceza verirken ana-babaların itici davranışları, çocuğun altını ıslatması ve cinsel oyunlarının tepki ile karşılanması, ana-babaların birbirine karşıt düşen istekleri, çekişmeler, çocuğun toplumsallaşma deneyiminde karşılaştığı güçlükler, arkadaş ilişkilerinde karşılaştığı küçük düşürücü ve itici davranışlar kaygının oluşumuna neden olabilir ⁵.

¹ Sandstörn, 1979, s.9

² Yörükoğlu, 1989, s.398-399

³ Kuzgun, 1988, s.1

⁴ Öner, 1988, s.12

⁵ Gectan, s.234-248

Kaygı, insanın temel duygularından biri olarak kabul edilmektedir. Genel olarak tehlikeli koşulların yarattığı kaygı türü, geçici ya da duruma bağlı kaygıdır. Bazı insanlar ise sürekli olarak bu duyguyu yaşamakta ve huzursuzluk içinde kıvrılmaktadır. Doğrudan doğruya çevreden gelen tehlikelere bağlı olmayan, içten kaynaklanan ve kişiliğin bir özelliği durumuna gelen bu kaygı türüne ise “Sürekli Kaygı” denmektedir ⁶.

Aynı zamanda kaygı, bireyin geleceğe ilişkin beklenti ve amaçlarına erişmesinde güdüleyici bir faktördür. Peplau’ya göre yüksek kaygı, bireyin soyut düşünme yeteneğini, zihinsel esneklik ve akıcılığını yok eder ⁷.

Bu çalışmada İzmit ili genel liselerde okuyan öğrencilerin sosyal uyum ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı araştırılacaktır. Bu amaçla sosyal uyum düzeyini ölçmek için Hacettepe Kişilik Envanteri, sürekli kaygıyı ölçmek için ise Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri kullanılacaktır. Elde edilecek sonuçlar Pearson Momentler Çarpımı koorelasyon katsayısı ile hesaplanacaktır. Beklentim sosyal uyum düzeyi ile sürekli kaygı düzeyi arasında anlamlı bir farklılığın bulunacağıdır.

⁶ Pişkin, 1989, s.778-779

⁷ Ay, 1992, s.15



II. BÖLÜM

PROBLEM

Sosyal düzeyi düşük bireyde kaygı düzeyinin de gereğinden fazla olduğu varsayımından hareketle bu araştırma yapılacaktır. Araştırmanın problemi lise son sınıfta okuyan öğrencilerin, sosyal uyumu ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ile ilgilidir.

ARAŞTIRMANIN AMACI

Araştırmanın amacı, lise son sınıfta okuyan öğrencilerin sosyal uyumu ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler olup olmadığını incelemektir. Bu genel amaç doğrultusunda şu sorulara yanıt aranacaktır.

Alt Amaçlar

- 1- Lise son sınıf öğrencilerin aile ilişkilerindeki uyum düzeyi ile kişinin sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2-Lise son sınıf öğrencilerinin sosyal ilişkilerindeki uyum düzeyi ile sürekli kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3-Lise son sınıf öğrencilerinin sosyal normlara uyum düzeyi ile sürekli kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 4-Lise son sınıf öğrencilerinin anti-sosyal eğilimleri ile sürekli kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

ARAŞTIRMANIN GEREKÇESİ VE ÖNEMİ

Kişilik, sürekli bir uyum çabası sonucu oluşmakta ve biçim almaktadır. Kişilik, en uygun ortamda bile bir çok sorunlar çözülüp, engeller aşılarak geliştirilir. Kişinin bu çabası başarılı ise kaygı düzeyi de onu başarıya götürecektir düzeyde olur.

Hızla değişen Türk toplumunda aile ilişkileri, sosyal kurallar ve buna bağlı olarak insan ilişkileri de değişmektedir. Değişen bu durumlara uyum sağlama bu değişimin gerektirdiği davranış biçimlerini benimsemekle olanaklı olmaktadır. Aksi takdirde uyum güçlüğü ortaya çıkmakta ve bu da, stres ve bunun yarattığı kaygıyı arttırmaktadır.

Lise son sınıf öğrencilerinin sosyal, ekonomik ve psikolojik beklentileri ile bunları gerçekleştirmede sahip oldukları umu düzeyi ile öğrencilerin kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu düşünülmüştür. Amacım, kaygının ortaya çıkmasını arttıran sosyal ortamları belirlemek ve sosyal uyumu sağlayıcı öneriler ortaya atmaktır.

SAYILTILAR

Bu araştırmada aşağıdaki sayılıtlar benimsenmiştir:

- 1-Araştırmaya katılan öğrenciler, evreni temsil edebilecek yeterliktedir.
- 2-Bu araştırmada, denekler ölçek maddelerine içtenlikle cevap vereceklerdir.

SINIRLILIKLAR

- 1-bu araştırma: 1999-2000 öğretim yılında İzmit Lisesi, Gazi Lisesi ve Namık Kemal Lisesi son sınıf öğrencileri ile sınırlıdır.
- 2-Araştırmada incelenecek sürekli kaygı düzeyleri Türk toplumuna uyarlanan “Sürekli Kaygı Envanteri”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
- 3-Araştırmada incelenecek sosyal uyum düzeyi, “Hacettepe Kişilik Envanteri”nin ölçtüğü sosyal uyum alt ölçeği ile sınırlıdır.

TANIMLAR

Sosyal Uyum: Bireyin diğer insanlarla uyum gösterebilme başarısı, grubunda kendini özgür bir biçimde tanıtabilmesidir ⁸.

Aile İlişkileri: Bireyin, aile bireyleriyle olan ilişkilerinin niteliğini belirtir.

Sosyal Normlar: Uyulması zorunlu yasal durumlara olduğu kadar dikkate alınması gereken sosyal kural ve toplum değerlerine ve başkalarının haklarına saygılı olma.

Anti-Sosyal Eğilimler: Toplumsal normlara bilinçli olarak ters düşen davranışlarda bulunma.

⁸ Sandström, 1979

Kaygı: Stres yaratan durumların yarattığı üzüntü, algılama ve gerginlik gibi hoş olmayan, duygusal ve gözlenebilir reaksiyonlardır.

Hacettepe Kişilik Envanteri: Bireyin kişilik özelliklerini, kişiliğine ilişkin sorunları, kişisel, sosyal ve genel uyum düzeylerini belirlemeye yönelik olan ölçek E.Özgüven (1992) tarafından geliştirilmiştir. 168 maddeden oluşan bir envanterdir.

Sürekli Kaygı Envanteri: Durumluluk sürekli kaygı envanteri (D-SKE), 1970 yılında Spielberger tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye ise Le Compte ve Öner (1976) uyarlamışlardır (Le Compte ve Öner, 1985).

Sürekli Kaygı : Objektif ölçülere göre nötr olan durumların, birey tarafından tehlikeli ve özünü tehdit edici olarak algılanması sonucu oluşan hoşnutsuzluk ve mutsuzluk duygusudur.

ARAŞTIRMA KONUSUNU OLUŞTURAN KAVRAMLAR UYUM

İnsan yaşamı boyunca sürekli bir gelişim ve değişim süreci içerisinde. Gençlik (ergenlik) dönemi, belkide bu gelişim sürecinin en önemli evresini oluşturur. Çocukluktan erişkinliğe geçiş olan ergenlik dönemi, bireyde gözlenebilen sürekli ve süratli gelişimi kapsamaktadır.

Ergenin gelişim hızı ile, bu değişmelere hazırlıklı olup olmaması toplumun ergen için koyduğu ölçülerle ergenin olgunluğu arasındaki uyumsuzluk, onun davranışlarında etkili olmaktadır⁹.

Birey bu gelişme hızına paralel olarak çevreye uyum sağlamak durumundadır. Kişinin hayatını daha mutlu bir şekilde sürdürmesi çevresine uyum sağlaması ile mümkündür.

Çeşitli yazarlar, uyumsuzluğun ne olduğu hakkında fikir birliğine varmış olmalarına rağmen, herkes tarafından kabul edilen bir uyum tanımına henüz ulaşamamıştır¹⁰.

⁹ Yavuzer, 1995, s.245-246

¹⁰ Derlega ve Janda, 1981, s.35

Bazı araştışıcılar, konuyla ilgili bazı tanımlar getirmeye çalışmışlardır.

Hamburg ve Adams (1967) uyumu, “Zorlanmalarla karşılaşıldığında gerekli bilgileri toplama ve bunlardan yararlanma” olarak tanımlarken, Heath (1965), “Davranışları bir yandan benlik yapısının bütünlüğünü koruyacak, diğer yandan çevresel koşullarla baş edebilecek bir biçimde düzenlemek” olarak tanımlamıştır ¹¹.

Uyum, dış ve iç ortamdan kaynaklanan, doğal ve toplumsal koşulların neden olduğu değişikliğe alışma sürecidir ¹².

Uyum, güdülerin doyumunu için bireyin özellikle sosyal çevresi ile arasında var olan olumlu ilişkilerin sürekliliğidir ¹³.

Uyum, bireyin kendi benliğiyle ve çevresiyle dengeli ve etkili bir ilişki kurabilmesi, geliştirebilmesi ve sürdürebilmesi şeklinde tanımlanmaktadır ¹⁴.

Bu tanımdan da anlaşılacağı üzere uyum, iki yönlü bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Yaşamı boyunca devamlı bir değişme ve gelişme içerisinde olan bireyin kendisinde meydana gelen biyolojik, zihinsel, sosyal ve duygusal değişiklikleri kabul ederek, onlara uygun davranış ve tutumlar göstermesi, aynı zamanda da çevresindeki diğer insanlarla olumlu ilişkiler kurması gerekmektedir. İşte, bireyin hem kendisinde meydana gelen değişiklikleri hem de diğer insanlarla olan ilişkilerini ahenkli bir şekilde uzlaştırabilmesi onun uyumunu oluşturur ¹⁵.

¹¹ Gectan, 1993, s.35

¹² Köknel, 1993, s.36

¹³ Morgan, 1984, s.52

¹⁴ ağlar, 1981, s.13

¹⁵ ağlar, 1981, s.13

SOSYAL UYUM

Sosyal uyum, bireyin diğerk insanlarla uyum gösterebilme başarısı, grubunda kendini özgür bir biçimde tanıtabilmesidir ¹⁶.

İyi bir sosyal uyumu bazı ölçütlerle anlamak mümkündür. Bu ölçütleri şöyle sıralayabiliriz;

a-Farklı Gruplara Uyum Gösterme: Farklı gruplara uygun bir biçimde davranan onlarla ilişki kuran, arkadaş gruplarına olduğu kadar, yetişkinlere de uyum gösteren birey, sosyal açıdan uyumlu bir kişi olarak kabul edilir.

b-Sosyal Tutumlar: Toplumca istenen tutum ve tavırları diğerk insanlara yönelten, sosyal yaşama bu tavırlarla katılan kişiler, sosyal bakımdan uyumlu sayılırlar.

c-Kişisel Doyum: Sosyal ortamda aldığı rolle, kurduğu ilişkiden yeterince doyum sağlayan kişi, sosyal bakımdan uyumlu sayılır ¹⁷

Uyum davranışı üç şekilde görülebilir ¹⁸;

a-Normatif Uyumluluk: Grubun birey üzerinde uyguladığı baskı bireyi belli bir şekilde davranmaya zorlar. Birey sözel olarak uyar fakat, kendi özel görüşünü de saklar.

b-İnformal Uyumluluk: Kişi alışılmışın dışında veya nasıl davranacağını belli olmadığı durumlarda informel olmayan uyum gösterir. O, genellikle başkalarının davranışlarını rehber olarak alır.

c-İsteyerek Uyuma: Bir kişinin diğerk kişiyi etkilediği veya onların kabullerini kazandığı zaman ortaya çıkar.

¹⁶ Sandström, 1979, s.9

¹⁷ Josselyn, 1952, s.35

¹⁸ Dabson, Hardy 1993, s.300

SOSYAL UYUMSUZLUK BELİRTİLERİ

Fazla çekingen olma, kendine güven beslememe, yalnız kalmayı yeğleme, başkaları tarafından açıkça istenmeme, her iki cinsten arkadaş olamama, karşıt cinsten kaçma, okul törenlerine yahut da benzeri toplantılara gelmeme, nostalji, sürekli güvensizlik ve anksiyete tutumları, ezbere okumaktan çekinme, oyunlara katılmama, tenefüste yalnız kalma, okuldan eve yalnız gitme isteği gösterme, ödüllene ya da kutlamaları istememe, özel ayrıcalığı bir hak gibi bekleme, züppelik, istenmeyen gruplara katılma çabaları ¹⁹.

SOSYAL DEĞİŞME VE UYUM

Lerner, “empatik” kişilerin, açık ve esnek olduklarından, kapalı kişilerden daha fazla değişmeye yatkın olduklarını ileri sürmektedir. Hagen da, “yaratıcı” kişiliğin “yetkeci” kişilikten daha fazla değişmeye yatkın olduğunu ileri sürerek, psikanalitik bir yaklaşım ileri sürer ²⁰.

Sosyal uyumu da, bireyin diğer insanlarla uyum gösterebilme başarısı olarak tanımladığımızı göre, değişen çevre koşullarına uyabilme de uyumun bir parçasıdır.

BENLİK DUYGUSU VE SOSYAL UYUM

Ergenin, bedeninde oluşan değişiklikleri anlayabilmesi için, başkalarıyla temas etmesi zorunludur. Topluma uyma sorunlarını çözebilmek için de ruhsal olgunluğa erişmesi gereklidir. Manevi yaşamın gelişmesi, belirli bir benlik anlamının oluşmasına bağlıdır, bu ise düşüncenin içselleşmesiyle (Reflexion) olabilir. Bu tür düşünme, yani düşündüğünü düşünmek, kişiliğinin köküne kadar etki yapar ve manevi yaşamın özüne işler. Bir yandan onun sayesinde kişi, davranış çeşitlerini kendi birliği içinde birleştirir, öte yandan sorumluluğunu dile getirme olasılığını buhur. Bilincin uyanışı sayesinde, topluma uyma ve olayları eleştirme ve açıklamaya gücü yetebilir ²¹.

¹⁹ Şemin, 1984, s.126

²⁰ Kâğıtçıbaşı, 1988, s.200

²¹ Blos, 1941, s.287

Bilinçleşme, toplum içinde oluşur. Toplumla karşılaşma gençte içine kapanma, toplumdaki kaçma gibi bir şok tehlikesi doğurursa gelişme engellenir. Bu uyanışın bir davranış bilincine dönüşmesi, gencin gelişmesinin zorunlu bir koşuludur. Genç, bu sayede başkalarıyla bağlar kuracak ve bunları yaşatacaktır. Sosyal yaşam ergeni sadece kendisiyle ilgilenmekten kurtarır, böylece o, kendisinden bilinç almanın, başkalarıyla da bağlantı kurmayı gerektirdiğini görür. Kendine sadık olmanın başkalarına da sadık olmaya götürdüğünü görür²².

ERGENİN UYUMUNDA AİLE İLİŞKİLERİNİN ROLÜ

Ergenin davranışlarına rehberlik edecek değerleri kazanması ve sosyal yönden sorumluluklarını öğrenmesi konusunda yardıma ihtiyacı vardır. Bu ihtiyacı karşılayan ve ergenin yaşamında etkili olan toplumsal kurum, ailedir.

Uyumlu ve özgür bir aile ortamı içinde, tutarlı ve sağlıklı ilişkiler içinde yetişen çocuk, özerk bir birey olarak yetişkin yaşamına ulaşabilir. Anne ve babanın, çocuklarına yönelttikleri tutumların sağlıklı olması, büyük ölçüde onların kendi içlerinde barışık, dengeli, huzurlu ve birbirlerine karşı sevgi ve saygılı olmalarına bağlıdır²³.

Ana babalar ergenlerin kendine özgü tutum yargısı ve ihtiyaçları olan bireyler olduğunu unutmamalıdır. Bu ise; ana, baba ve ergen arasında geliştirilen karşılıklı saygı ve anlayışlı tutum yardımıyla sağlanabilir²⁴.

Bir ergenin temel görevlerini özellikle de duygusal bağımsızlığını nasıl gerçekleştireceği ana babanın yaklaşımı ile yakından ilişkilidir. Bu dönemde ergenler bağımsızlık isterken, aileler de kontrol etmeyi istemektedirler. Ergenler ise, ailelerin deneyimlerinden yararlanmak yerine kendilerini yaşamak isterler²⁵. Ana-baba-çocuk ilişkileri, otokratikten ilgisiz doğru yöneldikçe, ergenin kendi kararını vermesinde artış ve ana-babanın onun için karar vermesinde azalma olmaktadır. Yapılan araştırmalar sonucunda ergenlerin bu aile tutumları içinde demokratik aile tutumunu

²² Şemin, 1984, s.110

²³ Yavuzer, 1984, s.287

²⁴ Bilir, 1979, s.39

²⁵ Stewart ve ark, 1989

birinci, eşitlikçi aile tutumları ikinci ve otokratik aile tutumunu ise sonuncu sırada değerlendirdiği bulunmuştur²⁶.

Anababadan ayrışma süreci de yine orta adolesanda başlar. Anne ve babalarından farklı bir birey olma ve bunu onlara da kabul ettirme çabası adolesanları sık sık onları anababalarıyla çatışmaya iten konulardandır. Anabalar, gencin bu süreci yaşamasını anlayışla karşılarlar ve uygun şekilde davranırlarsa genç fazla çatışma yaşamadan bireyselliğini kazanabilir ve otorite karşısında uygun konum almayı öğrenir. Ancak, anababalar ayrılma sürecini kendileri için bir tehdit olarak algılar ve gence sert tepkiler gösterirlerse, hem ayrılma-bireyleşme süreci uzar hem de çıkan otorite çatışmaları gencin ruhsal yapısında iniş-çıkışlara neden olarak yine sık mizaç değişiklikleri, aşırı tepkisellik, depresyon ya da çeşitli dışavurum davranışlarına yol açabilir. Aileden ayrılma, yalnızlık ve izolasyon duygularını da doğuracağından bununla başederken, adolesanların zaman zaman çok yoğun bağlanmalar, aşklar ve ayrılıklar yaşamaları da sık görülür. Erişkinlerle ilişkilerde de sıcak ve aşırı uyumlu bir kutupla başkaldırıcı ve asilik eden bir başka kutup arasından gidip gelirler.

Aileden ayrışma ve bağımsızlık kazanma çabaları bu dönemde gençler için arkadaş gruplarının çok önem kazanmasına da neden olur. Arkadaş grubunun normları ailenin değerlerinin üzerine çıkabilir, genç, grubu tarafından kabul edilebilmek için yoğun bir çaba içine girer. İkili ilişkilerde de bir şekil değişikliği olur, aynı cinsten arkadaşlıklar sürmekle birlikte karşı cinse yönelme başlar. Kendi cinsel kimliklerini kazanmalarıyla birlikte, karşı cinse ilgi duyma, tanımaya çalışma önem kazanır. Ancak, aşırı yakınlıklar bağımsızlığını kaybetme tehlikesi içerdiğinden ilişkilerdeki sınırlar bu yaş grubu için önemli kaygı kaynaklarından biridir. Fazla fiziksel yakınlık olmadan yakın ilişkiler kurmaya elverdiği için telefon bu gençler için çok popüler bir iletişim aracıdır.

Bu dönemde başedilecek önemli konulardan biri cinsel kimlik gelişimidir. Beden gelişiminin tamamlanmasıyla birlikte, her iki cins de kendilerini kız veya erkek olarak tanımaya, tanımlamaya ve buna uygun sosyal roller edinmeye başlarlar. Genç, genetik ya da başka etkenler nedeniyle yaşının gelişimsel normlarına ulaşamamış olursa bedenine ilişkin olumsuz duygular ve algılar hissedebilir. Bu duygularla

²⁶ Onur, 1995

başedilmemesi anksiyete, depresyon gibi belirtilere neden olabileceği gibi bazı durumlarda cinsel kimlik sapmalarına da yol açabilir ²⁷.

Karşı cinse uyum, ergenliğin önemli sorunlarından. Normal ve sağlıklı bir ilgi geliştirebilmesi gerekir. Bundan geri kalış, gencin daha sonraki sosyal yaşamından da huzursuzluklara, coşku ve gerginliklere yol açabilir. Ergenliğin başlamasıyla bazı fiziksel cinsiyet farkları ortadan kalkmaya ya da tersine dönmeğe başlar ²⁸.

E.Erikson'a göre gelişme dönemi olarak adolesanın temel amacı, bireysel özdeşlik duygusunun kazanılmasıdır; "Kim olduğunu, ne olduğunu, nerede olduğunu bilmek" Bu araştırmanın başarılı olması, birkaç öğeye bağlıdır. Herşeyden önce, birey kendi yaşamının sınırlayıcı faktörlerini –bunun en önemlisi mensup olduğu cinsiyettir-gönül rızası ile ve hatta gururla kabul etmelidir. Herkes yaşamını kadın veya erkeğe verilen role göre organize etmelidir. Cinsiyete ait "rolünü" kabul etmenin zorunlu olduğunu söylemek kolaydır, ancak bunu bifiil göstermek kolay değildir ²⁹.

ANA –BABA TUTUMLARININ SOSYAL UYUM İLE İLİŞKİSİ

Tutum: İlgili uyaran, kişi ya da olaylarla ilişkili karakteristik ya da tutarlı bir davranış tarzıdır ³⁰.

Ergenin ailesiyle ilişkisi ve etkileşimi, ergenin sosyal uyumunda önemli bir faktördür. Ana-baba ile ergenin iletişiminin bozuk olması, emosyonel bağın yetersizliği, ergenin stresli hayat ile başa çıkmasında güçlükler yaratır ³¹.

Farklı ana-baba tutumlarını altı ana başlık altında toplamak mümkündür;

1-Baskılı ve Otoriter Tutum: "Aşırı baskı", otoriter tutum, çocuğun kendine olan güvenini ortadan kaldıran, onun kişiliğini hiçe sayan bir tutumdur. Ne yazık ki

²⁷ Pediatri dergisi, 1996, s.786-787

²⁸ Jersild, 1983, s.72

²⁹ Şemin, 1984, s.110

³⁰ Şerifa Şerif, 1996, s.495

³¹ Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı dergisi, 1999, 6.sayı, cilt 1, s.8

geleneksel aile yapımızda bu tür tutuma sık sık rastlanmaktadır. Bu tutumda ana-baba katı bir disiplin uygular, çocuk her kurala uymak zorunda bırakılır. Anne ve babadan birisi ya da her ikisinin baskısı altında olan çocuk, sessiz, uslu, nazik, dürüst ve dikkatli olmasına karşılık; küskün, silik, çekingen, başkasının etkisinde kolay kalabilen, aşırı hassas bir yapıya sahip olabilir.

“Zor yoluyla denetleme” ve Sevgi esirgeyerek denetleme” boyutlarının egemen olduğu aşırı baskılı ve otoriter aile ortamında denetlenen çocuk, hangi davranışın hangi tepkiyi alacağı hakkında bir fikre sahip değildir. Dolayısıyla, çocuğun kaygılı bir belirsizlik içinde aşırı isyankâr veya aşırı boyun eğici olması mümkündür³².

Bütün istenmeyen şartlara rağmen, çocuklar sosyal uyum sağlamak için güçlü bir motivasyona sahip olabilirler. Onların bu durumu gerçekleştirebilmesi için, küçük bir yardıma ve rehberliğe ihtiyaçları vardır³³.

2-Gevşek Tutum (Çocuk Merkezli Aile): Çocuk merkezli aileye, özellikle orta yaşın üzerinde çocuk sahibi olan ailelerde ya da çocuğun kalabalık yetişkinler grubu içinde yetişen tek çocuk olması halinde sıklıkla rastlanır. Böyle bir ortamda çocuk, ailede insiyatif sahibi tek kişidir ve onun isteklerine ailenin diğer bireyleri kayıtsız şartsız uyarlar.

Aşırı şımartılmış bu çocuklar, daha yaşamlarının ilk günlerinden itibaren her türlü ihtiyaçlarının karşılanacağı ve isteklerin buyruk niteliği taşıdığı beklentisini geliştirmişlerdir. Bu çocuklar, yetişkin olduklarında da toplumun veremediği hakları kendilerine tanımaya kalkışırlar,

Bütün bunların yanısıra, çocuk merkezci ailelerden gelen, her isteklerini yaptırmayı alışkanlık haline getiren bu tür çocuklar okul kurumundaki kurallar karşısında hayal kırıklığına uğrarlar ve kolay uyum sağlayamazlar.

3-Dengesiz ve Kararsız Tutum: Ana-babanın “dengesiz ve kararsız” tutumu, çocuğun eğitim ve gelişimini olumsuz açıdan etkiler. Buradaki dengesizlik ve

³² Yavuzur, 1995, s.28-29

³³ Josselyn, 1952, s.35

tutarsızlık, ana-baba arasındaki görüş ayrılığında olabildiği gibi, anne veya babanın gösterdikleri değişken davranış biçiminde de görülebilir. Çocuk hangi koşulda nasıl davranacağını bilemez. Hangisinin “uygun olan davranış”, hangisinin “uygun olmayan davranış” kategorisine girdiğini kestiremez. Bunun nedeni davranışın niteliğinden çok, anne ya da babanın ruh haline bağlıdır. Bu da önceleri çocukta bazı iç çatışmaların, huzursuzlukların ardından da dengesiz ve tutarsız bir yapının oluşumuna sebep olabilir.

4-Koruyucu Tutum: Koruyuculuk sık rastlanan bir başka ana-baba tutumu olarak gözlenmektedir. Ana-babanın aşırı koruması, çocuğa gerektiğinden fazla kontrol ve özen göstermesi anlamına gelir. Bunun sonucu olarak çocuk, diğer kimselere aşırı bağımlı, güvensiz, duygusal kırıklıkları olan bir kişi olabilir. Bu bağımlılık çocuğun yaşamı boyunca sürebilir ve aynı koruyucu tutumu gelecekte eşinden bekleyebilir. Daha çok anne-çocuk ilişkisinde ortaya çıkan bu aşırı koruyuculuğun ardında, annenin duygusal yalnızlığı yatmaktadır.

Aile ortamının çocuğa kendi benliğini tanımlama olanağı vermesi, onun, ailenin istediği yönde bağımlı bir kişi olarak gelişmesine neden olur. Böylelikle psikososyal olgunlaşması engellenmiş olur³⁴.

Geçmişte ailesinin yaşantısını ayarlamasına hiç ses çıkartmayan genç, şimdi bu rehberliği teptiği gibi, onların haberi olmadan bir sürü yeni deneylere girer.

Durumun üstesinden gelecek yetenekleri olmadığından korkuya kapılır. Bunu yenmek için de büyüklerini arar. Bu bağımlılık onu tam bir rahata kavuşturmadığı zaman çocuksu bir davranışa düşebilir. Bu onun gururuna dokunur, bu dönüşe itiraz eder ve direnir. Hırsını ailesine karşı bir başkaldırı olarak yönlendirir. Aslında bu kendi yetersizliğini örtmek için kullandığı bir yöntemdir³⁵.

5-İlgisiz ve Kayıtsız Tutum: Ana-babanın çocuğu görmezlikten gelme, çocuğu yalnız bırakma şeklindeki dışlaması anlamına gelir. Duygusal istismara yol açan

³⁴ Yavuzer, 1995, s.33

³⁵ Şemin, 1984, s.184

böyle bir ortamda ana-baba-çocuk üçgeni arasında iletişim kopukluğu gözlenir. Bu konuda yapılan araştırma bulgularına göre, ilgisiz ve kayıtsız ana-baba tutumu çocuğun saldırganlık eğilimini güçlendirmektedir.

6-Güven Verici, Destekleyici ve Hoşgörülü Tutum: Ana-babanın çocuklarına karşı hoşgörü sahibi olmaları, onları desteklemeleri, çocukların bazı kısıtlamalar dışında arzularını diledikleri gibi gerçekleştirmelerine izin vermeleri anlamına gelir. Çocuk kabul edilmek ve onaylanmak ister. Eğer aile ortamı ona kendi benliğini tanımlama özgürlüğü veriyorsa, sağlıklı bir şekilde olgunlaşma yolunda gelişir. Ana-baba hoşgörüsünün normal bir düzeyde gerçekleşmesi, çocuğun kendine güvenen, yaratıcı, toplumsal bir birey olmasına yardım eder ³⁶.

Kendisi iyi uyum yapmış, çocuklarını seven ve sayan ana-babalar, onlara kendini değerli bulma ve kendine güvenme duygularını verebilirler. Sevgi ve övgüleriyle çocuklarının, istenilen, sevilen kişiler oldukları duygu ve inancını edinmelerinde yardımcı olurlar ³⁷.

Jafre ve arkadaşları (1985), uyumsuz çocuklar üzerinde yaptıkları bir çalışmada, en fazla uyumsuzluk oranının anne-babaları hırçın ve kavgacı olan, aile içi düzensizliğin olduğu ailelerden gelen çocuklarda görüldüğünü saptamışlardır ³⁸.

ERGEN VE SOSYAL ÇEVRE İLE İLİŞKİLERİ

Çocuk, ergenliğe ulaştığı zaman, bir ailenin bir sosyal sınıfın ve bir ulusun üyesi haline gelmektedir.

Demokratik bir toplumda adolesanın başlıca ilişkileri arkadaşları ile olmaktadır. Ancak kendisinden daha büyük ve akıllı insanların fikirlerini, kendi benliğinden fedakârlık etmeden kabul etmesini öğrenmek, insan yaşamındaki başlıca sorunlardan biridir ³⁹.

³⁶ Yavuzer, 1995, s.33

³⁷ Morgan, 1988, s.323

³⁸ Kasatura, 1988, s.170

³⁹ Şemin, 1984, s.92-174

Ergenlerin akran grupları aracılığıyla kendini ifade etme ve iletişim becerisi geliştirme deneyimi kazandıkları bilinmektedir. Ergenlik döneminde bireyin grup içinde kendini ifade etme ve dışa vurma davranışı ile, başkalarının ifade ettiği duygulara duyarlı olma becerisinin giderek arttığı bildirilmektedir.

Grup aktivitelerinin ergenin normal gelişiminin bir parçası olması; ergenin gelişiminde akran ilişkilerinin çok gerekli olması: grup aracılığı ile izolasyon duygularının en aza indirgenmesi ⁴⁰.

Sosyal gelişme etkin bir birey olma yolunda son derece önemlidir. Etkin olarak sosyalleşemeyen ergenler, toplumsal rollerini edinmeyebilir, çevresi ile olumlu ilişkiler kuramayabilir, arkadaşları tarafından reddedilebilir, duygusal bağımsızlığını kazanamayabilir, meslek seçme yolunda adım atamayabilirler ⁴¹.

Kişinin içinde yaşadığı çeşitli çevre koşulları bireyin gelişimini engelleyici, kaygı ve stres yaratıcı ve özbenliğini sarsıcı ve kendine olan güveninin yitirici niteliklerde olabilir. Sağlıklı gelişime uygun olmayan bu tür çevre koşulları uyumsuzluk ve davranış bozukluklarını da beraberinde getirebilir. Bu durumda çevre koşullarını düzenlemek, uzlaştırmak veya mümkünse değiştirmek gerekir ⁴².

Ancak her sağlıklı insan zaman zaman uyumsuz davranışlar gösterse de doğal ilişkilerini sürdürebilir. Fakat birey günlük yaşantılarını ve sosyal ilişkilerini ne zaman aksatmaya başlarsa uyum sorunlarıyla karşılaşabilir.

Bireyin kendisi ve çevresi ile ilgili bu temel becerilerin ana okulundan başlayarak aile içinde, ilk öğretim, orta öğretim ve yüksek öğretimde uygulanan eğitim programları esnasında, öğrenme yolu ile kazandırılması gerekir ⁴³.

ERGEN VE SOSYAL NORMLAR

Toplum içinde yaşamlarını sürdürürken bireyler belirli kurallara ve toplumsal beklentilere uymak zorundadır. Bu kural ve beklentilere sosyal norm adı verilir.

⁴⁰ Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı dergisi, cilt 2, sayı 2, 1995, s.70-71

⁴¹ Akt., Uğurtaş, 1999, s.21

⁴² Özgüven, 1992, s.54

⁴³ Özgüven, 1999, s.28

Gibbs (1965) Sosyal normların tanımında üç özellik görülür:

- 1-Belirli bir sosyal durumda davranışın ne olması gerektiği konusunda görüş birliği,
- 2-Davranışın ne olacağı hakkında grubun üzerinde anlaşıtı bir beklenti,
- 3-Beklenen davranış yapılmadığında herkesin “ceza verileceğı” üzerinde bir tepki⁴⁴.

Ergenin davranışlarına rehberlik edecek değerleri kazanması ve sosyal yönden sorumluluklarını öğrenmesi konusunda yardıma ihtiyacı vardır. Bu ihtiyacı karşılayan ve ergenin yaşamında etkili olan toplumsal kurum ailedir ⁴⁵.

Sevgi ve şefkat dolu bir ortamda yetiştirilmiş ergenlerin kendine güvenen, yaşama sevinci yüksek, başkalarına sevgi gösterme ve başkalarından gelen sevgi mesajlarını almada daha başarılı ve başkalarından gelen sevgi mesajlarını almada daha başarılı ve dış dünyanın zorluklarıyla başetmede daha becerikli, yaşamlarında daha mutlu oldukları konusunda pek çok görüş vardır .⁴⁶

Kişi kültürel değerler ve normları toplumsallaşma denilen bir süreç yoluyla kazanır. Pekçok kültürde, birçok çocuk için ilk toplumsallaşma kaynağı, toplumun temel davranış biçimlerini öğreten ailedir. Kültürel ve sosyal normlar, yaşamımızın tüm koşullarını belirler ⁴⁷.

Çocuklarda gerekli sorumluluk duygusunun geliştirilebilmesi ancak onların evde belirli hak ve görevlerinin olduğunun kendilerine anlatılması ve uygulatılmasıyla mümkün olabilmektedir. Çocuklardan bir şey bekliyorsak, istediğimizi kibar bir dille fakat, oldukça açık ve kesin bir ifade ile belirtilmesi gerekir. Kuşkusuz beklentiler adil ve çocuğun gelişim seviyesine uygun olmalıdır ⁴⁸.

Piaget ve arkadaşlarının kapsamlı çalışmaları oldukça önemlidir. Yaptıkları bir dizi araştırmadan çıkan sonuç, kuralların ve standartların (dile, mantığa ve sosyal ilişkilere ilişkin; çocuk oyunlarındaki kurallar da dahil olmak üzere), başlangıçta her

⁴⁴ Cüceloğlu, 1996, s.546-547

⁴⁵ Yavuzer, 1995, s.247

⁴⁶ Yavuzer, 1997

⁴⁷ (Morgan, 1988, s.390

⁴⁸ Bilen, 1978, s.67

çocuk için dışsal olduğudur. Ahlâk da dahil olmak üzere grup ilişkilerine dair standartlar ve normlar, başlangıçta yetke sahibi kişiler tarafından çocuğa aktarılır. Çocuk bu standart ve normlara, erişkinlerin ve büyük çocukların yetkesinden dolayı uymasına karşın, kolayca geri adım atabilir ve dış sosyal baskılar ya da yetke olmadığında arzularına boyun eğebilir. Dışardan uygulanan bu standart ya da normlar, henüz kendi standart ve normları haline gelmiştir; ego tutumları olarak içselleştirilmemişlerdir.

Özellikle akran gruplarıyla çeşitli etkinliklere katılan çocuk, karşılıklı –rol ve statü ilişkileri- kavramaya başlar. Piaget şöyle demektedir: “Çocuklar kurallara gerçekten uymaya ve bunları hakiki bir işbirliği ruhuyla uygulamaya başladıkları andan itibaren, bu kuralları kavrayışları değişir.” İşbirliğine dayalı katılım yoluyla, çocuk grup normlarını kendi normları gibi kabul etmeye ve gruba ve normlara sorumluluk ve bağlılık hissetmeye başlar ⁴⁹.

SOSYAL UYUM VE ANTİSOSYAL EĞİLİMLER

Antisosyal eğilimleri olan kişiler, genellikle sert, öfkeyle dolu, kavgacı, incitme isteği duyan, zor kullanmaya eğilimli, ölç alma duyguları içinde olan, saygısız bireylerdir ⁵⁰. Antisosyal kişilik bozukluğu gösteren insanların çocukluk ve gençlik çağında yaralama, cinsel saldırı, alkol ve madde bağımlılığı gibi, saldırgan davranışlar ve şiddeti içeren eylemlerine sıklıkla rastlanır.

Genel olarak aşırı dayak atan, dengesiz, düzensiz, ilgisiz davranan alkol ya da madde bağımlısı olan, suç işleyen anne-babaların ve parçalanmış ailelerin çocuklarında antisosyal kişilik bozukluğu riskinin arttığı belirtilmiştir ⁵¹.

Çevrede yapıcı davranışlara az fırsat verilmesi, daha çok yıkıcı davranışların egemenliği çocuğu şaşkınlıştırır ve antisosyal bir patlamaya hazırlık olabilir ⁵².

⁴⁹ Şerif, 1996, s.595

⁵⁰ Özgüven, 1992, s.20

⁵¹ Köknel, 1996, s.51

⁵² Yavuzer, 1980, s.27

Kaygı ile İlgili Tanımlar

Kaygı (anksiyete, bunalıtı): Nedeni belli olmayan bir sıkıntı, endişe duygusu olarak tanımlanabilir ⁵³.

Canon (1942) kaygıyı, dengeleşimi bozacak tehlikelere karşı bir tepki ya da bozulan dengelişimi yeniden düzenleme çabalarının başarısızlığa uğraması sonucu ortaya çıkan bir durum olarak yorumlamaktadır.

Adler'e göre (1870-1937), kaygı insanların güçsüz, yetersiz kaldıkları durumlarda ortaya çıkan duygulanım olup, aşığılık duygusu içinde yer almaktadır.

Morgan'a göre kaygı, nesnesi olmayan yersiz korkudur.

Bilinç dışı olan ve nesnesi kişice tanınmayan içten tehlikelere karşı tepki, kaygıdır ⁵⁴. Cloninger (1988) kaygıyı, tehlike ile başetmek için uyum sağlayıcı bir mekanizma, temel bir insan duygusu ve çok yönlü bir duygu durumudur diye yorumlamaktadır. Bu duygu durumu bilişsel öğeleri, öznel duyguları, fizyolojik belirtileri ve davranışları içerir.

İnsanın varoluşundaki temel duygulardan biri olup, çatışma ve engellenme sonucu meydana gelmekte, çoğı kez nedeni bilinmeyen iç gerginlik ve huzursuzluk yaratmaktadır ⁵⁵.

Kaygı, insan yapısında mevcut çevresel ve psikolojik olaylara gösterilen bir duygusal reaksiyon olarak tanımlandığıında, bu tür eğilimler normal ve evrensel olarak kabul edilmektedir ⁵⁶.

⁵³ Öztürk,

⁵⁴ Öztürk, 1988

⁵⁵ Öner, 1978, s.12

⁵⁶ Öner, 1977, s.1

Kaygının Nedenleri

1-Desteğin Çekilmesi: Alışıl gelmiş çevrenin ortadan kalktığı durumlarda insanlar kaygı duyarlar.

2-Olumsuz Bir Sonucu Beklemek: Olumsuz durumların ortaya çıkacağı durumlarda kaygı duyarız.

3-İç Çelişki: İnanmış ve önem verdiğimiz bir fikirle, yaptığımız davranış arasında bir çelişki ortaya çıktığı zaman kaygı türünden bir gerginlik duyarız

4-Belirsizlik: Gelecekte ne olacağını bilmemek insanlar için en belli başlı kaygı nedenlerinden biridir. İlerde olumsuz türden olayların olacağını bilmek, ne olacağını hiç bilmemeye yeğlenir ⁵⁷.

İnsanoğlu, biyolojik ya da ruhsal dürtülerini her istediği anda, yerde ve biçimde doyuramaz. Çocukluğunun ilk yıllarında egemen olan haz ilkesi yavaş yavaş yerini gerçeklik ilkesine bırakır; fakat gereksinim dürtülerimiz yok olmaz, gelişmiş biçimde süregelirler ve davranışlarımızda etkin olurlar. Bir başka deyişle bir yanda, amacı doyum olan dürtüler ve bunların doyum araması, öbür yanda dürtülerin çevresel koşullara uygun biçimde doyumunu sağlamaya çalışan güçler ve gerçeklere uyma zorunluluğu vardır. Kişiliğin bu iki dizgesine alt benlik ve benlik denir. Bir üçüncü dizge olan üst benlik de çocukluktan beri kişilikte yer alan toplum yasakları, yargıları ve ahlâk değerleridir. Kaygıya neden olan ruhsal çatışma bu iki dizge arasındaki bağdaşmazlıktır ⁵⁸.

Maslow'a göre bireyin temel gereksinimleri; fizyolojik gereksinim, bedensel güvenlik gereksinimi, benimseme, statü gereksinimi, kendini gerçekleştirme gereksinimi şeklinde sıralanmaktadır.

Süper ego çatışması, sosyal çatışma, varlığını tehdit eden tehlike ve örselenmeler, davranış problemleri, cinsel istekler, bağımlılık gereksinimi, düşmanlık, bireyin

⁵⁷ Cüceloğlu, 1996, s.277-278

⁵⁸ Öztürk, 1987, s.57

toplumca kabul görmemesi durumları bireyde kaygıya neden olmaktadır. Temel gereksinimlerin giderilmesi engellendiğinde; korku, öfke ve kaygı ortaya çıkmaktadır.

Günlük yaşamda karşılaşılan kaygı, altı temel grup içinde toplanmaktadır ⁵⁹:

1-Alışılmış bir durum, çevre, nesne, kişi ya da engelle karşılaşıldığında kaygı duyulur.

2-Belirli bir nesnenin yarattığı korku sonucu kaygı duyulur.

3-Belirli bir nesne olmaksızın nesneyi tasarlamak kaygı yaratmaktadır.

4-Zorlu düşünce ve korkular kaygıya neden olmaktadır.

5-Doğal afetler sonunda, kaygı duygusu yaşanmaktadır.

6-Ruhsal hastalıklara kaygı eşlik etmektedir.

Kaygının gelişimi, genetik ve biyolojik eğilimlerden, önceki öğrenme ve deneyimlerden, içinde bulunulan ortama ilişkin durumsal ipuçlarından ve kişinin bilişlerinden etkilenir ⁶⁰.

Ergenlikte hem durumluluk kaygı hem de sürekli kaygı yaşanabilir. Durumluluk kaygı, tehlikeli olarak adlandırılan durumlar öncesinde veya olaylar sırasında ortaya çıkan, çoğunlukla mantıklı nedenlere bağlı ve nedeni başkaları tarafından da anlaşılabilen kaygıdır. Sürekli kaygı ise, belirli bir olay ya da duruma bağlı olmayan genel ve devamlı kaygıdır ⁶¹.

Kaygının Kişi Üzerindeki Etkileri

Bireyin dürtü nesnesine ulaşması engellendiğinde, bu engellenmeye neden olan şeyleri suçlar. Onlara karşı kişide saldırganlık duyguları doğar. Saldırganlık duygusu toplum tarafından olumlu karşılanmadığından birey suçluluk duygularına neden olduğu için bastırır. Bastırılarak dışarı boşalımı bulunmayan saldırganlık, bilinç dışı olarak kişinin kendisine yönelir. Birey kendini cezalandırmak ister. Bu da, kaygıya neden olur. Kaygılı insanlar sürekli kendi davranışlarını gözledikleri, çatışmalar

⁵⁹ Koknel, 1983, s.506-508

⁶⁰ Kloninger, 1988

⁶¹ Akt; Kulaksızoğlu, 1988

yüzünden bitkin düştükleri ve gece uyuyamadıkları, uyusalar bile korku verici düşler yüzünden dinlenemedikleri için dikkatlerini toplayamazlar. Gerçek potansiyellerini ortaya koyup başarılı olamazlar. Çocuklukta aşırı reddedici, küçük düşürücü tutumlar, ergenlik döneminde diğer yetişkinlerin alaycı tutumları, ceza verirken ana-babaların itici davranışları, çocuğun altını ıslatması ve cinsel oyunlarının tepki ile karşılaşması, ana-babaların birbirine karşıt düşen istekleri, çekişmeler, çocuğun toplumsallaşma deneyiminde karşılaştığı güçlükler, arkadaş ilişkilerinde karşılaştığı küçük düşürücü ve itici davranışlar kaygının oluşmasına neden olabilir ⁶²



⁶² Geçtan, 1981, s.234-248



III. BÖLÜM

İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Yurtiçinde Sosyal Uyum İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde yüksek lisans tezi olarak yapılan çalışmada Balabanlı (1990) "Öğretmen Liselerinde Okuyan Öğrencilerin Kişisel ve Sosyal Uyum Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler" konusunu incelemiştir. Ankara ili ve çevresi araştırmanın evrenini, Atatürk Öğretmen Lisesi'nin lise 1 ve lise 3'e devam eden 274 öğrenci örneklemini oluşturmuştur. Araştırmada Hacettepe Kişilik Envanteri kullanılmış ve veriler t-testi ile karşılaştırılmıştır. Balabanlı, cinsiyetin genelde sosyal uyum üzerinde etkili olmadığını, fakat sosyal normlar ve antisosyal eğilimler düzeyinin kızlarda daha yüksek olduğu bulunmuştur. Sınıf düzeyinin sosyal ilişkiler düzeyini üçüncü sınıflar lehine etkilediği bulunmuştur. Okulda yatılı ve gündüzlü olarak öğrenim görenlerin genelde sosyal uyum üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin sosyal uyum düzeyleri yüksek olduğu bulunmuştur.

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde yüksek lisans tezi olarak yapılan çalışmada Akay (1990) "Lise Öğrencilerine İlişkin Bazı Niteliklerin Sosyal ve Kişisel Uyum Düzeylerine Etkisi" konusu incelenmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu, Sivas ili merkezindeki MEB'e bağlı ve karma eğitim yapan liselerden raslantısal örnekleme yöntemiyle seçilmiş 293 kız, 304 erkek olmak üzere toplam 597 öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Hacettepe Kişilik Envanterlerinden yararlanılmıştır.

Araştırma bulgularında Akay, öğrencilerin sosyal ve kişisel uyum üzerinde akademik başarı düzeyinin etkili olduğunu ortaya koymuştur. Cinsiyetin, sosyal ve kişisel uyum düzeyinde erkekler lehine etkili olduğunu ayrıca karşı cins ile arkadaşlığın olması kişisel uyum düzeyinde bir etki yapmaz iken, sosyal uyum düzeyinde etkili olduğu görülmüştür.

1987 yılında Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Bölümü'nde Ayşegül Şakır tarafından yapılan yüksek lisans tezi, "H.Ü. Devlet

Konservatuari'na devam eden 14-18 yaş grubu öğrencilerinin sosyal uyumları ile ana-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi” konusu araştırılmıştır. Araştırmanın evreninin H.Ü. Devlet Konservatuari'na devam eden 14-18 yaşları arasındaki 100 öğrenci teşkil etmiştir. Araştırmanın örnekleme, ölçekleri doldurma imkânı bulunabilen 66 öğrenciden meydana gelmiştir. Araç olarak, Hacettepe Kişilik Envanteri ve Ana Baba Tutumu Ölçekleri kullanılmıştır. Araştırma bulgularında, sosyal uyumları yüksek ve sosyal uyumları düşük iki grubun sosyal uyum alt ölçekleri arasında önemli bir fark bulunmuştur. Sosyal uyumları farklı iki grubun, ana ve babalarının demokratik ve otoriter tutumları arasındaki fark önemli bulunmuştur. Ana babaların sevecen, hoşgörülü ve kabul edici olmaları sosyal uyumu olumlu yönde; soğuk, sınırlayıcı, katı ve reddedici olmaları olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

1993 yılında Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Kıran tarafından yapılan yüksek lisans tezi, “Cinsiyetleri ve denetim odakları farklı lise öğrencilerinin uyum alanları ve yöntemlerinin incelenmesi” konusu araştırılmış. Araştırmanın evrenini Ankara ili belediye sınırları içinde bulunan Ellinci Yıl, Kalaba ve İncirli Liselerinin son sınıflarına devam eden 331 öğrenci teşkil etmektedir. Araştırmanın sonuçlarına göre, denetim odağının içsel olmasının uyum alanları ve uyum yöntemlerini olumlu yönde; dışsal olmasının ise uyum alanları ve uyum yöntemlerini olumsuz yönde etkilediği bulunmuştur. Bunun yanı sıra denetim odağı içsel olan kız ve erkeklerin uyum alanları ve uyum yöntemleri ile dışsal denetimli kız ve erkeklerin uyum alanları ve uyum yöntemleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Yorulmaz (1991), uzmanlık tezinde ailesinde öğrencinin huzurunu bozan bir neden olanların yüksek kaygıya sahip olduklarını bulmuştur.

Şakır (1987), Yüksek lisans tezinde ana-babalarının sevecen, hoşgörülü ve kabul edici olmaları sosyal uyumu olumlu yönde; soğuk, sınırlayıcı, katı ve reddedici olmaları sosyal uyumu olumsuz yönde etkilediğini bulmuştur.

Sargın (1990), Yüksek lisans tezinde, arkadaş grubunda sevilmeyenlerde ve karşı cinsten arkadaşı olmayanlarda kaygı düzeyleri oranlara oranla yüksek bulunmuştur.



VI. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, evreni, örnekleme, veri toplama teknikleri, bilgi toplama süreci, verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntemlere yer verilmiştir. Lise son sınıf öğrencilerinin sosyal uyum düzeyi ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Hacettepe Kişilik Envanteri ve Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Bu iki ölçek Pearson Momentler Çarpımı koorelasyon katsayısı ile hesaplanmıştır.

Evren ve Örneklem:

Bu araştırmanın evreni 1999-2000 Eğitim-Öğretim yılında İzmit Lisesi, Gazi Lisesi, Namık kemal Lisesi'nde okuyan 642 lise son sınıf öğrencileri oluşturmaktadır.

Araştırmanın örnekleme, yukarıda belirtilen üç lisenin son sınıfında okuyan 150 öğrenci alınmıştır. Bu öğrenciler lise son sınıflardan tesadüfi yolla seçilmiştir. Geçersiz kâğıtlar elendikten sonra, örneklem grubu 60 öğrenciden oluşmuştur. Örneklemi oluşturan öğrencilerin liselere göre sayısal dağılımı Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo1
Öğrencilerin Liselere Göre Sayısal Dağılım

Lise	N	n
İzmit Lisesi	208	60
Gazi Lisesi	314	60
Namık Kemal Lisesi	120	30
Toplam	642	150

Veri Toplama Teknikleri

Verilerin elde edilmesinde öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerini belirlemek için Durumluluk/Sürekli Kaygı Envanterinin Sürekli Kaygı Ölçen bölümü kullanılmıştır. Sosyal uyumu belirtmek için de Hacettepe Kişilik Envanteri kullanılmıştır. Bir ya da iki oturumda öğrencilere envanterin uygulanması için Milli Eğitim Müdürlüğü vasıtasıyla okul müdürlerinden izin alınmıştır. Öğrenciler, her iki envanteri bir oturumda yanıtlamışlardır.

1-Hacettepe Kişilik Envanteri: Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE), Özgüven tarafından bazı pratik ihtiyaçlardan kaynaklanmıştır. Bireyin, kişisel ve sosyal yönden olan niteliklerini birlikte verecek çok yönlü bir kişilik envanteri geliştirmek amaçlanmıştır. Söz konusu envanter aşağıdaki alt ölçeklerden oluşmaktadır⁶³.

KİŞİSEL UYUM ALT ÖLÇEKLERİ

Kişisel uyuma ilişkin dört alt ölçeğin nitelikleri aşağıda kısaca belirtilmiştir.

1-Kendini Gerçekleştirme (KG):

Kendini gerçekleştirme puanı, kendini gerçekleştiren kişinin davranış özelliklerinden kendine güvenme, kendi yeteneklerinin farkında olma, kendi kendine kararlar verebilme, doğru bildiğini söyleyebilme, kabul edildiği ve bir işe yaradığı duygusu içinde olma gibi niteliklerle ilişkilidir.

Puanın yüksek ya da düşük olması, bireyin bu nitelikteki davranışlarını değerlendirme olanağı sağlamaktadır.

2-Duygusal kararlılık:

Duygusal kararlılık puanının yüksek olması, bireyin duygusal yönden kararlı oluşunu belirtir. Duygusal kararlılık puanı yüksek olan bireyler, genellikle kendine güvenen, az üzülen alıngan olmama özellikleri gösteren kişilerdir. Çoğu kez sakin ve huzurlu bireyler izlenimi verirler.

⁶³ Özgüven, 1992, s.17-20

Puanı düşük olan kişiler, genellikle gergin ve kaygılı olurlar. Sıkıntılı durumlarda gözyaşını tutamazlar. Karşılaştığı yeni durumlarda ise ya korkak ve çekingen ya da aşırı düzeyde atak ve kavgacı olabilirler.

3-Nevrotik Eğilimler:

Nevrotik belirtileri olan kişiler, kronik yorgunluk, baş ağrısı, uyumama, görme güçlükleri, iştahsızlık vb. gibi çeşitli psikosomatik belirtilerin birinden veya birkaçından şikayetçidirler. Nevrotik kişiler duygusal çatışmalarını genellikle fiziksel yollardan ifade etmektedirler. Ayrıca nevroitik eğilimler benliğini olduğu gibi kabul edememe, mükemmelliyetçi olma, eleştiriye açık olmama gibi davranışları da içerir.

Nevrotik eğilimler puanın yüksek bulunması, bu tür belirtilerin azlığını, düşük olması ise çokluğunu gösterir.

4-Psikotik Belirtiler:

Psikotik belirtiler puanı düşük olan bireylerde, insanlardan uzaklaşma ve yalnız kalmayı yeğleme eğilimi, dikkatini bir noktada toplama güçlüğü ve hayal kurma eğilimi gözlenir. Bu bireyler, alıngan ve aşırı duygusaldırlar. Kendilerine yönelik düşünceleri fazladır.

Psikotik belirtiler puanın yüksek olduğu, normal bir uyum tarzında ise birey, belirli ölçüler içinde bu tür eğilimleri olmadığına işaret eder.

SOSYAL UYUM ALT ÖLÇEKLERİ

Sosyal uyuma ilişkin dört alt ölçeğin nitelikleri aşağıda belirtilmiştir.

1-Aile İlişkileri (Aİ):

Bu alt ölçekten elde edilen puan, bireyin ailesi ile olan ilişkisini yansıtır. Puanın yüksek bulunması, kişinin anne-babası ve kardeşleri ile dostça ve sağlıklı ilişkiler içinde olduğunu ailesini sevdiğini, ailesi tarafından sevildiğini gösterir.

Bu tür bireyler, aile üyelerini normal ölçüler içinde, kendilerinden isteklerde bulunan, açık belli düzeyde bağımsız olma hakkını onlara tanıyan kişiler olarak

görürler. Zamanlarının çoğunu aileleri ile evde geçirirler ve birlikte etkinlik gösterirler.

Aile puanlarının düşük bulunması ise bireyin ailesi ile olan ilişkilerinde, karışıklık ve uyumsuzluk bulunduğuna işaret eder.

Genellikle ana babası ile kardeşleri ile problemi olan bireyler, aile üyelerini çok otoriter bulurlar, onların kendilerinden çok fazla şey beklediklerini düşünürler. Çok zorunlu durumlar dışında, evde kalmaktan kaçınırlar, evden kaçma isteklerini sık sık ifade ederler.

2-Sosyal Normlar (SN)

Sosyal normlar puanı, uyulması sorunlu yasal durumlara olduğu kadar, dikkate alınması gereken sosyal kural ve toplum değerlerine ve başkalarının haklarına saygılı olma, bunun yanısıra kendi istek ve gereksinimlerini de toplumla uzlaşarak, belli ölçülerde bağımsız olarak karşılama gibi davranışları ölçer.

Sosyal normlar puanının yüksek olması, bireyin başkalarının haklarını anlayışla karşıladığını, kişisel isteklerini grubun gereksinimlerine göre erteleyebildiğini ya da değiştirebildiğini gösterir. Bu kişiler toplumda neyin yanlış neyin doğru olarak kabul edildiğinin bilincindedirler.

4-Antisosyal puanın düşük olması, bireyin antisosyal eğilimlere sahip olduğunu gösterir. Antisosyal eğilimlere sahip olan kişiler, genellikle sert, öfke dolu, kavgacı, incitme isteği duyan, zor kullanmaya eğilimli, ölç alma duyguları içinde olan, saygısız bireylerdir. Bilinçli olarak toplumsal normlara ters düşün davranışlarda bulunmaktan hoşlanırlar ve bu şekilde kişisel doyum sağlamaya çalışırlar.

Antisosyal eğilimler puanının yüksek olması, bireyin belli ölçüler içinde bu tür eğilimleri olmadığına işaret eder.

2-Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri:

Durumluluk ve sürekli kaygı seviyelerini ayrı ayrı saptamak amacıyla Spielberger ve arkadaşları tarafından (1970) geliştirilmiş olan Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri,

Spielberger'in İki Faktörlü Kaygı Kuramından kaynaklanmıştır. Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri kısa ifadelerden oluşan bir öz –değerlendirme (self-evaluation) anketidir. Başlangıçta normal yetişkinlerde kaygıyı araştırma için geliştirilmiş olan bu ölçeğin, sonraki denemelerde lise öğrencilerine, psikiyatrik bozuklukları ve fizik hastalıkları olan bireylere de uygun olduğu görülmüştür.

Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri toplam kırk maddeden oluşan iki ayrı ölçeği içerir. Durumluluk Kaygı Ölçeği bireyin belirli bir anda ve belirli koşullarda kendisini nasıl hissettiğini betimlemesini, içinde bulunduğu duruma ilişkin duygularını dikkate alarak cevaplamasını gerektirir. Sürekli Kaygı Ölçeği ise, bireyin genellikle nasıl hissettiğini betimlemesini gerektirir. Yirmişer maddelik bu iki ölçek, iki ayrı sayfada basılmıştır.

Durumluluk Kaygı Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ya da davranışlar bu tür yaşantıların şiddet derecesine göre (1) hiç, (2) biraz, (3) çok ve (4) tamamiyle gibi şıklardan birini işaretlemek suretiyle cevaplandırılır. Sürekli kaygı maddelerinde ifade edilen duygu ya da davranışlar ise sıklık derecesine göre; (1) hemen hiçbir zaman, (2) bazen, (3) çok zaman ve (4) hemen her zaman şeklinde işaretlenir.

Durumluluk ve Sürekli Kaygı Ölçekleri öz-değerlendirme yöntemi ve kâğıt-kalem tekniğiyle cevaplandırıldığından, bu ölçekler bireysel olarak ya da grup halinde uygulanabilir. Durumluluk Kaygı Ölçeği ve Sürekli Kaygı Ölçeği iki ayrı sayfa halinde basılmıştır. Her iki sayfanın başında, soruların nasıl cevaplandırılacağı birer paragraflık yönergeyle belirtilmiştir. Bu yönergeleri ve ölçek maddelerini orta eğitim seviyesindeki her birey anlayabilir ve cevaplandırabilir.

Ölçeklerin cevaplandırılması sırasındaki bir zaman kısıtlaması yoktur. Ancak yirmi dakikada her iki ölçek cevaplandırılabilir.

Veri Çözümleme Yöntemleri

Verilerin bilgisayarda çözümlenmesinde, öğrenci gruplarının aritmetik ortalamaları ve standart sapma değerlerinin hesaplanması yoluna gidilmiş; grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını saptamak amacıyla t-testi kullanılmıştır. Gruplar arası farklılığın anlamlılık kontrolü için hata payı 0.05 olarak alınmıştır. Hacettepe Kişilik Envanteri ve Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri puanları arasındaki ilişki Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayısı ile hesaplanmıştır.

A decorative graphic consisting of a series of parallel diagonal stripes in a light pink color, arranged in a pattern that resembles a stylized 'X' or a series of overlapping lines.

V. BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde, lise son sınıf öğrencilerinin sosyal uyum düzeyi ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı ilişki olup olmadığı konusunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Öğrencilerin envanterlerin alt ölçeklerinden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı test etmek üzere kullanılan t-testi sonuçları ve sosyal uyum ile sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiler tablolar halinde sunulmuştur.



TABLÖLAR

TABLolar

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Aile İlişkileri Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2

İyi Derecede Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Aile İlişkileri ile Sosyal uyum Alt Ölçeklerinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Aile İlişkileri	30	15.40	3.04	-52.47	0,000
Deney Grubu Sosyal Uyum	30	59.53	5.78		

Tablo 2’de görüldüğü gibi Deney Grubu Aile İlişkileri’nin $X=15.40$, Deney Grubu Sosyal Uyum Ölçeğinin $X=59.53$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -52.47$, $p<.05$ bulunduğundan, Deney Grubu Aile İlişkileri ölçeği puan ortalamaları ile Deney Grubu Sosyal Uyum ölçeği ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani aile ilişkilerinin iyi düzeyde olması sosyal uyumun da iyi düzeyde olduğu anlamına gelmektedir.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Aile İlişkileri Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 3’de gösterilmiştir.

Tablo 3

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Aile İlişkileri ile Sürekli Kaygı Düzeyleri Alt Ölçeklerinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Aile İlişkileri	30	15.40	3.04	-13.30	0,000
Deney Grubu Sürekli Kaygı	30	29.26	9.14		

Tablo 3’de görüldüğü gibi Deney Grubu Aile İlişkileri’nin $X= 15.40$, Deney Grubu Sürekli Kaygı ölçeğinin $X= 39.26$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t=13.30$, $p <.05$ olarak bulunduğundan, Deney Grubu Aile İlişkileri Ölçeği puan ortalamaları ile Deney Grubu Sürekli Kaygı ölçeği ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani aile ilişkileri iyi düzeyde olan öğrencilerin sürekli kaygı düzeyi de normal sınırlarda çıkmıştır.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 4’de gösterilmiştir.

Tablo 4

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal İlişkileri ile Sosyal Uyum Alt Ölçekleri Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Sosyal İlişkiler	30	15.96	2.79	-54.04	0,000
Deney Grubu Sürekli Kaygı	30	59.53	5.78		

Tablo 4’de görüldüğü gibi, Deney Grubu Sosyal İlişkileri’nin $X= 15.96$, Deney Grubu Sosyal Uyum $X= 59.53$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -54.04$ $p <.05$ bulunduğundan, Deney Grubu Sosyal İlişkiler puan ortalamaları ile Deney Grubu Sosyal Uyum Ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani Sosyal ilişkileri iyi olan öğrencilerin sosyal uyumu da iyi düzeyde gerçekleştirdikleri tabloya bakarak görebiliriz.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 5’de gösterilmiştir.

Tablo 5

İyi Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Sosyal İlişkiler	30	15.40	3.04	-12.27	0,000
Deney Grubu Sürekli Kaygı	30	39.26	9.14		

Tablo 5’de görüldüğü gibi, Deney Grubu Sosyal İlişkilerinin $X= 15.40$, Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin $X= 39.26$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -12.27$, $p<.05$ bulunduğundan, iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani sosyal ilişkileri iyi olanların sürekli kaygı düzeyleri de buna paralel olarak düşme göstermiştir.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal Normlar Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 6’da gösterilmiştir.

Tablo 6

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Normal ile Sosyal Uyum Alt Ölçekleri Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Sosyal Normlar	30	14.00	2.34	-45.86	0,000
Deney Grubu Sosyal Uyum	30	59.53	5.78		

Tablo 6’da görüldüğü gibi, Deney Grubu Sosyal Normlar Alt Ölçeğinin $X=14.00$, Deney Grubu Sosyal Uyum Alt Ölçeği’nin $X=59.53$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t=45,86$, $p < .05$ olduğundan, iki ölçeğin puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani sosyal normlar puanının iyi düzeyde bulunması sosyal uyum düzeyini de olumlu yönde etkilediğini tabloya bakarak görebiliriz.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal Normlar Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 7

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Normlar ile Sürekli Kaygı Alt Ölçekleri Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Sosyal Normlar	30	14.00	2.34	-14.39	0,000
Deney Grubu Sürekli Kaygı	30	39.26	9.14		

Tablo 7’de görüldüğü gibi Deney Grubu Sosyal Normlar Alt Ölçeği’nin $X=14.00$, Deney Grubu Sürekli Kaygı Alt Ölçeği’nin $X=39.26$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t=-14.39$, $p < .05$ olduğundan, iki alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani sosyal normlara uyum iyi düzeyde ise sürekli kaygı düzeyi de normal düzeyde olmaktadır.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 8

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Antisosyal Eğilimler	30	14.16	2.05	-51.35	0,000
Deney Grubu Sosyal Uyum	30	59.53	5.78		

Tablo 8’de görüldüğü gibi Deney Grubu Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeğinin $X= 14.16$, Deney Grubu Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin $X= 59.53$ olarak bulunmuştur. Ortalamalarının t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -51.35$, $p <.05$ bulunduğundan, iki alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yani Antisosyal eğilimler puan ortalamasının iyi düzeyde bulunması sosyal uyum düzeyinin de iyi düzeyde olduğu şeklinde yorumlanabilir.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 9’da gösterilmiştir.

Tablo 9

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Antisosyal Eğilimler	30	14.16	2.05	-13.98	0,000
Deney Grubu Sürekli Kaygı	30	39.26	9.14		

Tablo 9’da görüldüğü gibi Deney Grubu Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği’nin $X= 14.16$, Deney Grubu Sürekli Kaygı Alt Ölçeği’nin $X= 39.26$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -13.98$, $p <.05$ bulunmuştur. İki Alt Ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yani antisosyal eğilimler puan ortalamasının iyi düzeyde bulunması sürekli kaygı düzeyinin de normal düzeyde bulunması şeklinde yorumlanabilir.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal Uyum Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 10’da gösterilmiştir.

Tablo 10

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Uyum Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeği Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Sosyal Uyum	30	59.53	5.78	9.08	0,000
Deney Grubu Sürekli Kaygı	30	39.26	9.14		

Tablo 10’da görüldüğü gibi Deney Grubu Sosyal Uyum Alt Ölçeği’nin $X= 59.53$, Deney Grubu Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin $X= 39.26$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -13.98$ $p <.05$ olduğundan iki alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yani Sosyal

Uyum Düzeyi iyi olan öğrencilerin sürekli kaygı düzeyi de normal değerlerde olduğu görülmüştür.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Aile İlişkileri Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 11

Orta Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Aile İlişkileri Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Aile İlişkileri	30	9.83	3.67	-45.00	0,000
Kontrol Grubu Sosyal Uyum	30	41.96	4.44		

Tablo 11’de görüldüğü gibi, kontrol grubu aile ilişkilerinin $X = 9.83$, sosyal normlar alt ölçeğinin $X = 41.96$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t = -45.00$, $p < .05$ bulunduğundan, iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani aile ilişkileri orta düzeyde olanların sosyal uyumu da orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Aile İlişkileri Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 12’de gösterilmiştir.

Tablo 12

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Aile İlişkileri Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Aile İlişkileri	30	9.83	3.67	-23.41	0,000
Kontrol Grubu Sürekli Kaygı	30	47.60	6.62		

Tablo 12’de görüldüğü gibi, kontrol grubu aile ilişkilerinin $X= 9.83$, sürekli kaygı alt ölçeğinin $X= 47.60$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -23.41$, $p <.05$ olduğundan iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani aile ilişkileri puanının düşük olması sürekli kaygı düzeyinin yükselmesine neden olmuştur.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 13’de gösterilmiştir.

Tablo 13

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Sosyal İlişkiler	30	12.93	3.26	-28.18	0,000
Kontrol Grubu Sosyal Uyum	30	41.96	4.44		

Tablo 13’de görüldüğü gibi, kontrol grubu sosyal ilişkilerinin $X= 12.93$, sosyal uyum alt ölçeğinin $X= 41.96$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -28.18$, $p <.05$ olduğundan iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani sosyal ilişkiler düzeyi düştükçe sosyal uyum da azalmıştır. Bunu deney grubuna bakarak söyleyebiliriz.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 14’de gösterilmiştir.

Tablo 14

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal İlişkiler Alt Ölçeği ile Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Sosyal İlişkiler	30	12.93	3.26	-23.21	0,000
Kontrol Grubu Sürekli Kaygı	30	47.60	6.62		

Tablo 14’de görüldüğü gibi, kontrol grubu sosyal ilişkilerinin $X= 12.93$, sürekli kaygı alt ölçeğinin $X= 47.60$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= -23.21$, $p < .05$ olduğundan iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani sürekli kaygı düzeyi arttıkça sosyal ilişkilerde düşme gözlenmiştir.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal Normlar Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 15’de gösterilmiştir.

Tablo 15

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Normlar Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Sosyal Normlar	30	10.56	2.80	-46.01	0,000
Kontrol Grubu Sosyal Uyum	30	41.96	4.44		

Tablo 15’de görüldüğü gibi, kontrol grubu sosyal normlar alt ölçeğinin X= 10.56, sosyal uyum alt ölçeğinin X= 41.96, $p < .05$ bulunduğu için iki ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani sosyal normlara uyum azaldıkça sosyal uyum düzeyi de düşme göstermiştir.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal Normlar Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 16’da gösterilmiştir.

Tablo 16

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Normlar Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Sosyal Normlar	30	10.56	2.80	-30.52	0,000
Kontrol Grubu Sürekli Kaygı	30	47.60	6.62		

Tablo 16’da görüldüğü gibi, kontrol grubu standart normal alt ölçeğinin X= 10.56, sürekli kaygı alt ölçeğinin X= 47.60, $p < .05$ bulunduğu için iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani sosyal normlara uyum azaldığında sürekli kaygı düzeyi de artmaktadır.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinden aldıkları puan

ortalamları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 17’de gösterilmiştir.

Tablo 17

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Antisosyal Eğilimler Alt Ölçeği ile Sosyal Uyum Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Antisosyal Eğilimler	30	8.50	2.81	-40.52	0,000
Kontrol Grubu Sosyal Uyum	30	41.96	4.44		

Tablo 17’de görüldüğü gibi, kontrol grubu antisosyal eğilimler alt ölçeğinin $X= 8.50$, sosyal uyum alt ölçeğinin $X= 41.96$, $p<.05$ bulunduğundan iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani antisosyal eğilimler arttıkça sosyal uyum düzeyinde de düşme görülmüştür.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin antisosyal eğilimler alt ölçeği ile sürekli kaygı alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak tablo 18’de gösterilmiştir.

Tablo 18

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Antisosyal Eğilimler ile Sürekli Kaygı Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Antisosyal Eğilimler	30	8.50	2.81	-33.79	0,000
Kontrol Grubu Sürekli Kaygı	30	47.60	6.62		

Tablo 18’de görüldüğü gibi, kontrol grubu antisosyal eğilimler alt ölçeğinin $X= 8.50$ sürekli kaygı alt ölçeğinin $X= 47.60$ $p<.05$ bulunduğundan iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani antisosyal eğilimler arttıkça sürekli kaygı da buna paralel olarak artış göstermiştir.

Orta düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal Uyum Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 19’da gösterilmiştir.

Tablo 19

Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Uyum Alt Ölçeği ile Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Kontrol Grubu Sosyal Uyum	30	41.96	4.44	-3.45	0,002
Kontrol Grubu Sürekli Kaygı	30	47.60	6.62		

Tablo 19’da görüldüğü gibi, kontrol grubu sosyal normlar alt ölçeğinin $X= 41.96$, sürekli kaygı alt ölçeğinin $X=47.60$ $p<.05$ bulunduğundan iki alt ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani sosyal uyum düzeyi düştükçe sürekli kaygı da yükselmektedir. Çünkü deney grubunda sosyal uyum yükseldiğinde sürekli kaygı da düşme görülmektedir.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sürekli Kaygı Alt Ölçeği ile Orta Düzeyde Sosyal Uyum yapmış lise son sınıf öğrencilerinin sürekli kaygı alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 20’de gösterilmiştir.

Tablo 20

İyi Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sürekli Kaygı Alt Ölçeği ile Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sürekli Kaygı Alt Ölçeğinin Puan Ortalamaları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Sürekli Kaygı	30	39.26	9.14	-4.40	0,000
Kontrol Grubu Sürekli Kaygı	30	47.60	6.62		

Tablo 20’de görüldüğü gibi deney grubu sürekli kaygı alt ölçeğinin $X= 39.26$, kontrol grubu sürekli kaygı alt ölçeğinin $X= 47.60$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t=4.40$, $p<.05$ bulunduğu için iki ölçek arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani deney grubu kontrol grubundan daha kaygılı görülmektedir.

İyi düzeyde sosyal uyum yapmış lise son sınıfta okuyan öğrencilerin Sosyal Uyum Alt Ölçeği ile Orta Düzeyde Sosyal Uyum yapmış lise son sınıf öğrencilerinin sosyal uyum alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile karşılaştırılarak Tablo 21’de gösterilmiştir.

Tablo 21

İyi Derecede Sosyal Uyum Yapmış Lise Son Sınıfta Okuyan Öğrencilerin Sosyal Uyum ile Orta Düzeyde Sosyal Uyum Yapmış Olanların Sosyal Uyum Alt Ölçeği Puanları Arasındaki Farklılığın t-testi Değerleri

Grup	n	X	Ss	t-testi	P
Deney Grubu Sosyal Uyum	30	59.53	5.78	13.35	0,000
Kontrol Grubu Sosyal Uyum	30	41.96	4.44		

Tablo 21’de görüldüğü gibi Deney Grubu Sosyal Uyumu’nun $X= 59.53$, Kontrol Grubu Sosyal Uyumu’nun $X= 41.96$ olarak bulunmuştur. Ortalamaların t-testi ile test edilmesi sonucu $t= 13.35$ $p<.05$ bulunduğundan iki ölçeğin puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Yani deney grubunun sosyal uyumu kontrol grubundan anlamlı bir şekilde farklılık göstermiştir.





VI. BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

1- Aile ilişkilerindeki uyum düzeyi ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 3’de görüldüğü gibi aile ilişkilerinin iyi düzeyde olması yani kişinin anne-babası ve kardeşleri ile dostça ve sağlıklı ilişkiler içinde olması, ailesini sevmesi, ailesi tarafından sevilmesi kişinin kaygı düzeyini düşürmekte ve normal düzeye getirmektedir.

Bu saptamayı kontrol grubuna bakarak da doğrulayabiliriz. Çünkü, kontrol grubunda aile ilişkileri orta düzeyde olanların sürekli kaygı düzeyi yükselmiştir.

K. Horney de bu durumu; “Bir çocuk kendi ailesine karşı duyduğu kını, örneğin, onların tutumlarına uyarak ne kadar çok gizlerse, kaygısını da dış dünyaya o kadar çok yansıtacaktır.” demektedir. (Horney, 1999, s.70)

Kaygı düzeyleri yüksek çıkan öğrencilerin büyük çoğunluğu “Ailelerinin kendilerinden çok fazla şey bekledikleri” kanısında birleşmişlerdir. Öğrencilerin ailelerinin bu beklentilerine cevap verememe kaygısı onların sürekli kaygı düzeyini yükseltmektedir.

2- Lise son sınıf öğrencilerinin sosyal ilişkilerindeki uyum düzeyi ile sürekli kaygıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 9’da görüldüğü gibi sosyal ilişkileri iyi düzeyde olanların sürekli kaygı düzeyi de normal sınırlarda bulunmaktadır. Yani diğer insanlarla iyi ilişkiler geliştiren, onlarla konuşmaktan hoşlanan ve başkalarının söylediklerine ilgi gösteren gençlerin sürekli kaygı düzeyi de normal sınırlarda bulunmuştur.

Kontrol grubuna bakarak bu bulguyu doğrulayabiliriz. Çünkü, sosyal ilişkilerin ortak düzeyde olması sürekli kaygı düzeyini yükselttiğini söyleyebiliriz.

Bu yaşlarda genç zamanının büyük çoğunluğunu ailesinin dışında arkadaşları ile geçirmek ister, sorunlarını onlarla paylaşır, ailesinden daha fazla değer verir. Sürekli kaygı düzeyleri yüksek bulunan öğrencilerin çoğunluğu “Arkadaşlarınızla dışarıda çok fazla zaman harcadığınız için ailenizin sizden şikâyet ettiği olur mu?” sorusuna “evet” yanıtını vermişlerdir. Sürekli kaygı puanı yüksek olan öğrencilerin büyük çoğunluğu kalabalıktan uzak durma eğilimini belirtmişlerdir (Bakınız,Tablo-14).

3- Lise son sınıf öğrencilerinin sosyal normlara uyum düzeyi ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 7’de görüldüğü gibi sosyal normlara uygun davranışlar gösteren öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri normal sınırlarda bulunmuştur. Bunu kontrol grubu ile karşılaştırarak söyleyebiliriz. Çünkü kontrol grubunda sosyal normlar puanı düşük, buna bağlı olarak sürekli kaygı düzeyi yükselme göstermiştir. Bu bulgulara dayanarak sosyal normlara uyum düzeyi düştükçe sürekli kaygı düzeyinde yükselme olmaktadır diyebiliriz.

Sürekli kaygı düzeyi yüksek olan öğrencilerin önemli bir kısmı “Kişinin toplumdaki adet ve geleneklere uyması sözce önemli midir?” sorusuna “hayır” yanıtını vermişlerdir. Yani sosyal normlara uymayı gençlerin bir kısmı önemsiz görmekte ve bu durum onlardaki sürekli kaygı düzeyini arttırmaktadır.

Herkes arada bir bazı kurallara uymayabilir ama bu durum süreklilik gösterirse normallik sınırlarının dışına taşar. Birey beklentilerini gerçekleştirirken başkalarının haklarına saygılı olmalı, toplumun beklentilerini de dikkate almalıdır.

4- Lise son sınıf öğrencilerinin antisosyal eğilimleri ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tablo 18’de görüldüğü gibi antisosyal eğilimler arttıkça sürekli kaygı da normal sınırların üzerinde çıkmıştır.

Ana-baba çocuk yetiştirirken kararlı bir tutum göstermelidirler. Çünkü, ne zaman ödül ne zaman cezanın geleceğini bilmeyen çocuk antisosyal bir kişilik yapısı

geliştirebilir. Çocuk kurulların önemini kavramalı ve bunları içselleştirecek şekilde yetiştirilmelidir.



ÖNERİLER

- 1- Okullarda rehberlik servisleri kurulmalı ve etkin bir şekilde çalışmalar için gerekli destek sağlanmalıdır.
- 2- Okullarda rehberlik hizmetleri öğrencilerin sosyal uyumlarını en etkin bir şekilde sağlayabilecek şekilde çalışmalarını sürdürmeleri gerçekleştirilmelidir.
- 3- Okullarda eğitsel kol çalışmaları işlevsel hale getirilmeli, öğrencilerin birbirleri ile iletişim içerisine girmeleri bu kollar aracılığıyla sağlanmalıdır.
- 4- Okullarda sosyal etkinlikler düzenlenmeli ve öğrencilerin bu etkinliklere katılmaları teşvik edilmelidir.
- 5- Öğrencilere yeteneklerine, ilgi alanlarına uygun olan sorumluluklar yüklenmelidir.
- 6- Kaygı düzeyleri yüksek olan öğrencilerin bu kaygılarını düşürebilecek psikolojik yardım yapılmalıdır.
- 7- Öğrencilerin kaygıları hangi nedenlerle artmaktadır, bunları bulup bu konuda onlara yardımcı olunmalıdır.
- 8- Ana-baba eğitimi ile ilgili çalışmaları desteklemek ve yaygınlaşması için gerekli çalışmalara destek verilmelidir.
- 9- Ruh sağlığı konusunda ana-baba ve eğitimciler bilinçlendirilmelidir.
- 10- Gençlerin girişimci, paylaşımcı, özverili bir kişilik yapısına sahip olması için onların gidebileceği, zamanlarını değerlendirebileceği ortak mekanlar oluşturulmalıdır.



EKLER



HACETTEPE KİŞİLİK ENVANTERİ

HACETTEPE KİŞİLİK ENVANTERİ (HKE)

(Takım A)

(İKİNCİ REVİZYON)

Prof.Dr. İbrahim Ethem ÖZVÜVEN

ACIKLAMA:

Envanterler içinde EVET ya da HAYIR şeklinde cevaplandırılacak sorular vardır. Bu sorular çeşitli durumlarda sizin genellikle ne düşündüğünüz, nasıl duygulandığınız ve ne şekilde davranışta bulunduğunuz ile ilgilidir.

Her soruyu cevaplandırırken önce sizin için cevabın EVET’mi yoksa HAYIR’ mı olduğunu kararlaştırınız, sonra da cevap kâğıdında uygun yeri karalayarak işaretleyiniz. Cevaplandırmanın nasıl yapılacağını görmek için aşağıda iki örnek verilmiştir.

ÖRNEKLER:

- 1- Geceleri sık sık rüya görür müsünüz?
- 2- Arkadaşlarınızdan memnun musunuz?

EVET

HAYIR

//

■

■

//

Eğer sık sık rüya görmüyorsanız HAYIR, arkadaşlarınızdan memnunsanız EVET cevabını, yukarıdaki örnekte olduğu gibi işaretleyeceksiniz.

Açıklamanın tamamını okuduktan sonra cevaplandırmaya başlayınız. Envanter üzerine hiçbir şey yazmayınız, cevaplarınızı CEVAP KAĞIDI üzerine işaretleyiniz. Cevaplandırırken bir kişi olarak sadece kendi gerçek durumunuzu ifade ediniz. Bir soru üzerinde fazla zaman harcamayınız. İlk aklınıza gelen cevabı işaretleyiniz. Atlamadan soruların hepsini cevaplandırınız.

- 1- Başkaları sizinle tartışmaya kalkınca hemen rahatsız olur musunuz?
- 2- Zıt görüşte olanlara rağmen planınızı genellikle uygulayabilir misiniz?
- 3- Yaptıklarınıza üzüldüğünüz zamanlar çok oluyor mu?
- 4- Bazı anlamsız düşünceler zihninizi meşgul edip sizi rahatsız eder mi?
- 5- Bir şanssızlığa uğrayacağınızdan korkuyor musunuz?
- 6- Oturduğunuz yerde duramaz hale geldiğiniz zamanlar olur mu?
- 7- Sık sık önemsiz şeyleri kendinize dert edinir misiniz?
- 8- Diğer insanlarla tanışmakta zorluk çeker misiniz?
- 9- Çözemediğiniz ve cesaretinizi kıran sorunlarınız ve sorumluluklarınız var mı?
- 10- Bazen hiç kimsenin sizi iyi anlayamadığını düşündüğünüz olur mu/
- 11- Arkadaşlarınızla dışarda çok fazla zaman harcadığınız için ailenizin sizden şikâyet ettiği olur mu?
- 12- Aile içinde kararlar alınırken sizin de fikrinizi alırlar mı?
- 13- İnsanları birbirleri ile tanıştırmak size kolay gelir mi?
- 14- Olabildiğince kalabalıktan uzak kalma eğiliminiz var mı?
- 15- Arkadaşlarınız sosyal ilişkilerinizi istenilen düzeyde bulurlar mı?
- 16- Tanışmadığınız yeni birisine de dostça davranmak gerekir mi?
- 17- Yasalara uymayan davranışları için insanlar haklı görülebilir mi?
- 18- Başkalarına sır vermek size güç gelir mi?
- 19- Saygısız oluşlarından dolayı gençlerden öç olmak istediğiniz amamlar oluyor mu?
- 20- Çoğu zaman yanlış veya kötü bir şey yapacağınızdan kaygılanır mısınız?
- 21- Size kötü davrandıkları için öç almayı istediğiniz kişiler oldu mu?
- 22- Fikirlerinizi başkalarına kabul ettirmenin güç olduğu kanısında mısınız?
- 23- Çoğu zaman başkalarının aynı konuda ne karar verdiklerini öğrenmek zorunluluğu duyar mısınız?
- 24- Hoş olmadığı için sizi uzun zamandır üzen bir yaşantınız var mı?
- 25- Duygularınızı kontrol altında tutabiliyor musunuz?
- 26- Güç bir durumla karşılaşacağınızı düşününce heyecanlanır ve terler misiniz?
- 27- Görme gücünüzdeki bozukluklardan sık sık yakınır mısınız?
- 28- Aileniz bireyleri ile sık sık tartışmalarınız olur mu?
- 29- Beklentilerinizin üstünde dostluk gösteren insanlara karşı dikkatli olmaya çalışır mısınız?
- 30- Dikkatinizi bir konu üzerinde toplama çok güçlük çeker misiniz?
- 31- Çoğu zaman tüm vücudunuzda bir kırıklık, halsizlik hisseder misiniz?
- 32- Aileniz, onlara karşı düşünceli davrandığınız kanısında mıdır?

- 33- Aileniz bireyleri genellikle birbirlerine karşı sakın davranırlar mı?
- 34- Birbiri ile şakalaşan kimseler arasında olmak ister misiniz?
- 35- Diğer insanlarla ilişki kurmada sizi yetenekli bulurlar mı?
- 36- Genellikle karşı cinsten birisi ile çalışmaktan hoşlanır mısınız?
- 37- Sahibine haber vermeden bazı şeyleri ödünç olmak doğru sayılabilir mi?
- 38- Kişinin toplumdaki adet ve geleneklere uyması sizce önemli midir?
- 39- Kendini beğenmiş oldukları için çevrenizdeki çoğu kişileri uyarmak zorunda kaldığınız oluyor mu?
- 40- Hakkınızda dedikodu yapacaklarından kuşkulandır mısınız?
- 41- Zararsız yalanlar söyleyerek zor durumlardan kurtulmak size kolay gelir mi?
- 42- Arkadaşlarınız sizi, “eğriye eğri doğruya doğru”, diyen bir kişi olarak mı bilirler?
- 43- Çevrenizdeki kişiler önemli konularda sizin görüşünüzü de öğrenmek isterler mi?
- 44- Arkadaşlarınızın çoğu kadar siz de güçlü ve sağlıklı mısınız?
- 45- Çevrenizdeki kişilerden kolayca hastalık kapam bir yaradılıştasınız mı?
- 46- “Başaramadım” gibi bir duygudan rahatsız mısınız?
- 47- Sağlığınıza çok dikkat etmek ihtiyacında mısınız?
- 48- İçinde bulunduğunuz koşullardan dolayı sık sık sinirlendiğiniz olur mu?
- 49- Belli etmeseniz bile çevrenizdekilere sık sık darıldığınız olur mu?
- 50- Moralinizin bozulduğu ve bundan kurtulmanın çok zor olduğu zamanlar oluyor mu?
- 51- Çevrenizdeki kişilerin çoğu ile arkadaşlık etmek yerine yalnız olmayı tercih eder misiniz?
- 52- Tanıdıkların bulunmadığı bir çevrede sıkılganlık çeker misiniz?
- 53- Ailenizdeki kişilerin bazıları size karşı çok cimri davranıyor mu?
- 54- Ailenizin çoğu kez herşeye itaat etmenizi beklmeleri sizi kızdırır mı?
- 55- Mutlu olacağınız sayıda ve nitelikte arkadaşlarınız var mı?
- 56- Gürültülü eğlencelere katılmaktan hoşlanır mısınız?
- 57- Sosyal etkinlikler sırasında başkalarını eğlendirmek size zor gelir mi?
- 58- İş ve sorumluluklardan kaçmak her zaman hatalı mıdır?
- 59- İnsan verdiği sözü her zaman yerine getirmeli midir?
- 60- Kapılarını açık bırakan kişilerin eşyalarının çalınmasını hakettikleri görüşüne katılır mısınız?
- 61- Karşıt cinsten birisi ile birlikte olunca genellikle onun cinsiyeti ile ilgili şeyler mi düşünürsünüz?
- 62- Bulduğunuz çevrede çok fazla konu-komşu dedikoduları yapılıyor mu?
- 63- İnsan ilişkilerinde utangaç bir kişi misiniz?

- 64- Kişileri birbirine tanıştırmak ve başkalarına tanıştırmak size kolay gelir mi?
- 65- Başkaları sizi yetenekli ve cesur bulur mu?
- 66- Alınan bir kişi misiniz?
- 67- Fizikî görünüşünüzden dolayı duygusal bir hassasiyetiniz var mı?
- 68- Duygularınıza olan güveninizden dolayı görüşlerinizin esnek olduğu kanısında mısınız?
- 69- Sık sık kabızlıktan ve mide ağrılarından şikâyetiniz olur mu?
- 70- Ara sıra zihninizin ağır işlediğini hissediyor musunuz?
- 71- Başkalarının mutluluğunu kıskandığınız zamanlar oluyor mu?
- 72- Başarmayı arzu ettiğiniz şeyleri düşünmek, onları yapmaktan daha çok haz veriyor mu?
- 73- Size açık olan avantajlı durumlardan bazı kişilerin yararlanma çabasında oldukları kanısında mısınız?
- 74- İstekli olduğunuz toplantı veya etkinliklere katılmanız genellikle engellenir mi?
- 75- En az anlayış gördüğünüz yerin aileniz olduğunu düşündüğünüz oluyor mu?
- 76- Koşulsuz olarak her insana yardım eder misiniz?
- 77- Sönük geçmekte olan bir toplantıya öncülük edip canlandırmak size kolay gelir mi?
- 78- Çabuk arkadaş edinen bir kişi misiniz?
- 79- Ortaya çıkan fırsatlarda otobüse ücret ödmeden binmek bir şerefsizlik midir?
- 80- İşlerini düze çıkarmak için pek çok kişinin yalan söylediği kanısında mısınız?
- 81- Sosyal kurallardan oldukça bağımsız bir yaşantı içinde misiniz?
- 82- Çevrenizdeki çoğu kişilerin politik görüşleri sizinkine ters düşer mi?
- 83- Başkalarının sağlığını kendi çıkarlarına kullanan kimseleri ayıplar mısınız?
- 84- Aileniz, sizin başarılı olduğunuz kanısında mıdır?
- 85- İsteddiğiniz bir işe veya mesleğe girmenizin engellendiği oldu mu?
- 86- Önemli olmayan konular yüzünden sık sık eleştirildiğiniz olur mu?
- 87- Yaptığınız bir yanlış kabul etmek size zor gelir mi?
- 88- Ailenizin düşündüğü gibi olmama duygusu sizi rahatsız ediyor mu?
- 89- Belirli bir nedeni olmadan duygularınız kolayca neşeden üzüntüye, üzüntüden neşeye dönüşür mü?
- 90- Çevrenizdeki insanlara gerçeği kabul ettirmenin güç olduğu zamanlar olur mu?
- 91- Zihninizi dolduran türlü düşünceler uykunuzu kaçırır mı?
- 92- Genellikle sakin ve meseleleri soğukkanlı olarak ele alan bir kişi misiniz?
- 93- Zaman zaman aleyhinize çalışan insanların varlığından şüphelendiğiniz olur mu?
- 94- İnsanların içinde iken bile kendinizi yalnız hissediyor musunuz?
- 95- Aileniz, yeterli düzeyde başarılı olduğunuz kanısında mıdır?

- 96-Akşamları eve dönüş sizi kaygılandırır mı?
- 97-Ailenizdeki kişilerden bazılarının yakınlık ve sevginize yeterince karşılık vermediği oluyor mu?
- 98-Yeni tanıştığınız bir kimse ile konuşmaktan çekinir misiniz?
- 99-Çevrenizdeki insanlar çoğu zaman sizi hayal kırıklığına uğrattırlar mı?
- 100-Sizce geçinilmesi güç kişilere de nazik davranılmalı mıdır?
- 101-Davranışın çevredekilere aykırı düşmesi sizi rahatsız eder mi?
- 102-Söz dinlemeyip kendisini problemin içine atmakta ısrar eden kişiler cezalarını çekmeli midir?
- 103-Bazı konularda kendi kendinizle kavga içinde misiniz?
- 104-İnatçı kişilere biraz zor kullanmanın onları ikna etmede yararlı olacağı kanısında mısınız?
- 105-Başkalarının mutluluğunu kıskandığınız zamanlar oluyor mu?
- 106-Başkalarının sizden hoşlandığı duygusu içinde misiniz?
- 107-Yeteneğinizi küçümseyip başladığınız bazı işleri yarım bıraktığınız oluyor mu?
- 108-Kafesleri içinde olsa da vahşi hayvan görmekten heyecanlanır mısınız?
- 109-Sizi eleştirdikleri zaman sakın kalabiliyor musunuz?
- 110-Kendinizi sinirli bir kişi olarak mı görürsünüz?
- 111-Üzüntülü veya heyecanlı olduğunuz zaman konuşmanızda kekemelik olur mu?
- 112-Sonradan pişman olacağınız çok şeyi yaptığınız oluyor mu?
- 113-Kaslarınızda bazen asabi hareketler veya tikler olur mu?
- 114-Belirli bir neden yokken kendinizi son derece neşeli veya üzüntülü hissettiğiniz zamanlar olur mu?
- 115-Yaşı sizden küçük olanların daha rahat bir yaşam sürdükleri kanısında mısınız?
- 116-Hoşlanmadıkları için ailenizin evde misafir etmek istemedikleri arkadaşlarınız var mı?
- 117-Ailenizle aranızdaki değer yargıları ve inanç farkları nedeniyle önemli sorunlarla karşılaştığınız oluyor mu?
- 118-Aileniz sizden çok fazla şeyler mi bekliyor?
- 119-Kız ve erkeklerin birlikte bulunduğu durumlarda kendinizi rahat hisseder misiniz?
- 120-İnsan ilişkilerinde utangaç bir kişi misiniz?
- 121-Çıkarlarınızı korumak için pek doğru olmayan yollara sapanları ayıplar mısınız?
- 122-Bir şeyi bulan kişiye onu saklama hakkı verilmeli midir?
- 123-İnsanların inançlarında kusur etmeleri, bir diğerine bunu başkalarına yayma hakkı verir mi?
- 124-Yaptığınız şeylerin yanlış anlaşılacağı kaygısı içinde misiniz?

- 125-İnsanların koşulsuz olarak serbest davranmalarına izin verilse toplumun daha iyi olacağı kanısında mısınız?
- 126-İçinde bulunduğunuz koşullardan dolayı sık sık sinirlendiğiniz olur mu?
- 127-Arkadaşlarınız istemediğiniz bir davranışta bulunduğu zaman, çoğunlukla bunu, çekinmeden kendisine söyleyebilir misiniz?
- 128-Gerçek yeteneklerinizi gösterebildiğiniz kanısında mısınız?
- 129-Kendinize özgü bir plan yapmaktansa arkadaşlarınızın önerilerini uygulamak size daha kolay gelir mi?
- 130-Açlık hissi duymadan yemek yediğiniz zamanlar oluyor mu?
- 131-Akşama doğru ya da sabahları kendinizi çok yorgun hisseder misiniz?
- 132-Ne okuduğunuzun farkında olmadan bir süre okuyup sonra dikkatinizi topladığınız olur mu?
- 133-Çoğu zaman kendinizi yorgun ve halsiz hisseder misiniz?
- 134-Eleştirilmek sizi çok kırar mı?
- 135-Hoşlanmadığınız birisi ile karşılaşmamak için yolunuzu sık sık değiştirdiğiniz oluyor mu?
- 136-Cinsel konularda kendinizi rahat hisseder misiniz?
- 137-Başka bir aile veya grubun üyesi olmayı istediğiniz zamanlar olur mu?
- 138-Aile bireylerinin kişisel meselelerinizi bilmek istemelerinden şikâyetçi misiniz?
- 139-Aileniz karşı cinsten olan arkadaşlıklarınızı genellikle reddeder mi?
- 140-Bulduğunuz çevrede halk tarafından seilmeyen çok kişi var mı?
- 141-Topluluk içinde tanıştığınız insanlarla çabucak kaynaşabiliyor musunuz?
- 142-Uzlaşma kabul etmeyen kişilere nazik davranır mısınız?
- 143-Arkadaşlarınız sizi, eğriye eğri doğruya doğru diyen bir kişi olarak mı bilirler?
- 144-Saygısızlık gösterenlere aynı şekilde cevap verir misiniz?
- 145-Onlara aldırmamak yerine öç almanın daha iyi olduğu kanısında mısınız?
- 146-Yasalara aykırı davranmadan yasanın bir açığından yararlanmada bir sakınca görür müsünüz?
- 147-Duygularınızı kontrol altında tutabiliyor musunuz?
- 148-Arkadaş edinmede zorluk çekiyor musunuz?
- 149-Doğru yargılarınızı bile, değerli bulmadıkları olur mu?
- 150-Cesaret verilmediği zaman işlerinize devam etmek size zor gelir mi?
- 151-Heyecanlı olaylar sizi karamsarlıktan kurtarır mı?
- 152-İşler kötü gittiği zaman çabuk heyecanlanan bir kişi misiniz?

- 153-Bazen içinizden insanlara küfretmek gelir mi?
- 154-Sık sık başınız ağrır mı?
- 155-Ayrıntılı konuşmadıkları için sık sık kişilerin sözlerini tekrarlatmak zorunda kalır mısınız?
- 156-Bazen sevdiğiniz kişiyi kırmaktan hoşlandığınız olur mu?
- 157-Sizden gelen bir neden yokken işlerinizin ters gittiği zamanlar oluyor mu?
- 158-Evden kaçıp başka bir yere gitmeyi düşündüğünüz zamanlar oluyor mu?
- 159-Aileniz bireylerinin hepsini denk ölçüler içinde seviyor musunuz?
- 160-Evde sakin olmak için ya susmak ya da dışarı çıkmak zorunda olduğunuz zamanlar oluyor mu?
- 161-Taşdığınız sorumlulukların ağırlığı sizi fazlaca hareketsiz hale getiriyor mu?
- 162-Neşeli arkadaşlar arasına katılınca üzüntülerinizi unutabiliyor musunuz?
- 163-Sıkışık durumlardan kurtulmak için gerçeği söylemediğiniz zamanlar olur mu?
- 164-Bulunmuş olan bir eşyayı her zaman iade etmek gerekli midir?
- 165-Yaşamının bir döneminde her insanın bir şeyler çalmış olabileceği görüşüne katılır mısınız?
- 166-Bazı insanların mal ve mülklerini tahrip etmeyi hak ettiklerini düşündüğünüz olur mu?
- 167-Size kötü davrandıkları için öç almayı istediğiniz kişiler oldu mu?
- 168-Başkaları sizinle tartışmaya kalkınca hemen rahatsız olur musunuz?



SÜREKLİ KAYGI ENVANTERİ

KENDİNİ DEĞERLENDİRME ANKETİ

C.D. Spielberger, R.L. Gorsuch, ve R. Lushene tarafından İngilizce olarak geliştirilmiş ve Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde Necla ÖNER ve Ayhan LECOMPTE tarafından Türkçeye adapte edilmiştir.

STAI FORM TX-2

İsim Cinsiyet Yaş Meslek Tarih

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi, ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını karalamak suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin genel olarak nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyiniz.

	Hemen hiçbir bir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
1- Genellikle keyfim yerindedir	(1)	(2)	(3)	(4)
2- Genellikle çabuk yorulurum	(1)	(2)	(3)	(4)
3-Genellikle kolay ağlarım	(1)	(2)	(3)	(4)
4-Başkaları kadar mutlu olmak isterim	(1)	(2)	(3)	(4)
5-Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	(1)	(2)	(3)	(4)
6-Kendimi dinlenmiş hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
7-Genellikle sakin, kendime hakim ve soğukkanlıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
8-Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
9-Önemsiz şeyler hakkında endişele- nirim	(1)	(2)	(3)	(4)
10-Genellikle mutluyum	(1)	(2)	(3)	(4)
11-Herşeyi ciddiye alır ve etkilenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
12-Genellikle kendime güvenim yoktur	(1)	(2)	(3)	(4)
13-Genellikle kendimi emniyette hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
14-Sıkıntılı ve güçlü durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	(1)	(2)	(3)	(4)
15-Genellikle kendimi hüzünlü hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
16-Genellikle hayatımdan memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)

17-Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	(1)	(2)	(3)	(4)
18-Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki unutamam	(1)	(2)	(3)	(4)
19-Aklı başımda ve kararlı bir insanım	(1)	(2)	(3)	(4)
20-Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin eder	(1)	(2)	(3)	(4)



KAYNAKLAR

- 1- Akay, N.(1990). Lise Öğrencilerine İlişkin Bazı Niteliklerin Sosyal ve Kişisel Uyum Düzeylerine Etkisi Ankara: Basılmış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık Rehberlik Bölümü
- 2- Aytar, G.(1985). Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Yaşam Olayları, Depresyon ve Kaygı. İstanbul: Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Bölümü
- 3- Balabanlı, F. (1990). Öğretmen liselerinde Okuyan Öğrencilerin Kişisel ve Sosyal Uyum Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler. Ankara: Basılmış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı.
- 4- Bilen, M.(1978) Ailede Sağlıklı İlişkiler. Ankara:Mars Matbaası
- 5- Bilir, Ş. (1979). Çocuk Gelişimi ve Eğitimi El Kitabı. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları B-20
- 6- Blos, P.(1947). The adolescent personality. New York: Appleton-century-crofts inc.
- 7- Cüceloğlu, D.(1996). İnsan ve Davranışı. (6. Basım). İstanbul:Remzi Kitabevi
- 8- Çağlar, D.(1981). Uyumsuz Çocuklar ve Eğitimi. Genişletilmiş İkinci Basım. A. Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları, No:103